

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KARARSIZLIK VE ERKEN DÖNEM
UYUMSUZ ŞEMALAR ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BÜŞRA SÖYLEMEZ

DANIŞMAN

DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

MAYIS 2019

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KARARSIZLIK VE ERKEN DÖNEM
UYUMSUZ ŞEMALAR ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BÜŞRA SÖYLEMEZ

DANIŞMAN

DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

MAYIS 2019

BİLDİRİM

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez Yazım Kılavuzu'na uygun olarak hazırladığım bu çalışmada:

- Tezde yer verilen tüm bilgi ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve sunduğumu,
- Yararlandığım eserlere atıfta bulunduğumu ve kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değiştirmede bulunmadığımı,
- Bu tezin tamamını ya da herhangi bir bölümünü başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.


İmza


01.10.2019

Büşra SÖYLEMEZ

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI

“Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlık Ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişki” başlıklı bu yüksek lisans tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında hazırlanmış ve jürimiz tarafından kabul edilmiştir.


Başkan: Doç. Dr. Tuncay AYAS



Üye: (Danışman) Doç. Dr. Eyüp ÇELİK



Üye: Dr. Öğr. Üyesi Okan BİLGİN



Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

21.06/2019



Prof. Dr. Ömer Faruk TUTKUN

Enstitü Müdürü

Oğlum Nasuh'a...
Kararlı olsun diye...

ÖN SÖZ

‘‘Kararsızlık en büyük felakettir.’’ Descartes

Kararlarımız nasıl bir insan olduğumuzu gösterir. Tıpkı bunun gibi kararsızlığımız da nasıl bir çocukluk geçirdiğimizin göstergesidir. Aslında bizim kim olduğumuz ve neler yaptığımız erken dönem yaşantımızda çevremizde kimlerin olduğu ve olup bitenler ile yakından ilgilidir. Dünyaya geldiğimiz andan itibaren kimin nasıl davrandığı kendimizin neyi nasıl algılayacağına ilişkin kalıplar oluşturmuş ve dünya ile içindekiler konusunda vereceğimiz yargıların belirleyicisi olmuştur. Böylece hayatımızda kararlar alırken kullanacağımız düşünce süzgeci oluşmuştur. Bu sebeple erken dönemde oluşan uyumsuz şemalarımızın neler olduğu ve kararsızlık yönümüzle ne derece ilintili olduğu konusundaki merakımız bu çalışmayı ortaya çıkardı.

Tez konumu belirleme noktasında benimle birlikte ince eleyip sık dokuyan ve kararsızlık yönümle mücadele etmeye çalışan, istediğim her an yardım için hazır olan, çalışmalarımın gidişatını benden daha sıkı takip eden; tez çalışmamızın en ince ayrıntılarını tekrar tekrar özverili bir şekilde, heves ve heyecanla bana aktararak yolumu aydınlatan pek değerli ve saygıdeğer tez danışmanım Doç. Dr. Eyüp ÇELİK’e hürmetlerimi sunarım. Kendisine teşekkür ederken hayatımın zatına benzer bir akademisyen olma çabasıyla geçeceğini bildirmek isterim. Minnettarım.

Eğitim-öğretim hayatım boyunca bana eğitim vererek yaşadığım tüm kararsızlıklara rağmen öğrenme ve bilgi edinme konusundaki kararlılığım ve heyecanımın mimarı olan tüm öğretmenlerime hürmet ve teşekkürlerimi sunarım. Özellikle araştırmaya olan ilgimin tohumlarını atan ilkokul öğretmenim Nermin GÖKÇE’yi rahmetle anarım.

Doğduğum günden itibaren maddi-manevi yanımda olan, sahip oldukları bilgi ve tecrübeleri nihai noktada kullanan, varlığıma vesile olan anne-babam Fatma-Fikret KAYRUL’a varoluş amacımı bulma noktasında önder oldukları için hürmetlerimi sunar; kardeşlerim Furkan ve Behlül Berkay KAYRUL’a çocukluk anılarımı şenlendirdikleri için teşekkür ederim.

Kararlı duruşuyla kararsızlık yönümü tamamlayan aynı sınıfı, aynı evi, aynı mesleği, aynı hali paylaşmaktan sonsuz mutluluk duyduğum değerli eşim Aydın SÖYLEMEZ’e iyi bir arkadaş, iyi bir meslektaş, iyi bir eş, iyi bir baba olduğu; meşakkatli tez yazım sürecinde hal ve davranışlarıyla her türlü yardımda bulunduğu ve beni özüme yaklaşmam noktasında teşvik ettiği için teşekkür ederim.

