



# THE MEDIATING ROLE OF SELF-COMPASSION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND NARCISSISTIC TRAITS IN ADULTS

**Burçin AKÇER\*** **Kader BAHAYI\*\***

\*Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, [burcin.akcer@nisantasi.edu.tr](mailto:burcin.akcer@nisantasi.edu.tr), ORCID: 0009-0008-4861-1819

\*\*Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Klinik Psikoloji Bölümü, [kader.bahayi@nisantasi.edu.tr](mailto:kader.bahayi@nisantasi.edu.tr), ORCID: 0000-0001-9173-9780

Received Date: 17.02.2023 Revised Date: 06.05.2023 Accepted Date: 12.05.2023

Copyright © 2023 Burçin AKÇER, Kader BAHAYI. This is an open access article distributed under the Eurasian Academy of Sciences License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## ABSTRACT

Self-compassion, which is an important concept in the development of personality traits of society and individuals, has a significant effect on narcissistic personality traits and maladaptive schemas, which is one of the personality disorders. This study aims to examine the relationships between early maladaptive schema areas, narcissistic personality and self-compassion in adults, taking into account the gender variable, and to investigate the mediating role of self-compassion in the relationship between early maladaptive schema areas and narcissistic personality disorder. Quantitative research methods were used. The data of the study were collected from 389 Istanbul Nişantaşı University students, 189 women and 200 men, by questionnaire method. Personal information form, Narcissistic Personality Inventory, Young Schema Scale and Self-Compassion Scale were included in the questionnaire. The hypotheses of the research were tested by using multiple linear regression analyzes on the SPSS program. The findings of the study have showed that maladaptive schema domains and self-compassion were significant predictors of narcissism, and self-compassion mediates the effect of maladaptive schemas on narcissistic personality traits. The findings have also showed that the effects of maladaptive schema domains and self-compassion on narcissism and the mediating role of self-compassion are different for male and female adults.

**Keywords:** Narcissism Personality, Self-Compassion, Early Maladaptive Schemas, Adult

## YETİŞKİN BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR VE NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZ ŞEFKATİN ARACI ROLÜ

### ÖZET

Toplumun ve bireylerin kişilik özelliklerinin gelişiminde önemli bir kavram olan öz şefkatin, kişilik bozukluklarından biri olan narsisistik kişilik özellikleri ve uyum bozucu şemalar üzerinde önemli etkisi bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı, yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları, narsisistik kişilik ve öz şefkat arasındaki ilişkileri cinsiyet değişkenini de hesaba katarak incelemek ve yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları ile narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolünü araştırmaktır. Bu araştırmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın verileri 189'u kadın ve 200'ü erkek olmak üzere 389 İstanbul Nişantaşı Üniversitesi öğrencisinden anket yöntemiyle toplanmıştır. Anket formunda kişisel bilgi formu, Narsisistik Kişilik Envanteri, Young Şema Ölçeği ve Öz Duyarlılık Ölçeği yer almıştır. Araştırmanın hipotezleri SPSS programı üzerinde çoklu doğrusal regresyon analizleri kullanılarak test edilmiştir. Araştırmanın bulguları uyum bozucu şema alanlarının ve öz şefkatin narsisizmin anlamlı belirleyicileri olduğunu ve öz şefkatin yetişkin bireylerde uyum bozucu şemaların narsisistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisine aracılık ettiğini göstermiştir. Bulgular ayrıca, uyum



bozucu şema alanlarının ve öz şefkatin narsisizm üzerindeki etkilerinin ve öz şefkatin aracılık rolünün kadın ve erkek yetişkin bireyler için birbirinden farklı olduğunu göstermiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Narsisistik Kişilik, Öz Şefkat, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Yetişkin.

## 1. GİRİŞ

Bir bireyin kişiliği, doğuştan gelen biyolojik özelliklerinin ve daha sonra edindiği ve kökleşmiş davranışsal eğilimlerinin bir bileşimidir. Diğer bir deyişle kişilik, doğumla başlayan, her insanın olaylara ve durumlara yüklediği önemden etkilenen ve kişinin tüm yaşamı boyunca kendini gösteren bir süreçtir. Bu süreçten sapmalar kişilik bozukluklarını içerir. Günümüz insanları, en dikkat çekici özelliklerinden biri olan benmerkezci olma eğilimine sahiptir. Vermeyi ve kaybetmeyi kabul etmeme, daima almaya odaklanma ve sevgiyi ve yardımı ihmal etme, kendini dünyanın merkezi olarak görme, diğer insanlara değersiz ve gereksiz diyen narsisistik kişilik özellikleri yaygındır. Narsisizm, bencilce davranarak, empati kurmadan, egonun başkalarının öz şefkatiyle, duygu, düşünce ve övgüleriyle desteklenmesine ihtiyaç duyan bir kişilik yapısıdır (Akhtar ve Thompson, 1982: 13; Kernberg, 2012: 202). Narsisizm; kibir, kendini beğenmişlik, gösterişçilik ve benmerkezcilik olarak da tanımlanmaktadır (Twenge ve Campbell, 2010: 3). Teknolojik gelişmeler sayesinde günümüzde birçok şeyi daha kolay başarmak mümkün olmaktadır. Narsisistik kişilik özelliklerine sahip insanlar teknolojinin gelişmesiyle beğenilme ve tanınma arzusunu tatmin etmenin yeni yollarını keşfetmişlerdir. Özellikle sosyal medya kullanımı ile birlikte insanların hayatları, kendilerini tanıyan tanımayan birçok kişinin beğenisine sunabilecekleri bir duruma girmiştir. Kullanımı arttıkça insanların sosyal medya aracılığıyla doyum ve tanınma isteği de ortadan kalkmaya başlamıştır.

Narsisizmle ilgili ve onun kadar önemli bir diğer olgu öz şefkattir. Öz-şefkat kavramının tarihi narsisizm kadar eski değildir. Öz-şefkat, bireylerin olumsuz koşullar altında eksikliklerinin ve başarısızlıklarının farkında olması ve hoşgörülü olması, olumsuz yönlerine odaklanması ve kendilerini yargılamak yerine empatik bir tutum geliştirmesi, eksikliklerini ve başarısızlıklarını herkesin yaşayabileceği bir durum olarak görmesi anlamına gelmektedir (Neff, 2003: 86; Raes vd., 2011: 251). Hayat standartlarının giderek zorlaştığı bu günlerde insanların hayatlarını kolaylaştırmak için kendileriyle ilgili düşünce ve duygularını anlamaları önemlidir. Öz şefkat, insanların hayatlarından daha fazla keyif almalarına yardımcı olma konusunda kritik bir rol oynamaktadır. Öz-şefkatin ruh sağlığı sorunları için koruyucu bir faktör olduğu tartışılmaktadır (Thompson ve Waltz, 2008: 557; Pauley ve McPherson, 2010: 130; Raes, 2010: 758; Van Dam vd., 2011: 5; Ferreira, Pinto Gouveia ve Duarte, 2013: 2018).

Narsisistik kişiliğe sahip kişiler dış dünyaya mükemmellik için çabalasalar da kendilerini nasıl gördükleri bilimsel araştırmaların konusu olmuştur. Bu kişilerin olumsuz duygularını düzenlemekte güçlük çekip çekmedikleri, baş edemeyecekleri sorunları olup olmadığı, kendilerine ve çevrelerine karşı ne kadar şefkatli oldukları veya ne kadar mükemmeliyetçi oldukları, uyum bozucu şemalar ile aralarındaki ilişkiler araştırılmıştır (Aktaş ve Şahin, 2018: 365). Öz şefkat ile narsizm arasındaki ilişkilere dikkat çeken araştırmalar da mevcuttur. Ancak bu çalışmaların sayısı yeterli değildir. Ayrıca, kişilik bozukluklarının narsizm üzerindeki etkilerinde öz şefkatin aracı rolünü araştıran



çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu kapsamda bu araştırmada yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları, narsisistik kişilik ve öz şefkat arasındaki ilişkileri cinsiyet değişkenini de hesaba katarak incelemek ve yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları ile narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide öz şefkatın aracı rolünü araştırmak amaçlanmıştır.

Araştırmanın amacına uygun olarak bu araştırmada altı hipotez test edilecektir:

H<sub>1</sub>: Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları narsisistik kişilik özelliklerini etkiler.

H<sub>2</sub>: Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının narsisistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır.

H<sub>3</sub>: Yetişkin bireylerde öz şefkat narsisistik kişilik özelliklerini etkiler.

H<sub>4</sub>: Yetişkin bireylerde öz şefkatın narsisistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır.

H<sub>5</sub>: Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları öz şefkat aracılığıyla narsisistik kişilik özelliklerini etkiler.

H<sub>6</sub>: Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının öz şefkat aracılığıyla narsisistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır.

## **2. KURAMSAL ÇERÇEVE**

Çalışmanın bu kısmında şema kuramı, narsizm ve öz şefkat kavramları hakkında kısaca açıklamalarda bulunulmuştur.

### **2.1. Şema Kuramı**

Yaşamın erken dönemlerinde başlayan ve devam eden kalıp, şema olarak bilinir. Şemalar nasıl ilişki kurulduğunu, davranıldığını, hissedildiğini ve düşünüldüğünü etkiler. Genel olarak şemalar, duyuşsal bilgilerin zihinde yorumlanmasını etkileyen, bilgilerin uzun süreli bellekte kodlanmasını şekillendiren, bellekte depolanan bilgilerin yeniden işlemeyi yönlendiren ve davranışsal tepkiyi etkileyen zihinsel modelleri veya örgütsel yapıları kapsar (Young ve Klosko, 2016: 22). Şemalarla ilişkilendirilen bir fikir ve ilişkiler sistemi olarak tanımlanabilecek bir kavram, diğer kavramlarla birleştirilerek anlam kazanır ve insanların hatırlamasını kolaylaştırır. İnsanlar çok basit şemalar ile doğarlar, var olan şemaları deneyimleriyle geliştirirler ve böylece yeni şemalar oluştururlar. Çocukluğunda reddedilme ve utanma duyguları yaşayan bir kişi, diğer insanların niyeti bu olmasa bile yetişkinlikte daha kolay reddedilmiş ve utanmış hissedebilir (Yurtseven, 2019: 7).

Bilişsel teorinin sağlıklı kendilik algıları olarak tanımladığı şemanın temel fikri, Young, Klosko ve Weishaar (2003: 5) tarafından *erken dönem uyumsuz şema* kavramını ortaya koyacak şekilde genişletilmiştir. Erken dönem uyumsuz şemalar; çocuklukta veya ergenlikte ortaya çıkan ve hayat boyu gelişen ve karmaşık hale gelen kalıplar olarak tanımlanır. İşlevselliği önemli ölçüde sınırlar ve bireyin kişilerarası ilişkilerinin yanı sıra anılarını, duygularını, bilişlerini ve bedensel duyumlarını kapsarlar. Temel değişkelerin etkileşiminin erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde anahtar olduğuna inanılmaktadır. Bunlar, temel duygusal gereksinimler (güvenli bağlanma, özerklik, aktivite ve pozitif kimlik), erken hoş olmayan deneyimler ile ihtiyaç ve duyguları ifade etme



yeteneğinin (başlıca duygusal ihtiyaçların tatmini) yıkıcı şekilde engellenmesi, travma veya mağduriyet, ihtiyaçların aşırı tatmini veya aşırı koruma, seçilen içselleştirme ve özdeşleşme ile mizaç olarak kabul edilir (Young vd., 2003; Çiftçi, 2020: 7). Şemalar, bireylerin insanların çocukluk ve ergenlik dönemlerinde kim olduğunu ve dünyanın nasıl bir yere sahip olduğunu öğrenmelerine destek olur, bu da onların çevrelerine uyum sağlamalarını kolaylaştırır; bu nedenle işlevsel oldukları iddia edilmektedir (Young vd., 2003: 8). Şemalar bir kişinin temel deneyimleri, kendisi ve dünya hakkındaki bilgileri nasıl yorumladığını etkilemektedir. Şemalar temel zihinsel yapılardır. Erken dönemdeki uyumsuz şemalar zamanla katı, sarsılmaz ve değişmez inançlara dönüşerek onları daha güçlü hale getirir. Şemalar filtre görevi görür ve bireyin aldığı bilgileri değerlendirir. Olaylar var olan şemalara göre yorumlanır ve yanıtlanır. Bu şekilde bilgi çarpıtılır.

Şema kavramı erken dönem uyumsuz şemaların kısaltılmış halidir. Dolayısıyla şemalar, bireyin ve dünyanın olumsuz yönleriyle ilgilenmektedir (Young, 1994: 5). Erken dönem uyum bozucu şemalar beş şema ile temsil edilir ve bu şema alanları içerisinde 18 erken dönem uyumsuz şema alanları belirlenmiştir Young vd.,(2003: 9):

1- *Ayrılma ve Dışlanma (Reddetme) Şema Alanı*: Kişilerin başkalarına güvenli bağlanma taleplerinin tam olarak karşılanmaması durumunda gelişen şemalardır. Bu kişiler bu şema alanına sahipken güven, istikrar, barış, sevgi, paylaşma gibi ihtiyaçlarının başkaları tarafından karşılanamayacağına inanırlar. Bu şemanın beş alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; terkedilme şeması boyutu, şüphencilik/istismar şeması boyutu, duygusal yoksunluk şeması boyutu, kusurluluk/utanma şeması boyutu ve toplumdan izolasyon (yabancılaşma) şeması boyutudur

2- *Bozulmuş Özgürlük (Eylemlilik) Şema Alanı*: Bu şemada, zorluklarla karşılaşma ve mücadele etme, işi başarma, yalnız kalma, sevdiklerinden uzak durma, yalnız çalışma gibi alanlarda yetersizliğe ilişkin tavır ve davranışlarla ilişki bulunmaktadır. Bu şemaya sahip kişiler, çocukken aşağılanan, yetersiz hissettirilen, bağımlılığı teşvik edilen ve aşırı korumacı bir geçmişe sahiptir. Bu şemanın dört alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; bağımlılık/sakatlık şeması boyutu, zayıflık şeması boyutu, bağlanma şeması boyutu (gelişmemiş benlik) ve başarısızlık şeması boyutudur.

3- *Hasarlı/Zayıf Şema Alanı*: Bu şema alanı, gerçekçi sınırlar ve özdenetim ihtiyacı karşılanmadığında ortaya çıkar. Kişisel kısıtlamalar, kişisel yükümlülükler ve zaman içinde tutarlı davranışı sürdürmemeye ile ilgisi vardır. Birey, başkalarının haklarına saygı duymakta güçlük çeker. Bu şemanın iki alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; doğruluk/görkemlilik şeması boyutu ve yetersiz öz kontrol şeması boyutudur.

4- *Başkalarına Yönelim Şema Alanı*: Bu alanda bireyin ihtiyaç ve duygularını ifade etmesi gereksinimi karşılanmaz. Birey, onaylanmamaktan korktuğu için diğer kişinin arzularına ve duygularına odaklanır. Bu nedenle kişi kendi isteklerinin net olarak farkında değildir. Bu şemanın üç alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; boyun eğme/geri çekilme şema boyutu, özveri şema boyutu ve tanınma arayışı şema boyutudur.

5- *Aşırı Duyarlılık ve Bastırma Şema Alanı*: Bu alan, kendiliğinden oluşan ve onaylanma ihtiyacını karşılamayan bir şema alanıdır. Burada kişi hatalardan kaçınmaya ve amaçlarına ulaşmaya çalışır. Kendini iyi hissetmek, mutlu olmak, kendini başkalarına ifade



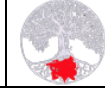
etmek bu şemaya sahip bireyler için önemsizdir. Bu şemanın dört alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; karamsarlık/dayanıksızlık şema boyutu, duyguların bastırılması/aşırı sorumluluk şeması boyutu, katı (acımasız) standartlar/sert eleştirisi şeması boyutu ve ceza şeması boyutudur.

## **2.2. Narsisistik Kavramı ve Davranış Şekilleri**

Narsisizm, genel olarak, kişinin kendi zihinsel ve fiziksel kimliğiyle sağlıklı bir bağlantısı ve hayranlığı, kendine hayranlık duyması, kendini üstün görmesi ve empati kuramamasıdır (Seward, 2007: 1). Narsisizm kavramı, bireyin kendine verdiği önem ve kendini sevmesi ile ilişkilidir (Campbell ve Campbell, 2009: 216). İnsanlar hayatta kalmak için ihtiyaç duydukları enerjinin çoğunu narsisizmden alırlar. Narsisizm hayatta kalmak için aynı zamanda hayatları tehlikeye atmaktadır. Tipik narsisistik nesne, kişinin kendi çabalarının sonucu olan bir şeydir. Kendi işine ve başarılarına olan saplantılı ilgisi, sürekli olarak çalışma sürecine ve kullandığı malzemelere olan ilgisiyle dengelenir, çünkü narsisizminin nesnesi kendi emeğinin ürünüdür. Bu nedenle, bu tür narsisizmin nedenleri kendi kendini kontrol etmedir. Pek çok narsist insanın da kullandığı yöntem neden yaratıcı güce sahip olduğunu anlamaya yardımcı olabilir (Lasch, 2006: 92). Narsisizmin bu yönü, faydalı sonuçlar doğurduğu için kabul edilebilir. Bununla birlikte, yararlı faydaların yerini, doz arttıkça olumsuz, zararlı ve iç karartıcı sonuçlar alabilir.

Narsisistik kişilik bozukluğundaki nesne, bireyin yapmış olduğu veya üretmiş olduğu değil, sahip olduklarıdır. Bu tür narsisizmin marazılığı, kontrol edici bir unsurun yokluğundan kaynaklanır. Narsist kişi kendine sınırlar koyamaz. Kendini beğenmişliğine giderek daha çok kapılır ve kendi kendini herkesten soyutlar (Foster ve Campbell, 2007: 1321). Narsist zihniyet yalan söylemekle karakterizedir. Kendisi hakkında sağladığı herhangi bir ayrıntı yanlış olabilir. Düşünceleri genellikle orijinal değildir. Gücünü kullanması gerektiğinde tarihi figürlerden birinin sözleriyle kendini savunmaya çalışır. Ancak mesajda kullanılan kelimeler, kimliğin söylediği kelimelerle ve aktardığı fikirlerle nadir şekilde örtüşür. Bunun nedeni, kelimeleri veya kapsamı kendisine göre değiştirmesidir. İş başarısını, işleri bu şekilde değiştirme konusundaki eşsiz gücüne borçludur. Narsist, üstleriyle denge içindedir. Çünkü onu anlayabilecek tek kaynak onlardır. Astları onun en kötü kabusudur. Yetenekleri, kaynakları ve kimlik bilgileri göz önüne alındığında, tek eğitim kaynağı ve görececekleri ve hissedecekleri ilk ve son nimet olduğunu iddia eder. Kendisi en iyisidir ve bu iddianın sınanabileceği her türlü ortamdaki kaçınılmazdır (Cihangiroğlu vd., 2015: 4). Ancak başkalarında sahip olmadıkları nitelikleri gördüklerinde yoğun bir kıskançlık duyarlar. Yetersiz yönlerini başkalarına yansıtarak onları değersizleştirmeye çalışırlar (Kernberg, 2004: 6).

Narsist, eşsiz ve özel olduğuna inanır. Herkesin sahip olduğu zayıflığının üstesinden çoktan gelmiştir. Bu nedenle, bu niteliklere saygı gösterilmelidir. İstediklerini alamayınca hemen kafası karışır. Biri tarafından hayal kırıklığına uğrarsa, o kişinin gözünde değerini düşürür. Empati eksikliği, insanları işleyen nesnelere görmesine yol açar. Duyguları ve ihtiyaçları olmayan insanlardır; kullanılabilirler. Narsist insanlar bu davranışlardan dolayı nadiren suçluluk veya üzüntü duyarlar (Spencer, 2001: 86). Emmons (1987: 11) narsisizmin yapısını uygunluk derecesine göre sınıflandırmış ve dört ayrı boyut



oluşturmuştur. Bu dört yön, kibir/üstünlük, kendine hayranlık/özbakım, liderlik/otorite ve sömürü/yetkilendirme şeklindedir. Raskin ve Howard (1988: 899) narsisizmi yedi faktörle ifade edilen bir yapıda olduğunu belirtmişlerdir. Bunlar; otorite, teşhircilik, sömürü, kendi kendine yeterlilik, hak iddiası, üstünlük ve kendi kendini absorbe etmedir.

Narsisizm bilişsel, duygusal ve davranışsal yönleriyle önemli etkileri olan bir benlik özelliği olarak kabul edilir. Bu, kendisi hakkında abartılı ve gerçekçi olmayan olumlu düşünceleri içerir. İnsanların çoğunlukla kendileri için faydalı olana yönelme ve kötü olandan kaçınma stratejisini kullandıkları ortaya çıkmıştır. Bu stratejiyi kendisi için düşünüldüğünde mantıklı görünmektedir. Ancak bu basit strateji, karmaşık bir sistem olan toplum yapısında çeşitli sorunlara yol açabilmektedir (Campbell ve Campbell, 2009: 215). Davranışlarının diğer insanlar üzerindeki etkisini düşünmeyen ve sadece kendi çıkarlarını önemseyen narsist kişilerin, diğer insanları incitecek şekilde davranmanın bu durumun bir işareti olduğu düşünülmektedir (McWilliams ve Shedler, 2017: 16).

Bir çocuğun kendilik nesnelere ile etkileşim derecesi, kendini yapılandırma üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir. Zayıf etkileşim, kusurlu bir benliğe yol açabilir (Kohut ve Wolf, 1978: 415). Narsisistik libidonun bastırılması, varsayılan doğal kibirli ego ile beklenmedik bir şekilde dikkate değer olumsuz deneyimlerden kaynaklanır. Bu durum gerçekte kendini geliştirmenin devam etmesini engellemekte ve narsisist isteklerin ve gereksinimlerin yoğunlaşmasına sebep olmaktadır (Kohut, 2009: 4). Bu sayede, şişirilmiş öz-değer ve aşağılık duyguları arasındaki geçişler yetişkinlikte gerçekleşmektedir. Şu anda, benliğin nesnesi olarak kabul edilen ebeveynler önemli derecede önem kazanmaktadır. Hem çocuğun ihtiyaçlarını doğru bir şekilde ele almanın önemi hem de çocukları ile yaptıkları bağın önemi vurgulanmaktadır. Karşılansızlarsa, bu patolojik narsisizme yol açabilir. Kendilik psikolojisi yaklaşımında hem nesne libidosunun hem de narsisistik libidonun kendini geliştirme açısından yararlı olduğu kabul edilmektedir. Bu yöntem, benlik üzerinde etkisi olan çeşitli sosyo-biyolojik unsurları kabul eder. Ayrıca kültürden kültüre geçiş, kırsal yaşamdan kent yaşamına geçiş gibi bir takım dış etkenlerin de dikkate alınması gerektiği ileri sürülmektedir (Kohut, 1972: 363).

Çocukluk ya da ergenlik döneminde beslenme ve bağlantı gibi temel ihtiyaçların yetersiz veya aşırı karşılanması nedeniyle erken dönem uyumsuz şemalar adı verilen, yaşam boyu tekrarlayan ve kendi kendini baltalayan duygulanımsal ve bilişsel yapılar ortaya çıkar. Yetişkinlikte kullanılan uyumsuz başa çıkma mekanizmaları bu şemaların sürdürülmesine yol açar. Bu şemaların devam etmesi halinde bir takım ruhsal hastalıklara yol açabileceği düşünülmektedir (Ak vd., 2020: 4; Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012: 6; Young vd., 2003: 5). Duygusal yoksunluk, damgalama/utanç ve yetkilendirme şemaları narsisistliğin en belirgin şemaları arasındadır. Çocukluk döneminde karşılanmamış ihtiyaçlarıyla ilgili bireyler. Bağlanma ve güven talebinin, duygusal yoksunluk ve suçluluk/utanç şemaları tarafından sağlanmasına ilişkin ayrılma ve reddedilme alanına girerken, gerekçelendirme şeması, bağımsızlık ve yeterlilik ihtiyacına ilişkin zedelenmiş sınırlar şemalar alanına aittir (Ak vd., 2020: 7).