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KARARSIZLIK VE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR ARASINDAKİ İLİŞKİ

Büşra SÖYLEMEZ, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya Üniversitesi, 2019

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde kararsızlığın, erken dönem uyumsuz şemalar ve bazı değişkenler (cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü) açısından incelenmesidir. Bu çalışmanın örnekleme 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında Marmara Bölgesinde bulunan Sakarya Üniversitesi, Gebze Teknik Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi ve İstanbul Aydın Üniversitesi bünyesinde eğitim-öğretim gören 242 kadın 119 erkek olmak üzere toplam 361 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan bireyler 18-38 yaş arasında bulunan üniversite öğrencileridir

Araştırmada üniversite öğrencilerinin bazı niteliklerine (cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü) ilişkin bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” ile kararsızlık düzeylerine ilişkin veriler Bacanlı (1999; 2000) tarafından geliştirilen “Kişisel Karar Ölçeği (KKÖ)” ile erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin veriler Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır’ın (2009) Türkçe standardizasyonunu yaptığı “Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3)” kullanılarak toplanmıştır.

Araştırmada cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü değişkenleriyle ilgili sayı ve yüzdelik elde etmek için tanımlayıcı istatistik analizinden faydalanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve aile türü değişkenlerine göre kararsızlığın önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem t testi kullanılırken, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yere göre kararsızlığın önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için Tek Yönlü Varyans Analizi ve sonrasında Scheffe testinden faydalanılmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinde kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi ve erken dönem uyumsuz şemaların kararsızlığı yordama düzeyini incelemek amacıyla sırasıyla korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.

Veri analizi sonucunda üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin cinsiyet ve yaşamın çoğunun geçirildiği yer değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde

farklılaştığı fakat aile türüne göre önemli bir biçimde farklılaşmadığı görülmüştür. Korelasyon analizi sonucunda ise kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kararsızlık ile şemalar arasındaki korelasyon düzeyleri incelendiğinde, en yüksek korelasyon katsayısının kararsızlık ile başarısızlık ve bağımlılık erken dönem uyumsuz şemaları arasında olduğu, en düşük korelasyon katsayısının ise kararsızlık ile ayrıcalıklık şeması arasında olduğu görülmüştür. Ayrıca regresyon analizi yardımıyla duygusal yoksunluk, başarısızlık, bağımlılık, onay arama ve cezalandırıcılık erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının üniversite öğrencilerinde kararsızlığı yordadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Karar, kararsızlık, erken dönem uyumsuz şemalar, şema terapi.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN INDECISION AND EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS IN UNIVERSITY STUDENTS

Büşra SÖYLEMEZ, Master Thesis

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya University, 2019

The aim of this research is to examine the indecision of university students in the way of maladaptive schemas and some variables (gender, living place and family type). The sample of this study consists of 361 students (242 females and 119 males) who are studying in Sakarya University, Marmara University, Gebze Technical University, Yıldız Technical University, and İstanbul Aydın University in the 2017-2018 academic year. Individuals forming the study group are university students between 18-38 years old.

The data related to some qualifications of university students (gender, living place and family type) was collected with "Personel Information Form" that is developed by the researcher. The data about the level of indecision was collected with "Personal Decision Scale (PDC)" is developed by Bacanlı (1999;2000), and the data about early period maladaptive schemas with "Short Form of Young Schema Scale-3 (SFYCS-3)" is standardized as Turkish by Soygüt, Karaosmanoğlu and Çakır (2009).

In order to analyze the data of research, descriptive analysis was used to obtain the number and percentage of the answers about the variables (gender, living places and family type). Independence sample t-test was used to determine whether the level of indecision in university students was significantly different according to gender and family type variables. One way ANOVA and after that Scheffe was used to determine whether the level of indecision was significantly different according to living place. Moreover, correlation analysis was used to determine the relationship between indecision and early period maladaptive schemas. The regression analysis was used to determine the prediction of early period maladaptive schemas on the indecision.

The data analysis show that the level of indecision in university students acquires a different character in connection with different gender and living space while there is no statistically significant difference according to family type. According to the results of data analysis, it was found that there was a statistically significant relationship between

University students' indecision and early period maladaptive schemas. When correlation levels between indecision and schemas was examined, the highest correlation coefficient is among failure, and dependency early period maladaptive schemas with indecision, while the lowest correlation coefficient is between the schema of cliquishness and indecision. In addition, it is detected that the dimensions of early maladaptive schemas such as emotional deprivation, failure, dependency, approval-seeking, punitiveness predict to indecision with the aid of regression analysis.

Keywords: Decision, indecision, early period maladaptive schemas, schemas therapy.

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM.....	i
JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI.....	ii
İTHAF	iii
ÖN SÖZ.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
TABLolar.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR	xiv
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem durumu	1
1.2. Araştırmanın amacı ve önemi.....	4
1.3. Problem cümlesi	5
1.4. Alt problemler	5
1.5. Varsayımlar	6
1.6. Sınırlılıklar.....	6
1.7. Tanımlar	7
BÖLÜM II	8
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
2.1. Karar verme	8
2.1.1. Karar verme kuramları	9
2.1.2. Karar verme süreci.....	10
2.1.3. Karar verme sürecini etkileyen faktörler	11

2.1.4. Karar verme stilleri ve stratejileri	12
2.2. Kararsızlık	14
2.3. Şema	16
2.3.1. Şema kavramının tanımı	16
2.3.2. Şema terapi modeli	17
2.3.3. Erken dönem uyum bozucu şemalar	18
2.4. İlgili araştırmalar	19
2.4.1. Kararsızlık ile ilgili araştırmalar	23
2.4.2. Erken dönem uyumsuz şemalar ile ilgili araştırmalar	23
2.5. Alanyazın taramasının sonucu	26
BÖLÜM III	28
YÖNTEM	28
3.1. Araştırmanın yöntemi	28
3.2. Çalışma grubu	28
3.3. Veri toplama araçları ve veri toplama süreçleri	29
3.3.1. Kişisel kararsızlık ölçeği.	29
3.3.1.1. Kişisel kararsızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği	30
3.3.2. Young şema ölçeği kısa formu-3	30
3.3.2.1. Young şema ölçeği kısa formu-3'ün geçerlik ve güvenilirliği	31
3.4. Verilerin analizi	31
BÖLÜM IV	33
BULGULAR	33
4.1. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	35
4.2. Kararsızlığın cinsiyet değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular	38

4.3. Kararsızlığın aile türü değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular	39
4.4. Kararsızlığın aile türü değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular	39
BÖLÜM V	43
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	43
5.1. Sonuç ve tartışma	43
5.1.1. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkilere yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması	43
5.1.2. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından cinsiyet değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması	46
5.1.3. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından aile türü değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması	47
5.1.4. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından yaşam yeri değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması	48
5.2. Öneriler	48
5.2. 1. Araştırma sonuçlarına dayalı öneriler	48
5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler	49
KAYNAKLAR	52
EKLER	65
ÖZGEÇMİŞ	74

TABLÖLÄR LİSTESİ

Tablo 1. Regresyon Analizi Sayıtlarına İlişkin Sonuçlar	34
Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Kararsızlık Düzeyleri İle Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Analizi Sonucu	36
Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlık Değişkenini Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yordama Düzeylerine İlişkin Bulgular	37
Tablo 4. Kararsızlığın Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	38
Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlığın Aile Türüne Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin T-Testi Sonucu	39
Tablo 6. Betimsel İstatistik Sonuçları	40
Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlık Düzeyinin Yaşam Yerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	40
Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Yerine Göre Kararsızlık Düzeyine İlişkin Scheffe Testi Sonuçları.....	41

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Normal dağılım grafiği	34
---------------------------------------	----

SİMGELER VE KISALTMALAR

EDUŞ: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

KKÖ: Kişisel Karar Ölçeği

YŞÖ-KF3: Young Şema Ölçeği-Kısa Formu 3

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem durumu

Değişen dünya ve artan imkanlar ile birlikte insan yaşamının da değişime uğradığı ifade edilebilir. Bireyin yaşamını idame ettirmesi için gereken bileşenler çeşitlendikçe bunların arasından sağlıklı seçimler yapabilme becerisi kazanması da önemli bir faktör haline gelmiştir. Doğru kararlar verip bu karardan memnun ve kararının sorumluluğunu taşıma olgunluğuna sahip bireylerin hayatlarını daha doyumlu sürdürdüğü belirtilebilir. Bu noktada doğru karar verebilme becerisi kazanmanın önem teşkil ettiği söylenebilir.

Ürün ve hizmetlerin insan ihtiyacını aşacak şekilde artarak çeşitlendiği post-modern zamanda ise bireylerin maruz kaldıkları her türlü şeye sahip olmak istediği fakat sınırlı imkanlarının buna olanak sağlamadığı belirtilmektedir (Yanıklar, 2010). Böylece, istekleri arasında kararsızlık yaşayan kişinin bireysel ve toplumsal bağlamda olumsuzluklar yaşayabileceği söylenebilir. Kararsızlık davranışının stres yaratması, üretkenliğe zarar vermesi, zaman kaybına neden olması ve insan ilişkilerini etkilemesi bunlardan bazıları olarak kabul edilebilir.