### 2.3. Öz Şefkat Kavramı

Merhamet, diğer insanların acılarını duyarlı, sabırlı, sevgi dolu ve empatik bir şekilde karşılama ve bu acıyı herkesin yaşayabileceği bir deneyim olarak görme yeteneğidir (Condon ve Feldman Barrett, 2013: 818). Öz-şefkat (öz duyarlılık) ise kişinin şefkatli tutum ve davranışlarını kendine yöneltmesini içermektedir. Neff (2003: 87) öz-anlayışı, acı, ıstırap, başarısızlık ve yetersizlik gibi zor zamanlarda kişinin kendisine karşı sevgi dolu ve nazik bir yaklaşım olarak tanımlar; bu kapsamda olumsuz duyguların farkındalığı ve kabulü; sahip olanabilecek her türlü zorlayıcı deneyimin insan olmakla ilgili olduğu bilgisinden gelir. Bu bağlamda öz-şefkat, acı ve zor deneyimlerle baş etmenin sağlıklı yollarından biri olarak kabul edilmektedir (Neff, 2003: 88).

Öz-şefkat, bireylerin acıları ve hataları karşısında kendilerini sert bir şekilde eleştirmek yerine kendilerine karşı nazik olmaları, yaşadıklarını sadece başlarına gelen bir durum olarak değil, insan olmanın bir parçası olarak görmeleri ve acılarını saklamalarıdır. Bu deneyimleri kendileriyle aşırı özdeşleştirmek yerine temellenen düşünce ve duygularını bilinçlendirmesidir (Neff, 2004:30). Diğer bir deyişle öz-şefkat, bireylerin kendi acılarından kaçmak yerine acılarına açık olması, acılarına dokunabilmesi ve bu acıyı azaltmak ve iyileştirmek istemesidir. Bu bağlamda öz-şefkat kavramı, hiç kimsenin mükemmel olmadığını, herkesin hata yapabileceğini ve yetersizlikler yaşayabileceği durumlarla karşılaşabileceğini ancak bunun da değerli olduğunu vurgulamaktadır (Neff, 2003: 89). Tanımdan da anlaşılacağı gibi, öz-şefkat bireylerin kendilerine ve başkalarına davranışlarında önemli bir rol oynamaktadır.

Araştırmalar, öz-şefkatin nezaket, iyimserlik, kendini anlama, merak, umut, mutluluk, esenlik ve kabul gibi pozitif psikolojinin merkezinde yer alan önemli niteliklere yol açan kritik işlevlere sahip olduğunu göstermiştir (Gilbert ve Procter, 2006: 378; Neff vd., 2007; Neff ve Tirch, 2013; Neff ve Costigan, 2014). Öz şefkat ile yaşam doyumu, mutluluk, iyimserlik, ihtiyaç doyumu, benlik saygısı, kendini kabul ve dayanıklılık arasında pozitif bir ilişki olduğunu bildirilmiştir (Neff, 2003; Neff, Hsieh ve Dejitterat, 2005: 264; Neff vd., 2007; Neff ve McGehee, 2010). Ayrıca öz-şefkatin kendini geliştirici mizah ve iletişim becerileri, sosyal destek, bilinçli farkındalık ve dayanıklılık, olumlu anne ve baba algısı ve olumlu benlik algısı gibi olumlu ruh sağlığını yordayan kavramlarla da olumlu bir ilişkisi olduğu gösterilmiştir (Andıç, 2013; Aydın Sünbül, 2016). Öte yandan yapılan çalışmalarda depresyon, kaygı, ajitasyon, öfke, stres, olumsuz internet kullanımı, duygu düzenleme güçlüğü, yalnızlık, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve öz-şefkat arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır (Leary vd., 2007: 888; Thompsen ve Waltz, 2007: 557; Akın, 2010; Mosewich vd., 2011: 104; Andıç, 2013: 26; Yiğit, 2015: 15; Aydın Sünbül, 2016; Yıldırım ve Sarı, 2018). Kısacası, yüksek öz-şefkat ruh sağlığı üzerinde olumlu bir etkiye sahipken, düşük öz-anlayış kişinin ruh sağlığını tehdit eden durumları teşvik edebilmektedir. Bu bağlamda bireylerde öz-şefkat geliştirilerek onların olumlu özelliklerinin geliştirilebileceği gibi, olumsuz algı ve ruh hallerinin önüne geçilmesinde de dikkate değer bir yol sağlanabileceği söylenebilir.

Öz-şefkat/anlayış/duyarlılık yapısının üç bölümü vardır. Her öğenin hem olumlu hem de olumsuz bir boyutu vardır. Bu boyutlar; pozitif (kendini sevme, ortak yanların



farkında olma ve bilinçli farkındalık) ve negatif (izolasyon, öz yargılama ve aşırı özdeşleşme) olarak ikiye ayrılır (Costa vd., 2016: 463). Bu şekilde altı alt boyut öz-şefkat kavramının tamamını oluşturur (Neff, 2003: 87). Bu yapıyı oluşturan alt boyutlardan öz-sevecenlik, paylaşmanın farkında olma ve bilinçli farkındalık, öz-şefkatli bir tutumu olumlu olarak tanımlarken; izolasyon, öz yargılama ve aşırı özdeşleşme, öz şefkatli bir tutumu olumsuz olarak tanımlamaktadır (Yıldırım ve Sarı, 2018: 2504).

### 3. YÖNTEM

Nicel araştırma yöntemleriyle gerçekleştirilen bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın verileri 2022-2023 eğitim-öğretim döneminde İstanbul Nişantaşı Üniversitesi'nde eğitim gören ve araştırmaya katılmaya gömüllü olmuş 389 öğrenciden toplanmıştır. Örneklemdaki kadın ve erkek sayısının birbirine yakın olmasına özen gösterilmiştir.

Araştırmanın verileri anket tekniğiyle toplanmıştır. Anket formu içinde Kişisel Bilgi Formunun, Narsisistik Kişilik Envanterinin, Young Şema Ölçeğinin ve Öz Duyarlılık Ölçeğinin yer aldığı dört bölümden oluşmuştur. Kişisel bilgi formu öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri, cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, birlikte yaşadığı kişiler, aylık gelir durumu, tıbbi rahatsızlığı, ebeveynlerin psikolojik rahatsızlığı, madde kullanımı, zarar verici davranışları ve çalışma durumuna ilişkin bilgileri hedefleyen soruları içermektedir.

Narsisistik Kişilik Envanterinin 220 soruluk orijinal hali Raskin ve Hall tarafından (1979) geliştirilmiştir. Bu çalışmada Ames vd. (2006) tarafından geliştirilmiş olan ve Atay (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan Narsisistik Kişilik Envanteri kısa formu kullanılmıştır. Envanter iki seçenekli 16 maddeden oluşmakta ve örgütsel davranışa odaklanan narsisizmi ölçmektedir.

Young Şema Ölçeği Jeffrey Young (1999) tarafından geliştirilmiş ve Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 90 maddeden oluşan 6'lı Likert tipinde bir ölçektir. Ölçek, 5 şema alanında 14 alt boyut içermektedir. Bunlar; terk edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk-utanç, sosyal izolasyon, bağımlılık-yetersizlik, başarısızlık, dayanıksızlık, yetersiz özenetim, kendini feda etme, onay arama, karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık alt boyutlarıdır.

Öz Duyarlılık (Şefkat) Ölçeği Neff tarafından (2003) geliştirilmiştir ve Akın vd. (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 5'li likert tipinde 26 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 6 alt boyut içermektedir. Bunlar; öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşmedir.

Araştırmanın verileri IBM SPSS 25 programı üzerinde betimsel istatistikler, Pearson momentler çarpımı korelasyon testi ve çoklu doğrusal regresyon testi kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiki anlamlılık %95 güven düzeyinde aranmıştır.

### 4. BULGULAR

#### 4.1. Betimsel Bulgular

Aşağıda Tablo 1'de katılımcıların sosyo-demografik özellikleriyle ilgili bulgular sunulmuştur. Tablo 1'de sunulan bulgulara göre katılımcıların %48,6'sı kadın, %51,4'ü erkektir. Kadınların yaş ortalaması  $27,29 \pm 7,03$  olarak bulunurken, erkeklerin yaş

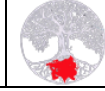




ortalaması  $26,78 \pm 5,06$  olarak bulunmuştur. Kadınların %68,8'inin lisans mezunu, %23,3'ünün ise lise mezunu olduğu görülmektedir. Erkeklerin ise %61,5'nin lisans mezunu, %30,5'inin ise lise mezunu olduğu görülmektedir. Kadınların %85,7'si bekarken, erkeklerin %91,5'i bekadır. Kadınların %54'ü yalnız yaşadığını, %33,3'ü ise ailesiyle birlikte yaşadığını belirtmiştir. Erkeklerin ise %55'i yalnız yaşadığını, %39,5'i ise ailesiyle birlikte yaşadığını belirtmiştir. Kadınların %77,2'sinin, erkeklerin ise %84'ünün gelirlerinin giderlerine eşit olduğu görülmektedir. Kadınların %4,8'inde tanı koyulmuş bir tıbbi rahatsızlık varken, erkeklerin %3,5'inde tanı koyulmuş bir tıbbi rahatsızlık vardır. Kadınların %3,7'sinin, erkeklerin ise %1,5'inin ebeveynlerinde tanı koyulmuş psikiyatrik bir rahatsızlık vardır. Kadınların %7,9'u erkeklerin ise %6'sı alkol kullandıklarını belirtmiştir. Kadınların %69,8'i çalışmadığını belirtirken, erkeklerin %64,5'i çalışmadığını belirtmiştir. Kadınların %10,6'sı kendilerine zarar verici davranışlarda bulunduğunu belirtirken erkeklerin %7'si kendilerine zarar verici davranışlarda bulunduğunu belirtmiştir.

**Tablo 1: Sosyo-demografik Bilgilere İlişkin Tanımlayıcı Bulgular**

	Kadın		Erkek	
	Fr	Y	F	Y
<b>Eğitim düzeyi</b>				
Ortaokul mezunu	2	1	-	-
Lise mezunu	4	2	6	3
Ön lisans mezunu	6	3	6	3
Lisans mezunu	1	6	1	6
Yüksek lisans mezunu	7	3	9	4
Doktora mezunu	-	-	1	0
<b>Medeni durum</b>				
Bekar	1	8	1	9
Evli	2	1	1	8
Eşi vefat etmiş	1	0	-	-
Boşanmış	5	2	-	-
<b>Birlikte yaşanılan kişi</b>				
Eş ya da partneriyle	1	9	8	4
Ailesiyle	6	3	7	3
Arkadaşlarıyla	6	3	3	1
Yalnız	1	5	1	5
<b>Aylık gelir durumu</b>				
Gelirim giderimden düşük	2	1	1	8
Gelirim giderime eşit	1	7	1	8
Gelirim giderimden yüksek	1	7	1	8
<b>Tanı koyulmuş tıbbi rahatsızlık</b>				
Var	9	4	7	3
Yok	1	9	1	9
<b>Ebeveynlerde tanı koyulmuş psikiyatrik</b>				
Var	7	3	3	1



Yok	1	9	1	9
<b>Madde kullanımı</b>				
Evet, alkol kullanıyorum	1	7	1	6
Hayır kullanmıyorum	1	9	1	9
<b>Çalışma durumu</b>				
Çalışıyorum	5	2	7	3
Çalışmıyorum	1	6	1	6
Emekliyim	1	0	-	-
<b>Yaşamınız boyunca kendinize zarar verici</b>				
Evet	2	1	1	7
Hayır	1	8	1	9