Karar vermenin bireyin yaşamı boyunca karşılaşacağı bir durum olduğu söylenebilir. Her bireyin iç-dış faktörlerden etkilenerek edindiği alışkanlıkları ile kendine uygun bir strateji ile karar verdiği belirtilmektedir (Nas,2010). Konu ile ilgili araştırmalar (Çoban ve Hamamcı, 2006; Ersever, 1996; Kuzgun, 1993; Robins, 1989) incelendiğinde bireyler tarafından mantıksal, iç tepkisel, aşırı titiz davranma, erteleme, kararsızlık gibi karar verme stratejilerinin kullanıldığı görülmektedir. Bunlar arasında kararsızlığın kaçınılması gereken ve istenmedik bir strateji olduğu belirtilebilir. Kararsızlık stratejisini kullananların kendilerine en uygun kararı vermeye uğraştığı fakat verilen karardan memnun olmayan bireyler olduğu tespit edilmiştir (Kuzgun, 2002). Ayrıca araştırmalar bireye diğer karar verme stratejilerinin öğretilmesinin kişinin kendisinin ve çevresindeki kişilerin yaşam doyumunu arttıracığına işaret etmektedir (Bacanlı, 1999; Payne, Bettman ve Johnson, 1993).

Diğer taraftan kararsızlığın bireyin hayatında birçok olumsuzluğa sebep olduğu da belirtilebilir. Kararsızlığın gerek anlık gerekse uzun süreli olsun kişiyi bloke ettiği, olayları anlayabilmesi ve geniş planda düşünebilmesini engellediği belirtilmektedir (Gök, 2018). Hayatta her konuda yaşanan, bazen uzun bazense kısa süren bu durumun bireyleri toplum içerisinde dengesiz, gelgitleri olan ve pasif duruma düşürerek özgüvenlerinin azalmasına sebep olacağı düşünülmektedir (Yüksel, 2000). Dolayısıyla bu kişilerin bir sorunun çözümüne gitmesinin zorlaştığı hatta olası görülmediği ifade edilebilir. Kararsızlık yaşayan bireyler için konunun zor ya da basit olmasının sonucu değiştirmeyeceği; evhamlı, kuşkulu bir kişi durumuna gelebilecekleri çıkarımında bulunulabilir.

Araştırmacılar (Bağlıkol, 2010; Pekdoğan, 2015; Tosun, Yazıcı ve Altun, 2017) karar verme stratejileri üzerinde çalışmalar yapmışlar ve bireylerin karar verirken mantıklı, iç tepkisel, bağımlı, aceleci, kadercı, erteleyici, kararsızlık tepkilerini kullandıklarını belirlemişlerdir. Etkili ve uygun strateji olarak mantıklı karar verme stratejisi belirtilirken; kararına bağlanamama, kararından hoşnutsuzluk ya da kararını değiştirme isteği gibi güçlüklerle sebep olan kararsızlık istenmedik bir karar verme stratejisi olarak karşımıza çıkmakta ve kaçınılması gerekmektedir (Bacanlı, 2005). Bu noktada kişinin hayatında yaşam doyumunu düşürdüğü ve olumsuzluklara sebep olduğu belirtilen kararsızlık olgusunun ilişkili olduğu ve ona sebep olan faktörlerin araştırılıp çözüm yöntemlerinin belirlenmesinin birey için faydalı olabileceği söylenebilir. Ayrıca bu faktörlerin ortaya çıkmasında erken dönem yaşantılarının önemli olduğu da düşünülebilir.

Bireylerin olay ve olgulara karşı verdiği tepkilerin bireyin durumları nasıl yorumlayacağını belirleyen çarpık bilişsel yapı olan erken dönem uyumsuz şemalardan kaynaklandığı belirtilmektedir (Dobson, 2010; McGinn ve Young, 1996; Schmidt, Joiner, Young ve Telch, 1995; Stallard, 2007; Young, 2009). Çocukluk döneminde güvenlik, kabul edilme, duyguları ifade etme özgürlüğü, bakım, istikrar, gerçekçi sınırlara sahip bir dünyada yaşama gibi evrensel bir grup duygusal ihtiyacının karşılanması birey için yeterli olmadığında erken dönem uyumsuz şemaların ortaya çıktığı söylenmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

Bu şemaların katı ve değişime karşı dirençli oldukları belirtilmektedir (Young ve Klosko, 2003). Bu sebeple bireyin yaşamının ilerleyen safhalarında uyum bozucu hale gelebilir, çeşitli psikolojik bozuklukların altında yatan sebep olabilirler. Bununla birlikte şemaların kendimizi ve içinde yaşadığımız dünyayı algılamada bize bilgi sundukları ifade edilmektedir. Bu yönüyle kişide güven hissi uyandırdığı için şemanın değiştirilmesi kişinin

benlik algısı ve dünyanın nasıl bir yer olduğuna ilişkin alışkın olduğu görüşünü değiştireceği için şemanın sürdürülmesi kişiye acı verse de değiştirmek istemediği, kendini güvende hissettiğinden bireyin şemayı hayatı boyunca tekrarlama eğiliminde olduğu belirtilmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu yüzden değiştirilmesi zor örüntüler olarak görülebilecek şemaların kişilerin hayatını çıkmaza sokan kararsızlık davranışı ile ilişkili olabileceği düşüncesi savunulabilir.

Kararsızlık ile ilgili alan yazın incelendiğinde kararsızlık stratejisine zemin hazırlayan unsurların niteliğini konu alan araştırmalara geç başlandığı görülmektedir. Karar verme stratejilerinden biri olan kararsızlık özellikle 1960'lı yıllardan itibaren psikoloji araştırmaları arasında yer edinmiştir. Bu araştırmalar incelendiğinde daha çok anne baba tutumlarının kararsızlığı belirleyiciliğine odaklanıldığı görülmektedir. Yılmaz'a (2009) göre kararsızlığın değerlendirilmesi bu stratejinin kullanılmasına sebep olarak gösterilebilecek demokratik, otoriter ve koruyucu anne baba tutumlarıyla ilişkisinin araştırılmasını içermektedir.

Yapılan araştırmalarda kararsızlıkla ilgili şu soruların cevaplarının arandığı görülmektedir: Karar verme sürecini etkileyen şey nedir? Kararsızlığı, istenmeyen karar verme stratejisi yapan faktörler nelerdir? Kararsız bireylerin yaşantısal alt yapıları nasıldır? (Dural, 2015). Bu çerçevede, alan yazında karar verme sürecinin, kararsızlık stratejisi ile ilişkili değişkenlerin ve kararsızlığın alt yapısını oluşturan yetiştirme stillerinin araştırıldığı görülmektedir. Bu araştırmada ise bireylerin yaşamlarını doyum içerisinde ve verimli geçirebilmeleri için önemli bir faktör olan kararsızlık araştırılmaktadır. Bu yüzden bu araştırmada kararsızlık davranışını değiştirmeye yönelik yardım çalışmalarına katkı sağlayabilmek amacıyla kararsızlık ile ilişkili olabilecek bazı faktörler belirlenmeye çalışılmaktadır.

Alan yazın taraması sonucu kararsızlık davranışının insanlar üzerinde olumsuz etkisinin olabileceği özellikle de toplumun önemli bir kısmını oluşturan üniversite öğrencilerini bilişsel, duygusal ve sosyal yönden olumsuz etkileyeceği düşünülebilir. Ancak erken dönem uyumsuz şemalar ve kararsızlık ile ilgili uluslararası ve ulusal alanyazında herhangi bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde, bu araştırmanın kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkileri inceleyen ilk araştırma olması açısından da oldukça önemli olduğu savunulabilir.

Özetle, insanın yaşamı boyunca sayısız tercih ile karşı karşıya olduğu ve bu seçimlerini yaparken kararsızlık stratejisinin kaçınması gereken bir yerde durduğu ifade edilebilir. Erken dönem uyumsuz şemalar ise kişinin zamanında yeterince karşılanmamış ihtiyaçları sonucunda oluşan kalıplaşmış yapılar olarak belirtilmektedir. Bu şemalara alışkın olan kişi, devam etmelerinde güven duymakta ve rahatsız edici şemayı değiştirememektedir (Ekşim, 2016). Bu bilgiler ışığında, bireylerin süregelen bir kararsızlık içerisinde bulunmasının erken dönem uyumsuz şemaların tekrarı sebebiyle olabileceği varsayılarak bu konuda yapılacak çalışmaların sağlıklı karar verme sürecini doğuracağı söylenebilir.

1.2. Araştırmanın amacı ve önemi

Sınırsız ihtiyaç ve isteklere bireyin sınırlı zamanının yeterli gelemediği ve bir seçim yapması gerektiği söylenebilir. Bireylerin evlilik, çocuk sahibi olma, meslek sahibi olma, boş zamanlarını değerlendirme, giyeceği kıyafet, yapacağı yemek, satın alacağı ürün ve daha sayısız birçok konuda etkin karar verebilmesinin çocukluk ya da ergenlik döneminde edindiği olumsuz deneyimlerden etkilenip etkilenmediği araştırılmaktadır. Çalışmanın ergen yaş dönemi öğrencilerle yapılmış olmasının da kararsızlık kavramı ile dönemsel ilişkilerinden ileri geldiği belirtilebilir. Bu araştırma üniversite öğrencilerinin kararsızlık davranışlarını anlamlandırmada geçmiş yaşantılarının etkili olduğunu fark etmeleri ve kendi tutumlarının da gelecek nesiller için belirleyici bir rol oynayacağı konusunda bilinçlenmelerini sağlayacağı için önemlidir.