Aşağıda Tablo 2’de katılımcıların narsistik kişilik şema boyutları ve öz şefkat boyutlarıyla ilgili bulguları kadın ve erkek için ayrı ayrı sunulmuştur. Bulgular incelendiğinde kadın katılımcıların narsisizm değişkeninden ortalama  $1,55 \pm 0,16$  puan aldıkları, erkek katılımcıların ise ortalama  $1,58 \pm 0,15$  puan aldıkları görülmektedir. Young şema boyutlarıyla ilgili bulgulara bakıldığında kadınların en yüksek puan aldıkları şemaların  $4,19 \pm 1,35$  ortalama ile yüksek standartlar şeması,  $3,72 \pm 0,87$  ortalama ile onay arama,  $3,64 \pm 0,79$  ortalama ile cezalandırıcılık ve  $3,57 \pm 0,73$  ile yetersiz özdenetim şeması olduğu görülmektedir. Kadınların en düşük puan aldıkları şemaların ise  $1,51 \pm 0,72$  ortalama ile kusurluluk, utanç şeması,  $1,94 \pm 0,61$  ortalama ile bağımlılık, yetersizlik şeması,  $2,05 \pm 0,71$  ortalama ile başarısızlık şeması ve  $2,12 \pm 0,76$  ortalama ile terk edilme şeması olduğu görülmektedir. Erkeklerin ise en yüksek puan aldıkları şemaların  $4,56 \pm 1,08$  ortalama ile yüksek standartlar şeması,  $3,84 \pm 0,74$  ortalama ile onay arama,  $3,74 \pm 0,73$  ortalama ile cezalandırıcılık ve  $3,65 \pm 0,69$  ile yetersiz özdenetim şeması olduğu görülmektedir. Erkeklerin en düşük puan aldıkları şemaların ise  $1,61 \pm 0,86$  ortalama ile kusurluluk, utanç şeması,  $1,98 \pm 0,71$  ortalama ile bağımlılık, yetersizlik şeması,  $2,09 \pm 0,77$  ortalama ile başarısızlık şeması ve  $2,23 \pm 0,76$  ortalama ile terk edilme şeması olduğu görülmektedir. Öz şefkat ölçeğinin altı alt boyutuyla ilgili olarak ise öz sevecenlik boyutundan kadınlar ortalama  $3,09 \pm 0,65$  puan alırken, erkekler ortalama  $3,12 \pm 0,58$  puan almışlardır. Öz yargılama boyutundan kadınlar ortalama  $3,13 \pm 1,06$  puan, erkekler ise ortalama  $3,51 \pm 0,89$  puan almışlardır. Paylaşımların bilincinde olma boyutundan kadınlar ortalama  $3,57 \pm 0,84$  puan, erkekler ise ortalama  $3,47 \pm 0,77$  puan almışlardır. İzolasyon boyutundan kadınlar ortalama  $2,88 \pm 0,74$  puan, erkekler ise ortalama  $2,95 \pm 0,61$  puan almışlardır. Bilinçlilik boyutundan kadınlar ortalama  $3,40 \pm 0,77$  puan, erkekler ise ortalama  $3,44 \pm 0,68$  puan almışlardır. Aşırı özdeşleşme boyutundan kadınlar ortalama  $3,74 \pm 1,08$  puan, erkekler ortalama  $3,65 \pm 1,02$  puan almışlardır.

**Tablo 2: Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Değerleri**

	Kadın (n=189)		Erkek (n=200)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
Narsisizm	1,55	0,16	1,58	0,15
<b>Şema boyutları</b>				
Terk edilme	2,12	0,76	2,23	0,76



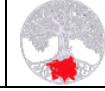
Duygusal yoksunluk	2,82	1,00	3,10	0,84
Kusurluluk utanç	1,51	0,72	1,61	0,86
Sosyal izolasyon	2,56	0,77	2,67	0,77
Bağımlılık, yetersizlik	1,94	0,61	1,98	0,71
Başarısızlık	2,05	0,71	2,09	0,77
Dayanaksızlık	2,57	0,79	2,56	0,77
Yetersiz özdenetim	3,57	0,73	3,65	0,69
Kendini feda etme	3,21	0,85	3,26	0,71
Onay arama	3,72	0,87	3,84	0,74
Karamsarlık	3,11	0,93	3,24	0,84
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	2,65	0,79	2,92	0,78
Yüksek standartlar	4,19	1,35	4,56	1,08
Cezalandırıcılık	3,64	0,79	3,74	0,73
<b>Öz şefkat boyutları</b>				
Öz sevecenlik	3,09	0,65	3,12	0,58
Öz yargılama	3,43	1,06	3,51	0,89
Paylaşımın bilincinde olma	3,57	0,84	3,47	0,77
İzolasyon	2,88	0,74	2,95	0,61
Bilinçlilik	3,40	0,77	3,44	0,68
Aşırı özdeşleşme	3,74	1,08	3,65	1,02

#### 4.2. Değişkenler Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Aşağıda Tablo 3’te şema alt boyutları ve öz şefkat alt boyutları ile narsistik kişilik arasındaki ilişkiler kadın ve erkek için ayrı ayrı gösterilmiştir. Kadın katılımcılarda narsisizm ile duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik, yetersiz özdenetim, onay arama, karamsarlık, duyguları bastırma aşırı sorumluluk, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemaları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur ( $r$  değerleri için;  $p < 0,05$ ). Ayrıca kadın katılımcılarda narsisizm ile kusurluluk utanç şeması arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r$  değeri için;  $p < 0,05$ ). Bu sonuçlara göre duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik, yetersiz özdenetim, onay arama, karamsarlık, duyguları bastırma aşırı sorumluluk, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemalarından yüksek puan alan kadın katılımcıların narsisizm puanları da yüksek olarak bulunurken, kusurluluk utanç şeması yüksek olan kadın katılımcıların narsisizm puanları düşük olarak bulunmuştur.

Erkek katılımcılarda ise narsisizm ile duygusal yoksunluk, yetersiz özdenetim, kendini feda etme, onay arama, karamsarlık, duyguları bastırma aşırı sorumluluk, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemaları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ( $r$  değerleri için;  $p < 0,05$ ). Ayrıca erkek katılımcılarda narsisizm ile kusurluluk utanç şeması arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $r$  değeri için;  $p < 0,05$ ). Bu sonuçlara göre duygusal yoksunluk, yetersiz özdenetim, kendini feda etme, onay arama, karamsarlık, duyguları bastırma aşırı sorumluluk, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemalarından yüksek puan alan erkek katılımcıların narsisizm puanları da yüksek olarak bulunurken, kusurluluk utanç şeması yüksek olan erkek katılımcıların narsisizm puanları düşük olarak bulunmuştur.

Narsisizm ile öz şefkatin alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında ise kadınlarda narsisizm ile öz yargılama, paylaşımın bilincinde olma, bilinçlilik ve aşırı



özdeşleşme boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur ( $r$  değerleri için;  $p < 0,05$ ). Buna göre kadın katılımcıların öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanları arttığında narsisizm puanları da artmaktadır.

Erkek katılımcılarda ise narsisizm ile öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ( $r$  değerleri için;  $p < 0,05$ ). Buna göre erkek katılımcıların öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme puanları arttığında narsisizm puanları da artmaktadır.

**Tablo 3:** Narsisizm ile Şemalar ve Öz Şefkat Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Narsisizm	
	Kadın	Erkek
<b>Şema boyutları</b>		
Terk edilme	0,125	0,090
Duyusal yoksunluk	0,383**	0,310**
Kusurluluk utanç	-0,155*	-0,262**
Sosyal izolasyon	0,090	0,003
Bağımlılık yetersizlik	0,158*	-0,100
Başarısızlık	-0,069	-0,093
Dayanaksızlık	0,014	0,071
Yetersiz özdenetim	0,467**	0,351**
Kendini feda etme	0,143	0,191**
Onay arama	0,389**	0,509**
Karamsarlık	0,254**	0,302**
Duyuları bastırma aşırı sorumluluk	0,476**	0,216**
Yüksek standartlar	0,688**	0,686**
Cezalandırıcılık	0,200**	0,324**
<b>Öz şefkat boyutları</b>		
Öz sevecenlik	0,105	0,077
Öz yargılama	0,347**	0,332**
Paylaşımların bilincinde olma	0,227**	0,323**
İzolasyon	0,058	0,162*
Bilinçlilik	0,215**	0,061
Aşırı özdeşleşme	0,294**	0,261**

\*  $p < 0,05$  \*\*  $p < 0,01$

### 4.3. Araştırma Hipotezlerinin Test Edilmesi

Araştırmanın hipotezlerini test etmek için şemaların narsisizm üzerindeki etkisinde öz şefkat boyutlarının aracı rolü incelenmiştir. Bu incelemede şemalar bağımsız değişken olarak kabul edilirken, narsisizm bağımlı değişken olarak, öz şefkat alt boyutları ise aracı değişken olarak kabul edilmiştir.

Öz şefkat boyutlarının aracı rolü analizinde tanımlanan öncüller şunlardır:

1- Şemalar (bağımsız değişken) ve narsisizm (bağımlı değişken) arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.

2- Şemalar (bağımsız değişken) ve öz şefkat alt boyutları (aracı değişken) arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.



3- Narsisizm (bağımlı değişken) ve öz şefkat alt boyutları (aracı değişken) arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.

Bu öncüllere uygun olarak çoklu doğrusal regresyon analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda tablolarda gösterilmiş ve yorumlanmıştır.

#### 4.3.1. Şemaların Narsisizm Üzerindeki Etkilerinin Analizi

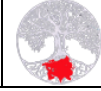
Tablo 4'te şemaların narsisizm üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Bulgulara göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının narsisizm değişkeninin varyansının kadınlarda %60,8'ini ( $F = 19,288$  ve  $p < 0,01$ ) ve erkeklerde %60,6'sını ( $F = 20,347$  ve  $p < 0,01$ ) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda yetersiz özdenetim, duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar şemaları narsisizmi anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Erkeklerde ise onay arama, duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar şemaları narsisizmi anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Öte yandan, erkeklerde sosyal izolasyon, bağımlılık yetersizlik ve cezalandırıcılık şemalarının narsisizmi anlamlı ve negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu bulgulara dayanılarak ilk öncülün sağlandığı varsayılmıştır.

**Tablo 4: Şemaların Narsisizm Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı değişken:	Kadın			Erkek				
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$		
Narsisizm								
Terk edilme	-0,062	-0,576	0,565	0,240	1,865	0,064		
Duygusal yoksunluk	-0,062	-0,626	0,532	-0,071	-0,626	0,532		
Kusurluluk utanç	-0,123	-1,150	0,252	-0,100	-0,720	0,473		
Sosyal izolasyon	-0,012	-0,121	0,904	<b>-0,309</b>	<b>-2,123</b>	<b>0,035</b>		
Bağımlılık yetersizlik	0,113	1,145	0,254	<b>-0,451</b>	<b>-3,199</b>	<b>0,002</b>		
Başarısızlık	-0,100	-0,939	0,349	0,046	0,384	0,701		
Dayanısızlık	-0,017	-0,194	0,846	0,106	0,630	0,529		
Yetersiz özdenetim	<b>0,191</b>	<b>2,277</b>	<b>0,024</b>	0,141	1,405	0,162		
Kendini feda etme	-0,137	-1,924	0,056	0,038	0,392	0,696		
Onay arama	0,013	0,152	0,880	<b>0,311</b>	<b>3,017</b>	<b>0,003</b>		
Karamsarlık	-0,019	-0,250	0,803	-0,141	-0,954	0,341		
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	<b>0,375</b>	<b>3,490</b>	<b>0,001</b>	<b>0,241</b>	<b>2,405</b>	<b>0,017</b>		
Yüksek standartlar	<b>0,542</b>	<b>7,020</b>	<b>0,000</b>	<b>0,543</b>	<b>5,314</b>	<b>0,000</b>		
Cezalandırıcılık	-0,119	-1,306	,193	<b>-0,198</b>	<b>-2,093</b>	<b>0,038</b>		
			F(14, 174) = 19,288, p < 0,01,			F(14, 185) = 20,347, p < 0,01,		
			R <sup>2</sup> = 0,608			R <sup>2</sup> = 0,606		

#### 4.3.2. Şemaların Öz Şefkat Üzerindeki Etkilerinin Analizi

İkinci öncülü test etmek için şemaların öz şefkat alt boyutu üzerindeki etkileri ayrı ayrı analiz edilmiş ve Tablo 5, Tablo 6, Tablo 7, Tablo 8, Tablo 9 ve Tablo 10'da gösterilmiştir.



Tablo 5'te şemaların öz şefkatin öz sevecenlik alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının öz sevecenlik değişkeninin varyansının kadınlarda %12,7'sini ( $F = 1,815$  ve  $p < 0,01$ ) ve erkeklerde %20,5'ini ( $F = 3,398$  ve  $p < 0,01$ ) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda yetersiz özenetim şeması öz sevecenliği anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Erkeklerde ise karamsarlık şeması öz sevecenliği anlamlı ve negatif yönde etkilemektedir.

**Tablo 5:** Şemaların Öz Sevecenlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken:	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Öz sevecenlik						
Terk edilme	-0,250	-1,557	0,121	0,034	0,187	0,852
Duygusal yoksunluk	-0,119	-0,812	0,418	0,304	1,896	0,060
Kusurluluk utanç	-0,058	-0,362	0,718	0,228	1,152	0,251
Sosyal izolasyon	-0,074	-0,480	0,632	-0,111	-0,539	0,591
Bağımlılık yetersizlik	-0,036	-0,243	0,809	0,248	1,235	0,218
Başarısızlık	0,243	1,531	0,128	-0,225	-1,315	0,190
Dayanıksızlık	0,016	0,123	0,902	0,316	1,328	0,186
Yetersiz özenetim	<b>0,298</b>	<b>2,382</b>	<b>0,018</b>	-0,078	-0,545	0,586
Kendini feda etme	-0,119	-1,120	0,264	0,150	1,085	0,279
Onay arama	0,039	0,310	0,757	-0,133	-0,907	0,365
Karamsarlık	-0,057	-0,505	0,614	<b>-0,680</b>	<b>-3,234</b>	<b>0,001</b>
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	0,205	1,282	0,202	0,031	0,219	0,827
Yüksek standartlar	0,093	0,812	0,418	0,157	1,082	0,280
Cezalandırıcılık	-0,114	-0,838	0,403	0,174	1,294	0,197
			F(14, 174) = 1,815, p < 0,05,		F(14, 185) = 3,398, p < 0,01,	
			R <sup>2</sup> = 0,127		R <sup>2</sup> = 0,205	

Tablo 6'da şemaların öz şefkatin öz yargılama alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının öz yargılama değişkeninin varyansının kadınlarda %72,4'ünü ( $F = 32,548$  ve  $p < 0,01$ ) ve erkeklerde %61,3'ünü ( $F = 20,965$  ve  $p < 0,01$ ) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda duygusal yoksunluk, kendini feda etme, karamsarlık, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemaları öz yargılamayı anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Ayrıca, kadınlarda başarısızlık şemasının öz yargılamayı anlamlı ve negatif yönde etkilediği saptanmıştır. Erkeklerde ise duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının öz yargılamayı anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde kusurluluk utanç ve dayanıksızlık şemalarının öz yargılamayı anlamlı ve negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir.



**Tablo 6:** Şemaların Öz Yargılama Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken: Öz yargılama	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Terk edilme	-0,087	-0,967	0,335	-0,151	-1,185	0,237
Duygusal yoksunluk	<b>0,550</b>	<b>6,651</b>	<b>0,000</b>	<b>0,425</b>	<b>3,798</b>	<b>0,000</b>
Kusurluluk utanç	0,064	0,711	0,478	<b>-0,432</b>	<b>-3,132</b>	<b>0,002</b>
Sosyal izolasyon	-0,114	-1,310	0,192	-0,101	-0,699	0,486
Bağımlılık yetersizlik	0,083	1,003	0,317	<b>0,730</b>	<b>5,220</b>	<b>0,000</b>
Başarısızlık	<b>-0,184</b>	<b>-2,064</b>	<b>0,041</b>	-0,104	-0,870	0,385
Dayanaksızlık	-0,020	-0,268	0,789	<b>-0,420</b>	<b>-2,531</b>	<b>0,012</b>
Yetersiz özdenetim	-0,114	-1,615	0,108	0,079	0,796	0,427
Kendini feda etme	<b>0,128</b>	<b>2,126</b>	<b>0,035</b>	-0,017	-0,172	0,864
Onay arama	0,078	1,117	0,266	-0,051	-0,497	0,620
Karamsarlık	<b>0,186</b>	<b>2,913</b>	<b>0,004</b>	<b>0,439</b>	<b>2,995</b>	<b>0,003</b>
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	-0,133	-1,473	0,142	-0,110	-1,107	0,270
Yüksek standartlar	<b>0,222</b>	<b>3,423</b>	<b>0,001</b>	0,018	0,179	0,858
Cezalandırıcılık	<b>0,276</b>	<b>3,613</b>	<b>0,000</b>	<b>0,294</b>	<b>3,142</b>	<b>0,002</b>
			F(14, 174) = 32,548, p < 0,01,		F(14, 185) = 20,965, p < 0,01,	
			R <sup>2</sup> = 0,724		R <sup>2</sup> = 0,613	

Tablo 7’de şemaların öz şefkatin paylaşımların bilincinde olma alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının paylaşımların bilincinde olma değişkeninin varyansının kadınlarda %28,8’ini (F = 5,022 ve p < 0,01) ve erkeklerde %37,5’ini (F = 7,917 ve p < 0,01) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda terk edilme ve kusurluluk utanç şemaları paylaşımların bilincinde olmayı anlamlı ve negatif yönde etkilemektedir. Erkeklerde ise duygusal yoksunluk ve bağımlılık yetersizlik şemalarının paylaşımların bilincinde olmayı anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan, erkeklerde kusurluluk utanç ve başarısızlık şemalarının paylaşımların bilincinde olmayı anlamlı ve negatif yönde etkilediği saptanmıştır.

**Tablo 7:** Şemaların Paylaşımların Bilincinde Olma Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken: Paylaşımların bilincinde olma	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Terk edilme	<b>-0,305</b>	<b>-2,103</b>	<b>0,037</b>	-0,131	-0,807	0,421
Duygusal yoksunluk	0,073	0,549	0,584	<b>0,382</b>	<b>2,683</b>	<b>0,008</b>
Kusurluluk utanç	<b>-0,335</b>	<b>-2,321</b>	<b>0,021</b>	<b>-0,537</b>	<b>-3,063</b>	<b>0,003</b>
Sosyal izolasyon	-0,094	-0,676	0,500	0,104	0,565	0,573
Bağımlılık yetersizlik	0,110	0,828	0,409	<b>0,834</b>	<b>4,693</b>	<b>0,000</b>
Başarısızlık	0,015	0,104	0,917	<b>-0,344</b>	<b>-2,274</b>	<b>0,024</b>
Dayanaksızlık	0,188	1,556	0,122	0,031	0,147	0,883



Yetersiz özdenetim	0,117	1,034	0,303	-0,240	-1,896	0,060
Kendini feda etme	0,064	0,663	0,508	0,047	0,379	0,705
Onay arama	0,086	0,761	0,448	-0,129	-0,996	0,321
Karamsarlık	0,097	0,951	0,343	-0,007	-0,036	0,971
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	0,165	1,144	0,254	-0,144	-1,141	0,255
Yüksek standartlar	0,071	0,679	0,498	0,133	1,035	0,302
Cezalandırıcılık	0,037	0,304	0,761	<b>0,335</b>	<b>2,815</b>	<b>0,005</b>
			F(14, 174) = 5,022, p < 0,01,		F(14, 185) = 7,917, p < 0,01,	
			R <sup>2</sup> = 0,288		R <sup>2</sup> = 0,375	

Tablo 8’de şemaların öz şefkatin izolasyon alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının izolasyon değişkeninin varyansının kadınlarda %68,4’ünü (F = 26,917 ve p < 0,01) ve erkeklerde %65,9’unu (F = 25,585 ve p < 0,01) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda sosyal izolasyon, kendini feda etme, onay arama ve karamsarlık şemaları izolasyonu anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Ayrıca kadınlarda başarısızlık ve duyguları bastırma aşırı sorumluluk şemalarının izolasyonu anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde ise sosyal izolasyon, karamsarlık ve yüksek standartlar şemalarının izolasyonu anlamlı ve pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Öte yandan, erkeklerde yetersiz özdenetim şemasının izolasyonu anlamlı ve negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir.

**Tablo 8:** Şemaların İzolasyon Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken: İzolasyon	Kadın			Erkek		
	$\beta$	t	p	$\beta$	t	p
Terk edilme	0,077	0,802	0,424	0,135	1,133	0,259
Duygusal yoksunluk	0,093	1,051	0,295	-0,129	-1,223	0,223
Kusurluluk utanç	0,107	1,113	0,267	0,224	1,731	0,085
Sosyal izolasyon	<b>0,301</b>	<b>3,243</b>	<b>0,001</b>	<b>0,459</b>	<b>3,392</b>	<b>0,001</b>
Bağımlılık yetersizlik	0,027	0,302	0,763	0,075	0,568	0,570
Başarısızlık	<b>-0,212</b>	<b>-2,215</b>	<b>0,028</b>	-0,095	-0,854	0,394
Dayanaksızlık	0,081	1,014	0,312	-0,202	-1,297	0,196
Yetersiz özdenetim	-0,081	-1,081	0,281	<b>-0,253</b>	<b>-2,710</b>	<b>0,007</b>
Kendini feda etme	<b>0,256</b>	<b>3,991</b>	<b>0,000</b>	0,090	0,994	0,322
Onay arama	<b>0,216</b>	<b>2,881</b>	<b>0,004</b>	0,137	1,432	0,154
Karamsarlık	<b>0,238</b>	<b>3,492</b>	<b>0,001</b>	<b>0,375</b>	<b>2,726</b>	<b>0,007</b>
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	<b>-0,212</b>	<b>-2,198</b>	<b>0,029</b>	-0,069	-0,736	0,462
Yüksek standartlar	-0,032	-0,464	0,643	<b>0,340</b>	<b>3,579</b>	<b>0,000</b>
Cezalandırıcılık	0,097	1,186	0,237	-0,084	-0,959	0,339
			F(14, 174) = 26,917, p < 0,01,		F(14, 185) = 25,585, p < 0,01,	
			R <sup>2</sup> = 0,684		R <sup>2</sup> = 0,659	

Tablo 9’da şemaların öz şefkatin bilinçlilik alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı





ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının bilinçlilik değişkeninin varyansının kadınlarda %21,4'ünü ( $F = 3,384$  ve  $p < 0,01$ ) ve erkeklerde %28,4'ünü ( $F = 5,247$  ve  $p < 0,01$ ) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda yetersizlik şeması bilinçliliği anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Erkeklerde ise duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik ve dayanıksızlık şemalarının bilinçliliği anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde başarısızlık ve karamsarlık şemalarının bilinçliliği anlamlı ve negatif yönde etkilediği bulunmuştur.

**Tablo 9:** Şemaların Bilinçlilik Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken:	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Terk edilme	-0,154	-1,009	0,314	-0,104	-0,601	0,549
Duygusal yoksunluk	0,159	1,144	0,254	<b>0,496</b>	<b>3,258</b>	<b>0,001</b>
Kusurluluk utanç	-0,259	-1,706	0,090	-0,183	-0,973	0,332
Sosyal izolasyon	-0,077	-0,529	0,598	-0,253	-1,293	0,198
Bağımlılık yetersizlik	-0,001	-0,009	0,993	<b>0,491</b>	<b>2,580</b>	<b>0,011</b>
Başarısızlık	0,238	1,579	0,116	<b>-0,478</b>	<b>-2,951</b>	<b>0,004</b>
Dayanıksızlık	-0,048	-0,382	0,703	<b>0,632</b>	<b>2,799</b>	<b>0,006</b>
Yetersiz özdenetim	<b>0,277</b>	<b>2,333</b>	<b>0,021</b>	-0,121	-0,896	0,371
Kendini feda etme	-0,142	-1,404	0,162	0,217	1,655	0,100
Onay arama	0,025	0,208	0,836	-0,145	-1,042	0,299
Karamsarlık	-0,136	-1,269	0,206	-0,443	-2,221	0,028
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	0,291	1,913	0,057	0,091	0,670	0,504
Yüksek standartlar	-0,008	-0,069	0,945	-0,141	-1,026	0,306
Cezalandırıcılık	-0,014	-0,109	0,914	0,195	1,533	0,127
	F(14, 174) = 3,384, p < 0,01, R <sup>2</sup> = 0,214			F(14, 185) = 5,247, p < 0,01, R <sup>2</sup> = 0,284		

Tablo 10'da şemaların öz şefkatin aşırı özdeşleşme alt boyutu üzerindeki etkilerini analiz etmek için kullanılan çoklu doğrusal regresyon testi bulguları kadın ve erkekler için ayrı ayrı gösterilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre kadınlarda ve erkeklerde bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şema boyutlarının aşırı özdeşleşme değişkeninin varyansının kadınlarda %65,3'ünü ( $F = 23,418$  ve  $p < 0,01$ ) ve erkeklerde %62,7'sini ( $F = 22,211$  ve  $p < 0,01$ ) açıklayabildiği görülmüştür. Bulgulara göre kadınlarda duygusal yoksunluk, kendini feda etme, onay arama, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemaları aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Ayrıca kadınlarda başarısızlık ve yetersiz özdenetim şemalarının aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde ise duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik ve karamsarlık şemalarının aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde kusurluluk utanç şemasının aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve negatif yönde etkilediği bulunmuştur.