Üniversite öğrencilerinin mezuniyetlerinden sonra aile ya da iş yerinin bir parçası olacağı düşünüldüğünde yaptığı işi daha başarılı bir şekilde yapabilmesi, diğer çalışanlarla işbirliği yaparak daha verimli olabilmesi ve karar verme noktasında daha sağlıklı nesiller yetiştirebilmesi için çalıştığı ortama ve aile ortamına kendisinin karar verme ile ilgili yaşadığı sorunları getirmemesi gerekir. Getirdiği takdirde bir eş ya da çalışan olarak ailesine ve çalışma arkadaşlarına hem kötü örnek olabilir hem de kendi karar verme ikileleriyle meşgul olduğu için diğerleri karşısında bunalımlı bir insan görünümü oluşturabilir. Bu araştırma üniversite öğrencilerinin dikkatinin bu durum üzerine odaklanmasını sağlayarak kararsızlık hakkında bilgi sahibi olmalarını, karar verme konusunda yaşadıkları sorunların ve çatışmaların olumsuz etkilerini gelecek nesillere yansıtmamak için çözüm arayışlarına yönelmelerini sağlaması ve bu sorunları çözebilmeleri için kaynak teşkil etmesi açısından önem taşımaktadır. Ayrıca bu araştırma

kararsızlığa sebep olan çatışmaların çözümüne yönelik üniversite öğrencilerine ve diğer bireylere yönelik yardım çalışmalarını içeren programların geliştirilmesine ve eğitim-öğretim programlarında etkili karar vermeye yönelik konulara yer verilmesinin önemine dikkat çekeceği için de önemlidir.

Ülkemizde ve yurt dışında yapılan araştırmalarda kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiye ilişkin çalışmanın olmaması ve konunun öneminin araştırmayı gerekli kıldığı düşünülebilir. Bu araştırmanın değişkeni olan kararsızlığın erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi irdelendiğinde çıkacak sonuçların üniversite öğrencilerinin kararsızlık davranışı ve bu süreçte dikkat edilmesi gerekenler konusunda ışık tutacağı umulmaktadır. Kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin araştırılması, bu alanda ve farklı popülasyonlarda yapılacak çalışmalar için yol gösterici nitelikte olduğu belirtilebilir. Ayrıca bulgular sonucunda yapılacak müdahale çalışmaları bireylerin farkındalık düzeylerini artırarak kararsızlığı bir kişilik özeliği olarak değil aile ve sosyal çevre tutumları sonucu oluşan bir takım şema örüntülerinden kaynaklı değiştirilebilir bir davranış olarak benimseyerek etkin kararlar verme yolunda adım atmalarına sebep olabilir. Ek olarak, bu araştırmadan elde edilecek bulgular, çeşitli özel ve resmi psikolojik danışmanlık merkezlerinde, aile danışmanlığı alanında etkili karar verme programlarının geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Bu sebeple kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında ilişki olup olmadığı, eğer varsa hangi değişkenlerden etkilendiği ve bu durumun karar verilmesi gereken daha fazla durum ile karşı karşıya olan üniversite öğrencileri üzerinden tespit edilmesinin önemli olduğu söylenebilir.

1.3. Problem cümlesi

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeylerinin erken dönem uyumsuz şemalar ve bazı değişkenler (cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü) açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.4. Alt problemler

- Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeylerini erken dönem uyumsuz şemalar istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

- Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyleri cinsiyete, yaşamın çoğunun geçirildiği yere ve aile türüne göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.5. Varsayımlar

- Araştırmaya katılan yetişkin bireylerin ‘‘Kişisel Kararsızlık Ölçeği’’ ve ‘‘Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3’’te yer alan her soruyu samimi bir şekilde cevaplandığı varsayılmaktadır.
- Bu çalışmada kullanılan ölçeklerin ölçülmek istenen değişkenleri ölçebilir nitelikte olduğu varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

- Kararsızlık ve Erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin bulgular, Kişisel Kararsızlık Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3’ten elde edilen verilerle sınırlıdır.
- Araştırmada ulaşılan bulguların genellenebilirliği üniversite öğrencileriyle sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Kararsızlık: Mevcut alternatifler arasında karar verememe, verilen karardan hoşnut olmayarak rahatsızlık duyma olarak tanımlanmaktadır (Bacanlı, 1999). Kararsızlık ile ilgili yapılan araştırmalarda (Arslan, 2007; Bacanlı, 2000; Çakır, 2003) kararsızlığın aceleci kararsızlık, araştırmacı kararsızlık ve kronik kararsızlık olarak üç bölümde incelendiği görülmektedir.

Aceleci Kararsızlık: Birey elindeki seçenekleri incelemeyen, konu hakkında derinlemesine düşünmeden hızlıca karar vermekte ve daha sonra bu karardan hoşnutsuzluk yaşamakta ve kararını değiştirmektedir. Bu tip kişiler bir an önce karar verip kurtulmak istemektedirler. (Bacanlı, 2000).

Araştırmacı kararsızlık: Birey tüm seçenekleri gözden geçirdikten sonra hangisinin en iyisi olduğuna bir türlü karar verememekte ve kaygı yaşamaktadır (Bacanlı, 2000).

Kronik Kararsızlık: Kişisel kararsızlık ya da genelleştirilmiş kararsızlık olarak da adlandırılan ve insan gelişiminin doğal bir süreci olmayan bu kararsızlık tipi bireyin yaşamındaki tüm kararlarını verirken zorlanıp kaygılanması olarak ifade edilmektedir (Bacanlı, 2005).