**Tablo 10:** Şemaların Aşırı Özdeşleşme Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken: Aşırı özdeşleşme	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Terk edilme	0,022	0,217	0,829	-0,227	-1,819	0,070
Duygusal yoksunluk	<b>0,264</b>	<b>2,847</b>	<b>0,005</b>	<b>0,409</b>	<b>3,715</b>	<b>0,000</b>
Kusurluluk utanç	-0,120	-1,188	0,236	<b>-0,542</b>	<b>-4,000</b>	<b>0,000</b>
Sosyal izolasyon	0,017	0,170	0,865	-0,117	-0,826	0,410
Bağımlılık yetersizlik	0,133	1,435	0,153	<b>0,838</b>	<b>6,101</b>	<b>0,000</b>
Başarısızlık	<b>-0,236</b>	<b>-2,357</b>	<b>0,020</b>	-0,126	-1,081	0,281
Dayanaksızlık	-0,078	-0,925	0,356	-0,216	-1,325	0,187
Yetersiz özdenetim	<b>-0,216</b>	<b>-2,739</b>	<b>0,007</b>	-0,002	-0,024	0,981
Kendini feda etme	<b>0,136</b>	<b>2,026</b>	<b>0,044</b>	0,124	1,309	0,192
Onay arama	<b>0,176</b>	<b>2,238</b>	<b>0,026</b>	0,134	1,330	0,185
Karamsarlık	<b>0,419</b>	<b>5,869</b>	<b>0,000</b>	<b>0,441</b>	<b>3,058</b>	<b>0,003</b>
Duyguları bastırma aşırı sorumluluk	-0,072	-0,718	0,474	-0,180	-1,846	0,066
Yüksek standartlar	0,133	1,839	0,068	-0,008	-0,078	0,938
Cezalandırıcılık	<b>0,191</b>	<b>2,233</b>	<b>0,027</b>	-0,014	-0,151	0,880
			F(14, 174) = 23,418, p < 0,01,	F(14, 185) = 22,211, p < 0,01,		
			R <sup>2</sup> = 0,653	R <sup>2</sup> = 0,627		

Elde edilen bu sonuçlara göre şemaların, öz şefkat ölçeğinin altı alt boyutunu da hem kadınlarda hem erkeklerde anlamlı bir şekilde etkilediği anlaşılmıştır. Bu bulgulara dayanılarak ikinci öncülün sağlandığı varsayılmıştır.

#### 4.3.3. Öz Şefkatin Narsizm Üzerindeki Etkilerinin Analizi

Üçüncü öncülü test etmek için öz şefkatin altı alt boyutunun narsizm üzerindeki etkileri analiz edilmiş ve elde edilen bulgular kadın ve erkek katılımcılar için ayrı ayrı olmak üzere Tablo 11’de gösterilmiştir. Bulgulara göre bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve öz şefkat boyutlarının narsisizm değişkeninin varyansının kadınlarda %17,7’sini (F = 6,503 ve p < 0,01) ve erkeklerde %22,5’ini (F = 9,354 ve p < 0,01) açıklayabildiği görülmüştür. Kadınlarda öz yargılama boyutunun narsisizmi anlamlı ve pozitif yönde etkilediği, izolasyon boyutunun ise anlamlı ve negatif bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir. Erkeklerde ise paylaşımların bilincinde olma boyutunun narsisizmi anlamlı ve pozitif yönde etkilediği, bilinçlilik boyutunun ise anlamlı ve negatif bir şekilde etkilediği saptanmıştır. Bu bulgulara dayanılarak üçüncü öncülün de sağlandığı varsayılmıştır.

**Tablo 11:** Öz Şefkatin Boyutlarının Narsisizm Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı değişken: Narsisizm	Kadın			Erkek		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Öz sevecenlik	0,148	0,993	0,322	0,067	0,498	0,619
Öz yargılama	<b>0,638</b>	<b>3,239</b>	<b>0,001</b>	0,312	1,882	0,061
Paylaşımların bilincinde olma	-0,062	-0,456	0,649	<b>0,632</b>	<b>4,573</b>	<b>0,000</b>



İzolasyon	<b>-0,282</b>	<b>-2,838</b>	<b>0,005</b>	0,039	0,490	0,624
Bilinçlilik	-0,034	-0,221	0,825	<b>-0,501</b>	<b>-3,469</b>	<b>0,001</b>
Aşırı özdeşleşme	-0,078	-0,430	0,668	-0,243	-1,389	0,166
			F(6, 182) = 6,503, p < 0,01		F(6, 399) = 9,354, p < 0,01	
			R <sup>2</sup> = 0,177		R <sup>2</sup> = 0,225	

#### 4.3.4. Şemalarla Narsisizm Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracı Rolünün Analizi

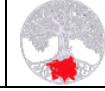
Aracı değişken analizi için belirlenen öncüller sağlandığı için öz şefkatin aracı rolü için regresyon analizlerine geçilmiştir. Şemalarla narsisizm arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolünün analizinden elde edilen bulgular kadın ve erkek katılımcılar için ayrı ayrı olmak üzere Tablo 12’de gösterilmiştir. Regresyon modeline önce şemalar eklenmiş, daha sonraki aşamada aracı değişken olarak modele öz şefkatin alt boyutları eklenmiştir. Öz şefkatin alt boyutları, şemaların önemli etkisi kaybolursa tam aracılık, önemini koruduğu halde gücünü kaybederse kısmi aracılık olarak değerlendirilmiştir.

Kadınlara yönelik olarak yapılan analiz incelendiğinde Model 2’nin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şemalar ile öz şefkatin kombine etkilerinin narsisizm değişkeninin değişiminin %62,8’ini açıklayabildiği anlaşılmaktadır (F = 14,171 ve p < 0,01). Elde edilen bulgulara bakıldığında kadınlarda duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm üzerindeki anlamlı etkisinin öz şefkatin alt boyutları modele dahil olduğunda anlamlılığını korusa da gücünün azaldığı görülmektedir. Buna göre kadınlarda duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar ile narsisizm arasındaki bağlantıya öz şefkatin kısmen aracılık ettiği söylenebilir.

Erkeklerle yönelik olarak yapılan analiz incelendiğinde Model 2’nin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve şemalar ile öz şefkatin birlikte oluşturdukları etkileşimin narsisizm değişkeninin varyansının %67,3’ünü açıklayabildiği görülmektedir (F = 18,413 ve p < 0,01). Elde edilen bulgulara bakıldığında erkeklerde bağımlılık yetersizlik, duyguları bastırma ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm üzerindeki anlamlı etkisinin öz şefkatin alt boyutları modele dahil olduğunda kaybolmadığı ancak etkilerinin azaldığı görülmektedir. Buna göre erkeklerde bağımlılık yetersizlik, duyguları bastırma ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm ile olan ilişkisinde öz şefkatin kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

**Tablo 12: Şemalarla Narsisizm Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracı Rolüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı değişken: Narsisizm	Kadın				Erkek			
	Model 1		Model 2		Model 1		Model 2	
	$\beta$	p	B	p	$\beta$	p	$\beta$	p
<b>Şemalar</b>								
Terk edilme	-0,062	0,565	-0,076	0,495	0,240	0,064	0,192	0,116
Duygusal yoksunluk	-0,062	0,532	-0,044	0,707	-0,071	0,532	-0,053	0,642
Kusurluluk utanç	-0,123	0,252	-0,158	0,177	-0,100	0,473	-0,122	0,404
Sosyal izolasyon	-0,012	0,904	0,034	0,761	<b>-0,309</b>	<b>0,035</b>	<b>-0,385</b>	<b>0,009</b>
Bağımlılık, yetersizlik	0,113	0,254	0,137	0,171	<b>-0,451</b>	<b>0,002</b>	<b>-0,423</b>	<b>0,005</b>



Başarısızlık	-0,100	0,349	-0,144	0,191	0,046	0,701	0,066	0,569
Dayanaksızlık	-0,017	0,846	0,015	0,869	0,106	0,529	0,156	0,354
Yetersiz özdenetim	<b>0,191</b>	<b>0,024</b>	<b>0,178</b>	<b>0,045</b>	0,141	0,162	0,173	0,084
Kendini feda etme	-0,137	0,056	-0,082	0,277	0,038	0,696	0,119	0,203
Onay arama	0,013	0,880	0,065	0,449	<b>0,311</b>	<b>0,003</b>	<b>0,434</b>	<b>0,000</b>
Karamsarlık	-0,019	0,803	0,050	0,565	-0,141	0,341	-0,037	0,805
Duyguları bastırma	<b>0,375</b>	<b>0,001</b>	<b>0,358</b>	<b>0,001</b>	<b>0,241</b>	<b>0,017</b>	<b>0,228</b>	<b>0,020</b>
Yüksek standartlar	<b>0,542</b>	<b>0,000</b>	<b>0,540</b>	<b>0,000</b>	<b>0,543</b>	<b>0,000</b>	<b>0,479</b>	<b>0,000</b>
Cezalandırıcılık	-0,119	0,193	-0,097	0,306	<b>-0,198</b>	<b>0,038</b>	<b>-0,386</b>	<b>0,000</b>
<b>Öz şefkat</b>								
Öz sevecenlik			0,027	0,809			0,045	0,685
Öz yargılama			0,050	0,787			<b>0,294</b>	<b>0,027</b>
Paylaşımların bilincinde olma			-0,126	0,263			<b>0,318</b>	<b>0,007</b>
İzolasyon			-0,165	0,115			-0,036	0,660
Bilinçlilik			-0,005	0,968			-0,121	0,315
Aşırı özdeşleşme			-0,062	0,683			<b>-0,547</b>	<b>0,000</b>
	F = 19,288*		F = 14,171*		F = 20,347*		F = 18,413*	
	R <sup>2</sup> = 0,608		R <sup>2</sup> = 0,628		R <sup>2</sup> = 0,606		R <sup>2</sup> = 0,673	

\* p < ,01

## 5. TARTIŞMA

Kişilik bireyin hayatını derinden etkileyen ve doğuştan gelen biyolojik özelliklerle birlikte daha sonra edindiği ve kökleşmiş davranışsal eğilimlerle şekillenen bir olgudur. Bireyin kişiliğini oluştururken tüm yaşamı boyunca yaşadığı olaylara ve durumlara bir önem ve anlam yükler. Bu süreç bireyin şemalarını oluşturma sürecidir. Oluşturulan bu süreçten sapmalar uyum bozucu şemaları içerir. Günümüz insanlarında, en dikkat çekici özelliklerinden birisi narsisizm olarak gün yüzüne çıkmaktadır. Narsisizm ise birey ve toplum için yıkıcı etkileri olan benmerkezcilik olma, vermeyi ve kaybetmeyi kabul etmeme, daima almaya odaklanma, sevgiyi ve yardımı ihmal etme, kendini dünyanın merkezi olarak görme, diğer insanlara değersiz ve gereksiz görme gibi davranış özelliklerini içerir. Öz şefkat ise bireylerin olumsuz koşullar altında eksikliklerinin ve başarısızlıklarının farkında olması ve hoşgörülü olması, olumlu yönlerine odaklanması ve kendilerini yargılamak yerine empatik bir tutum geliştirmesi, eksikliklerini ve başarısızlıklarını herkesin yaşayabileceği bir durum olarak görmesidir ve narsisistik kişilik bozuklukları gibi erken dönem uyum bozucu şemalarda aracı rol üstlenmektedir. Öz şefkat düzeyi yüksek olan insanlar kendilerini ve çevrelerini sever ve kendilerine değer verdikleri kadar değer verirler ve narsisizme karşı koyabilirler. Bu bağlamda bu çalışmadaki amaç, yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları, narsisistik kişilik ve öz şefkat arasındaki ilişkileri cinsiyet değişkenini de hesaba katarak incelemek ve yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları ile narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolünü araştırmaktır.

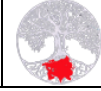
Yapılan çalışmada yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının narsisistik kişilik özelliklerini yaklaşık %60 açıklayarak önemli bir belirleyicisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte, şemalardan bazılarının narsisistik kişilik üzerinde



anlamli etkileri bulunduğu ve diğer bazılarının ise anlamli etkilerinin bulunmadığı saptanmıştır. Daha da ötesi kadınların ve erkeklerin narsistik kişilik özelliklerini belirleyen şemaların birbirinden farklı olduğu görülmüştür. Kadınların narsistik kişilik özelliklerini belirleyen şemaların yetersiz özenetim, duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar olduğu, diğer taraftan erkeklerin narsistik kişilik özelliklerini belirleyen şemaların ise duyguları bastırma aşırı sorumluluk, yüksek standartlar, sosyal izolasyon, bağımlılık yetersizlik ve cezalandırıcılık olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerde sosyal izolasyon, bağımlılık yetersizlik ve cezalandırıcılık şemalarının narsistik kişilik üzerindeki etkilerinin negatif yönlü olduğu bulunmuştur. Bu bulgulara dayanılarak araştırmanın  $H_1$  (*yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları narsistik kişilik özelliklerini etkiler*) ve  $H_2$ : (*yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının narsistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır*) hipotezlerinin doğrulandığı kabul edilmiştir.

Araştırmanın bulguları öz şefkatin altı alt boyutunun narsistik kişilik özelliklerini yaklaşık %20'lik bir varyans açıklayarak anlamli bir biçimde belirlediğini göstermiştir. Bununla birlikte, öz şefkatin altı alt boyutunun bazılarının narsistik kişilik üzerinde anlamli etkileri bulunduğu ve diğer bazılarının ise anlamli etkilerinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Daha da ötesi kadınların ve erkeklerin narsistik kişilik özelliklerini belirleyen öz şefkat boyutlarının birbirinden farklı olduğu anlaşılmıştır. Kadınlarda öz yargılama boyutu narsisizmi anlamli ve pozitif yönde etkilerden izolasyon boyutu anlamli ve negatif yönde etkilemektedir. Erkeklerde ise paylaşımların bilincinde olma boyutu narsisizmi anlamli ve pozitif yönde etkilerden bilinçlilik boyutu anlamli ve negatif yönde etkilemektedir. Bu bulgulara dayanılarak araştırmanın  $H_3$  (*yetişkin bireylerde öz şefkat narsistik kişilik özelliklerini etkiler*) ve  $H_4$ : (*yetişkin bireylerde öz şefkatin narsistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır*) hipotezlerinin doğrulandığı kabul edilmiştir.

Araştırmanın bulguları erken dönem uyum bozucu şema alanlarının öz şefkatin altı alt boyutunu %13 ila %72 arasında değişen oranlarda anlamli bir biçimde belirlediğini göstermiştir. Bununla birlikte, bazı şemaların öz şefkatin alt boyutları üzerinde anlamli etkileri bulunduğu ve diğer bazılarının ise anlamli etkilerinin bulunmadığı gözlemlenmiştir. Daha da ötesi kadınların ve erkeklerin öz şefkatin alt boyutları belirleyen şemaların birbirinden farklı olduğu tespit edilmiştir. Bulgulara göre kadınlarda yetersiz özenetim şemasının narsisizmi anlamli ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde ise karamsarlık şemasının öz sevecenliği anlamli ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Bulgulara göre kadınlarda duygusal yoksunluk, kendini feda etme, karamsarlık, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemalarının öz yargılamayı anlamli ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Ayrıca kadınlarda başarısızlık şemasının öz yargılamayı anlamli ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Araştırmaya göre kadınlarda terk edilme ve kusurluluk utanç şemalarının paylaşımların bilincinde olmayı anlamli ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde ise duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının öz yargılamayı anlamli ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde kusurluluk utanç ve



dayanısızlık şemalarının öz yargılamayı anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde duygusal yoksunluk ve bağımlılık yetersizlik şemalarının ise, paylaşımların bilincinde olmayı anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde kusurluluk utanç ve başarısızlık şemalarının paylaşımların bilincinde olmayı anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Yine bulgulara göre kadınlarda sosyal izolasyon, kendini feda etme, onay arama ve karamsarlık şemalarının izolasyonu anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Ayrıca kadınlarda başarısızlık ve duyguları bastırma aşırı sorumluluk şemalarının izolasyonu anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde ise sosyal izolasyon, karamsarlık ve yüksek standartlar şemalarının izolasyonu anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde yetersiz özdenetim şemasının izolasyonu anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Araştırma sonuçlarına göre kadınlarda yetersizlik şemasının bilinçliliği anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Erkeklerde duygusal yoksunluk, bağımlılık yetersizlik ve dayanısızlık şemalarının ise bilinçliliği anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Öte yandan erkeklerde başarısızlık ve karamsarlık şemalarının bilinçliliği anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Araştırma sonuçlarına göre kadınlarda duygusal yoksunluk, kendini feda etme, onay arama, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Ayrıca kadınlarda başarısızlık ve yetersiz özdenetim şemalarının aşırı özdeşleşmeyi anlamlı ve negatif yönde etkilediği görülmektedir. Bulunan bu sonuçlara göre şemaların, öz şefkat ölçeğinin altı alt boyutunu da hem kadınlarda hem erkeklerde anlamlı bir şekilde etkilediği görülmektedir.

Araştırmanın bulguları erken dönem uyum bozucu şema alanlarının narsistik kişilik özelliğini doğrudan etkilediği gibi öz şefkat üzerinden de dolaylı olarak etkilediğini, bir diğer ifadeyle öz şefkatin erken dönem uyum bozucu şema alanlarının narsistik kişilik özelliği üzerindeki etkilerine aracılık ettiğini göstermiştir. Bununla birlikte, öz şefkatin aracılık etkisinin kadın ve erkekler açısından farklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadınlarda duyguları bastırma, aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm üzerindeki anlamlı etkisinin öz şefkatin alt boyutları modele dahil olduğunda anlamlılığını korusa da gücünün azaldığı görülmektedir. Buna göre kadınlarda duyguları bastırma aşırı sorumluluk ve yüksek standartlar ile narsisizm arasındaki bağlantıda öz şefkatin kısmen aracılık ettiğini söylemek mümkündür. Erkeklerde ise bağımlılık yetersizlik, duyguları bastırma ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm üzerindeki anlamlı etkisinin öz şefkatin alt boyutları modele dahil olduğunda kaybolmadığı ancak etkilerinin azaldığı görülmektedir. Buna göre erkeklerde bağımlılık yetersizlik, duyguları bastırma ve yüksek standartlar şemalarının narsisizm ile olan ilişkisinde öz şefkatin kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir. Bu bulgulara dayanılarak araştırmanın H<sub>5</sub> (*yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanları öz şefkat aracılığıyla narsistik kişilik özelliklerini etkiler*) ve H<sub>6</sub>: (*yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının öz şefkat aracılığıyla narsistik kişilik özellikleri üzerindeki etkisi kadın ve erkekler açısından farklıdır*) hipotezlerinin doğrulandığı kabul edilmiştir.



Alanyazında daha önce gerçekleştirilmiş olan araştırmaların bulgularının bu araştırmanın bulgularıyla paralellik gösterdiği görülmektedir. Bu araştırmanın bulgularıyla uyumlu olarak alanyazındaki önceki araştırmalar erken dönem uyum bozucu şemalar ile narsisistik kişilik özellikleri arasındaki anlamlı bir ilişki olduğunu ve bu ilişkinin kadın ve erkekler açısından farklılık gösterdiğini ortaya koymuşlardır (Ahmadi vd., 2013; Yumuşak, 2013; Akar, 2014; Irkörücü, 2016; Koç-Ekinci, 2018; Kaya ve Kalkan, 2019; Toros, 2020; Sivri, 2020; Büyük ve Kaya-Cicereli, 2021; Aras, 2022). Benzer olarak, önceki alan araştırmaları erken dönem uyum bozucu şemalar ile öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve bu ilişkinin kadın ve erkekler açısından farklılık gösterdiğini belirlemişlerdir (Neff vd., 2007; Neff ve McGehee, 2010; şahin, 2014; Tel ve Sarı, 2016; Korkmaz, 2020; Set, 2021; Yıldız ve şarlak, 2022). Yine bu araştırmanın bulgularıyla uyumlu olarak alanyazındaki önceki araştırmalar öz şefkatin aracılık etkisini ve bu etkinin kadın ve erkekler açısından farklılığını tespit etmişlerdir (Neff, Pisitsungkagarn ve Hsieh, 2008; Raque Bogdan, 2010; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Kıcalı, 2015; Aktaş ve şahin, 2018; Aydoğdu, 2019; Set, 2021; Yıldız ve şarlak, 2022).

Yapılan tüm bu çalışmalar, öz-şefkatin sadece yaşam doyumunun belirleyicisi olarak değil, aynı zamanda etkili bir şifa yaklaşımı olarak erken dönem uyum bozucu şemaların iyileştirilmesinde aracı olarak değerlendirilebileceğini de göstermektedir. Önceki araştırmaların da benzer sonuçları, Türk kültüründe kadınların kendilerine karşı duyarlı olmaktan çok başkalarına karşı duyarlı, empatik ve destekleyici olmaya, erkeklerin ise bağımsız davranışlar sergilemeye, duygu ve düşüncelerini ifade etmeye teşvik edilmesiyle açıklanabilir. Buradan hareketle kadın ve erkek arasındaki farkındalık ve aşırı özdeşleşme boyutlarındaki farklılığın kadınların olumlu ve olumsuz duyguları dengelemekten çok olumsuz duygulara daha yatkın olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Bu bağlamda, erkek narsisizmi, bağımsızlık arayışı ve bu bağımsızlığı kaybetme korkusuyla açıklanabilirken, kadın narsisizmi toplumun beklentilerine uyma ve toplumsal alanda kabul görme ile ilgili olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmaların sonuçları kapsamında narsisizm ile Türk toplumundaki erkek rolleri ve algılanan erkek cinsiyet rolleri arasında benzerlik olduğu söylenebilir. Ayrıca kadınların toplumsal cinsiyet rollerinden daha fazla soyutlanması ve daha dışa dönük özelliklerinin ön plana çıkması sebebiyle kadınların narsisistik puanlarının günümüzde giderek arttığı söylenebilir. Çalışmaların sonuçlarına bakıldığında erkeklerin üstün görüldüğu bir toplumda, kadınların sevgi ve değer verilmekten mahrumiyetinin, kınanmasının ve psikolojik baskı altında tutulmasının, kadının kabul gördüğünü hissetmemesine ve kendini acımasızca öz yargılamasına sebep olmuş olabilir. Ayrıca olumsuz başa çıkma süreçleri, bireylerde uyumsuz şemaların da gelişmesine yol açabilir. Türk toplum yapısında erkekler, içinde yaşanılan ataerkil kültür ve erkeklerin hala topluma yararlı katkılar olarak görülmesi nedeniyle erken yaşlardan itibaren güçlü bir benlik duygusu geliştirebilirler. Buradan hareketle, kadınlardan daha özgür bir ortamda büyüyen ve yaşayan erkeklerin atılganlık, özgüven, gerçekçi ve olumlu benlik algısı gibi özelliklerle tanımlanan narsisizmin daha fazla olması beklenebilir. Ayrıca bu sonuç, erkeklerin narsisistik özellikleri daha açık sergileyebilmelerine de bağlanabilir.