Şema: Çevreden gelen uyararı anlama ve bilgiyi değerlendirmede kalıp görevi gören zihinsel yapılardır (Barlett, 1932).

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar: Bireyin çocukluk ya da ergenlik dönemi boyunca örseleyici deneyimleri sebebiyle gelişip yaşamı boyunca karmaşıklaşarak devam eden, kendilik yıkıcı biliş, duygu ve bedensel duyulardan oluşan örüntülerdir. Erken dönem uyumsuz şemalar birey için rahatsız edici olması yanında tanıdık olmalarının getirdiği güvenlik hissine bağlı olarak kendilerini devam ettirme eğilimindedirler (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Karar verme

Bireylerin yaşam doyumu ve verimi yüksek bir hayat sürebilmeleri için önemli etkenlerden birinin de tatmin edici ve doğru kararlar verebilme becerisi olduğu söylenebilir. Karar verme kavramı ile ilgili literatür incelendiğinde çeşitli araştırmacılar (Harris, 1998; Hastie, 2001; Kuzgun, 1992; Ömeroğlu, 2001; Simon, 1976; Tutar, 2000) tarafından bu kavramla ilgili birçok tanım yapıldığı görülmektedir. Karar kavramı, Türk Dil Kurumu (TDK) sözlüğünde bir iş veya sorun hakkında düşünülerek verilen kesin yargı olarak tanımlanmıştır (TDK, 2019). İngilizce ve Fransızca "decision" olarak ifade edilen karar kelimesi Latince "decidere" teriminden türemiştir. "Decidere" kelimesi kesmek, kesintiye uğratma, tartışmayı sona erdirmek anlamlarına gelmektedir (Tosun, 1992). Tüm bunlar göz önüne alındığında karar kavramının hareketsizlikten eyleme geçmeyi ifade eden bir terim olarak karşımıza çıktığı ifade edilebilir.

Karar verme ile ilgili farklı disiplinlere sahip araştırmacıların tanımlarının olduğu görülmektedir. Tutar (2000) karar vermeyi bir sorunun çözümü için yaptırımların belirlenmesi, bilgilerin toplanması ve analiz edilmesi, verilerin karşılaştırılması ve kişiye en uygun seçeneğin bulunarak sonuca varmayı içeren geleceğe yönelik riskli bir eylem olarak ifade etmektedir. Harris (1998) ise karar vermeyi kişinin değerleri ve kişinin bilgi toplama fonksiyonu üzerine odaklanma olmak üzere iki farklı şekilde tanımlamıştır. İlk tanıma göre karar verme kişinin kendisi için alternatifleri belirlerken değerlerini oluşturan istek, hedef, yaşam tarzı gibi faktörleri ile birlikte hareket etmesi anlamına gelmektedir. Kişinin kendisi için en uygun seçenekler hakkında yeterince veri toplanamayacağı iddia edilmekte, bu sebeple kararların kişi tarafından emin olunarak verilemeyeceği ve her zaman risk taşıyacağı ifade edilmektedir (aktaran Kurt, 2016). Kuzgun (1992)'a göre karar verme günlük problemlerle karşılaşan kişiyi tatmin edecek ya da ihtiyaç olarak düşündüğü bir amaca ulaştıran birden fazla yol bulunduğu anda bununla başa çıkma eğilimidir. Sonuç olarak karar verme, kişinin amaçlarına ulaşmak için var olan koşulları içerisinde isteklerini en uygun şekilde ayırıştırma işlemi olarak ifade edilebilir.

Karar verme kavramına ilişkin alanyazında yer alan tanımlar incelendiğinde araştırmacıların karar vermeyle ilgili genel olarak bir problemin varlığı, alternatif çözümleri belirleme süreci ve çözüme varma noktalarına odaklandıkları görölmektedir. Ayrıca geleceğe yönelik bir girişim olması ve sınırlı veriye ulaşım imkanının karar vermeyi riskli bir eylem kıldığı belirtilmektedir.

2.1.1. Karar verme kuramları

Alanyazın incelendiğinde bireylerin karar verme ile ilgili sorunlarının açıklanması için çeşitli kuramların geliştirildiği görölmektedir. Karar verme değişkeninin klasik karar verme kuramı (Simon, 1957), Gelatt karar modeli (Gelatt, 1962), Hilton karar modeli (Hilton, 1962), fayda kuramı (Baron, 1994), bilişsel güdü kuramı (Atkinson, 1999) ve çatışma kuramı (Janis ve Mann, 1977) bağlamında ele alındığı göze çarpmaktadır.