Bu araştırmada yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şemalar ile narsisistik özellikler arasında, ayrıca öz şefkat arasında cinsiyet değişkeni bakımından anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, z şefkatin narsisizm ile negatif yönde ilişkili olduğu, narsisistik kişilik özelliklerinin ve uyum bozucu şemaların iyileştirilmesinde öz şefkatin aracılık ettiği ortaya konulmuştur. z şefkat, yetişkin bireylerde uyum bozucu şemalarda kişinin kendine yönelik yargılayıcı olmayan bir tutum geliştirmesi, psikolojik sıkıntılarını önleyebilmesi ve tampon etkisi yaratabilmesi açısından aracı konumdadır. Narsisistik özelliklerden arınan, duygusal dengeyi kişiliğinde barındıran bireylerin hallerinden hoşnut, öz şefkati yüksek ve olumlu duygular yaşamaya eğilimli olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, öz şefkatin bireylerin psikolojik iyi olma düzeylerine, narsisistik kişilik özelliklerinin giderilmesine dolayısıyla erken dönem uyum bozucu şemaların iyileşmesine aracı olduğu ortaya konulmuştur.

Bu araştırmanın sonuçlarına dayanılarak uygulayıcılar ve gelecekteki araştırmalar için bazı öneriler geliştirilmiştir: Toplumun ve ailelerin narsisistik kişilik özelliklerini azaltmak amacıyla uyumsuz şemaların erken dönemde ortadan kaldırılması için hem kızların hem de erkek çocuklar evrensel olarak benimsenen insan haklarına ve temel insani değerlere uygun olarak yetiştirilmelidirler. Yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların seviyesini tespit etmek ve değerlendirmek için geniş ölçekli sosyolojik araştırmalar yapılmalıdır. Bu bağlamda eğitim sistemlerinin ve politikalarının psikoloji alanı uzmanlarınca erken dönem uyum bozucu şemalara ilişkin bilişsel müdahale çalışmaları doğrultusunda sağlıklı şekilde yürütülmesi sağlanmalıdır. Gelecekteki araştırmalar uyum bozucu şemaların ve öz şefkatin narsisizm üzerindeki etkilerini farklı örneklem grupları ve çalışma alanları ile karşılaştırmalı olarak daha sık incelemelidirler. Gelecekteki araştırmalar uyum bozucu şemalar, öz şefkat ve narsisizm arasındaki ilişkilerde kadın ve erkek arasındaki farklılıklara özellikle odaklanmalıdırlar. Erken dönem uyum bozucu şemalar ve öz şefkatin aracı rolüne yönelik farklı faktörlerin incelenmesi daha kapsamlı çalışmaların ortaya çıkmasını sağlayarak literatüre katkı sağlayacaktır.

## REFERENCES

- Ahmadi, V., Ahmadi, S., Honarmand, M. M., Zargar, Y., Arshadi, N. ve Mirshekar, S. (2013). The relationship between attachment styles and narcissism among students of Shahid Chamran University in Iran. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 84, 215-218.
- Akar, A. (2014). *PDR ve Psikoloji Programı ğrencilerinin Empatik Eğilimleri ve Narsisistik Kişilik zelliklerinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Mersin: Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ak, M., İ. Kırpınar, M. Atmaca, A. Erkan Yüce, . Güler, ř. Kesici ve N. Akkişi Kumsar (2020). *Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi*. Nobel.
- Akhtar, S. ve Thompson, J. A. (1982). Overview: Narcissitic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20.
- Akın, ., Akın, A. ve Abacı, R. (2007). z-duyarlılık leği: Geçerlik ve güvenirlik alışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 01-10.





- Akın, A. (2010). Self-compassion and loneliness. *International Online Journal of Educational Sciences*, 2(3), 702-718.
- Aktaş, A. ve Şahin, M. (2018). Narsisistik özellik, öz-şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(6), 362-374.
- Andıç, S. (2013). *Ergenlik Döneminde Zihni Meşgul Eden Konularla İlişkili Değişkenler: Bağlanma Tarzları, Öz-Şefkat ve Psikolojik Belirtiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aras, İ. (2022). *Sosyal Medya Bağımlılığı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Narsisizm ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Atay, S. (2009). Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçe'ye standardizasyonu. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 181-196.
- Aydın Sünbül, Z. (2016). *The Relationship Between Mindfulness and Resilience Among Adolescents: Mediating Role of Self-Compassion and Difficulties in Emotion Regulation*. Master's Thesis. Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydoğdu, A. B. (2019). *Yoga Yapan ve Yapmayan Bireylerin Şema Düzeyi, Somatik Belirtiler ve Öz Şefkat Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Büyük, A. ve Kaya Cicereli, L. (2021). Evli bireylerin aldatma eğilimi ile büyülenmeci narsisistik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18 (42), 5230-5249.
- Campbell, W. K. ve Campbell, S. M. (2009). On the self-regulatory dynamics created by the peculiar benefits and costs of narcissism: A contextual reinforcement model and examination of leadership. *Self and Identity*, 8(2-3), 214-232.
- Cihangiroğlu, N., A. Teke, Y. Uzuntarla ve U. Uğrak (2015). Narsistik kişilik eğilimleri ile kurumsal bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin analizi. *Journal Of Management And Economics Research*, 13(1), 1-18.
- Condon, P. ve Feldman Barrett, L. (2013). Conceptualizing and experiencing compassion. *Emotion*, 13(5), 817-821.
- Costa, J., J. Marôco, J. Pinto-Gouveia, C. Ferreira ve P. Castilho (2016). Validation of the psychometric properties of the self-compassion scale. Testing the factorial validity and factorial invariance of the measure among borderline personality disorder, anxiety disorder, eating disorder and general populations. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 23(5), 460-468.
- Emmons, R. A. (1987). Narcissism: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 11-17.
- Ferreira, C., J. Pinto-Gouveia, C. Duarte (2013). Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: Implications for eating disorders. *Eating Behaviors*, 14(2), 207-210.



- Foster, J. D. ve Campbell, W. K. (2007). Are there such things as “narcissists”? The taxometric analysis of the narcissistic personality inventory. *Personality and Individual Differences*, 43, 1321–1332.
- Gilbert, P. ve Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clin Psychol Psychother*, 13, 353-379.
- Irkörüçü, A. (2016). Gender difference in early maladaptive schemas. *Ufuk Institute of Social Sciences*, 5(9), 103-119.
- Kaya, L. ve Kalkan, M. (2019). Üniversite öğrencilerinde narsistik eğilimler, bağlanma stilleri ve sosyal medya. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 9(2), 243–249.
- Kernberg, O. F. (2004). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Rowman & Littlefield Publishers.
- Kernberg, O. (2012). *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. (M. Atakay, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Kıcalı, Ü. Ö. (2015). *Öz Şefkat ve Tekrarlayıcı Düşünmenin Olumsuz Duygulanım ve Depresyon ile İlişkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koç-Ekinci, C. (2018). *Erişkinlerde Narsistik Kişilik Özelliklerinin Mizaç ve Karakter Boyutları ile Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 27, 360–400.
- Kohut, H. ve Wolf, E. S. (1978). The disorders of the self and their treatment: An outline. *The International Journal of Psychoanalysis*, 59, 413–425.
- Kohut, H. (2009). *The Analysis of The Self*. The University of Chicago Press.
- Korkmaz, K. (2020). *Romantik İlişkilerde İlişki Doyumu ve Yatırımı: Çatışma Çözme ve Öz-Duyarlılığın Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lasch, C. (2006). *Narsisizm Kültürü* (Çev., Öztürk, S. ve Yolsal, Ü.H.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınevi.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A. ve Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 887–904.
- McWilliams, N. ve Shedler, J. (2017). Personality syndromes. In V. Lingardi ve N. McWilliams (Ed.), *Psychodynamic Diagnostic Manuel* (Second Edi, pp. 15–74). The Guilford Press.
- Mosewich, A. D., Kowalski, K. C., Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Tracy, J. L. (2011). Self-compassion: Apotential resource for young women athletes. *J Sport Exerc Psychol*, 33, 103-123.
- Neff, K. (2003). Self compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.



- Neff, K. D., Hsieh, Y. P. ve DeJitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4(3), 263-287.
- Neff, K. D., K. Kirkpatrick ve S. S. Rude (2007). Self-compassion and its link to adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139- 154.
- Neff, K. D., Rude, S. S. ve Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41, 908-916.
- Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K. ve Hsieh, Y. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 39, 267-285.
- Neff, K. D. ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. ve Tirsch, D. (2013). Self-compassion and ACT. In T. B. Kashdan, J. Ciarrochi (Eds.), *Mindfulness, Acceptance, and Positive Psychology: The Seven Foundations of Well-Being* (pp. 78-106). Oakland, CA US: Context Press/New Harbinger Publications.
- Neff, K. D. ve Costigan, A. P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Österreich*, 114-117.
- Pauley, G. ve McPherson, S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83(2), 129-143.
- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 757-761.
- Raes, F. (2011). The effect of self-compassion on the development of depression symptoms in a non-clinical sample. *Mindfulness*, 2, 33-36.
- Rafaeli, E., D. P. Bernstein ve J. E. Young (2012). *Şema Terapi Ayırıcı Özellikler*. Miray Şaşıoğlu (Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Raque Bogdan, T. (2010). *Self-Compassion, Hope, And Well-Being Of Women Experiencing Primary And Second Infertility: An Application Of The Biopsychosocial Model*. Master Thesis. Maryland: University of Maryland.
- Raskin, R. N. ve Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports*, 45, 590.
- Raskin, R. ve Howard, T. (1988). A principal-components analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890-902.
- Sarıcaoğlu, H. ve Arslan, C. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2087-2104.



- Set, Z. (2021). Mediating role of narcissism, vulnerable narcissism, and self-compassion in the relationship between attachment dimensions and psychopathology. *Alpha Psychiatry*, 22(3),147-152.
- Seward, S. K. (2007). *Are Narcissists Bad For Relationships or are Relationships Bad For Narcissists?: The Effect of Narcissism on Close Relationships*. Canada: Department of Psychology St. Francis Xavier University Narcissism And Relationships.
- Sivri, Ö. (2020). *Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Çocukluk Çağı Travmalarının Kadınlarda Madde ve/veya Alkol Kullanımı Üzerindeki Etkisi: Bir Olgu-Kontrol Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Assessment of early maladaptive schemas: A psychometric study of the Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form 3. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(1), 75-84.
- Spencer, T. (2001). Should we call them human? Narcissistic personality disorder and co-morbid diagnoses. *Gale Encyclopedia of Psychology*, 2nd Ed. The Gale Group and Looksmart.
- Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin Öz Duyarlıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tel., F. D. ve Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlılık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (1), 292-304.
- Thompson, B. L. ve Waltz, J. (2008). Self-compassion and PTSD symptom severity. *Journal of Traumatic Stress*, 21(6), 556-558.
- Toros, B. (2020). *Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Twenge, J. M. ve Campbell, W.K. (2010). *Asrın Vebası: Narsisizm İletisi* (Ö. Korkmaz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Van Dam, N. T., S. C. Sheppard, J. P. Forsyth ve M. Earleywine (2011). Selfcompassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(1), 123-130.
- Yıldırım, M. ve Sarı, T. (2018). Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (4), 2502-2517.
- Yıldız, Ç. ve Şarlak, D. (2022). Erken dönem uyumsuz şemaları ile depresif belirtiler ve öz-duyarlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(5), 562-581.
- Yiğit, Z. (2015). *13 - 18 Yaş Aralığındaki Ergenlerde, Problemler İnternet Kullanımı, Öz Anlayış ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.



- Young, J. E. (1994). *Cognitive Therapy For Personality Disorders: A Schema-Focused Approach*. Rev. Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.
- Young, J. E. (1999). *Practitioner's Resource Series. Cognitive Therapy For Personality Disorders: A Schema-Focused Approach*. Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.
- Young, J. E., J. S. Klosko ve M. E. Weishaar (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York, NY: The Guilford Press.
- Young, J. ve Klosko, R. (2016). *Hayatı Yeniden Keşfedin*. İstanbul: Psikonet.
- Yurtseven, C. S. (2019). *Yetişkinlerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Yakın İlişkilerde Psikolojik Eğilimler ve Aldatma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.