Klasik karar verme kuramı karar verme ile ilgili kişinin seçimlerinde rasyonel düşünmesi gerektiğini savunmaktadır. Bu kurama göre karar vermenin, seçenekler arasında kişiye en uygun olanın gerçekleşme durumu olan olasılık ve her bir olasılığın karar verme sonucunda kişiye kazandıracığı avantajın tercih edilmesini ifade eden kullanışlılık olmak üzere iki temel özeliğinin bulunduğu belirtilmektedir (Çolakkadioğlu, 2003). Karar verme davranışını açıklayan bir diğer kuram da bireyin elde ettiği alternatifleri isteme derecesinin karar vermede en önemli faktör olduğunu savunan Gelatt karar modelidir (Torun, 2007). Bu kurama göre yordama sistemi, değer sistemi ve karar sisteminin karar vermede sıkıntı yaşayan bireyler için gerekli olan üç bileşen olduğu ifade edilmektedir (Kuzgun 2000).

Bireylerin karar verme davranışları üzerine çalışma yapan araştırmacılar (Janis ve Mann, 1997) karar vermede seçeneklerin meydana getirdiği ikilemin ve bunlar arasından seçim yapma zamanının sınırlı olmasının sebep olduğu stres durumuna odaklanan çatışma kuramı ile açıklamaktadırlar (aktaran Çolakkadioğlu, 2010). Bir diğer karar kuramının ise kişinin karar vermesi için sahip olduğu alternatifler arasından kendisine en fazla yarar sağlayacak seçeneğe yöneldiğini iddia eden fayda kuramı olduğu görölmektedir. Kuramın kurucusu olan Baron (1994) fayda kuramının, bireyin ideal koşullarda olası seçenekler arasından hangisini seçmesini gerektiğini ortaya koyduğunu söylemekte ve bu yönüyle kural koyucu bir özeliği olduğunu belirtmektedir (aktaran Nelson-Jones, 1995).

Alanyazında karar verme ile ilgili kuramlar incelendiğinde bilişsel güdü kuramı ve Hilton karar modelinin karar verme ile ilgili odaklandıkları noktanın bilişsel dengesizlik olduğu

söylenbilir. Bunlardan bilişsel güdü kuramı bireyi karar verme için güdüleyen şeyin engellenme olduğunu savunmaktadır. Bireyin hedefleri ile kendisi arasında bir engelin varlığı ile karşı karşıya kaldığında bu engelin kaldırılması ve denge haline tekrar ulaşılması için karar verme ihtiyacı duyduğu bildirilmektedir (Atkinson, 1999). Hilton karar modeline göre ise bilişsel tutarsızlık bireyi karar vermeye motive eden içinde faktör olarak belirtilmektedir. Bu durum birey tarafından tahammül edilemez duruma geldiğinde bilişsel dengenin tekrar oluşabilmesi için bireyin karar alma davranışında bulunmak zorunda olduğu ifade edilmektedir (Kuzgun,2000).

Sonuç olarak, alanyazında var olan karar verme kuram ve modelleri incelendiğinde karar kuramcılarının şu iki soruya cevap aradıkları söylenebilir: Bireyler neden karar verirler? Bireyler neyi seçmelidirler? Bu soruların aynı zamanda kuramların birbirinden hangi noktada ayrıştığı konusunda da bilgi verebileceği ifade edilebilir. Karar kuramlarından çatışma kuramı, bilişsel güdü kuramı ve Hilton karar modelinin, elde edilen verilerin sebep olduğu bilişsel dengesizliği denge haline kavuşturmak ve böylece stres yaratan durumdan kurtulmak amacıyla karar verildiğini savundukları görülmektedir. Böylece bu kuramların bireylerin karar verme sebeplerini açıkladıkları sonucuna ulaşılabilir. Diğer yandan klasik karar verme kuramı, fayda kuramı ve Gelatt karar modelinin de kişi için en faydalı ve istenen olasılığın seçildiğini savunmaktadır. Buna göre bu kuramların bireyin neyi seçtiklerine ışık tuttuğu belirtilebilir. Bu bilgiler ışığında, kuramların kendi içlerinde karar verme sebeplerini ve karar verme seçeneklerini açıklamak üzere iki farklı odak noktasında gruplaştığı, sunulan bilgilerle bireylere karar verme stillerini fark etme ve değiştirme olanağı sağladığı söylenebilir.

2.1.2. Karar verme süreci

Bireylerin elde ettikleri alternatifler arasından istenirlik derecesi en yüksek olasılığı seçebilmeleri için etkin kullanabilecekleri bir zaman aralığına ihtiyaç duydukları söylenebilir. Zeleny'e (1982) göre karar öncesi dönem, karar dönemi ve karar sonrası dönem adı altında üç evreden oluşan karar verme süreci bulunmaktadır (aktaran Ersever 1996). Karar öncesi dönem, bireyi karar verme davranışına motive edecek gerilim oluşturan bir çatışma durumunun olduğu ve bu çatışmayı deneyimleyen karar verici kişinin en uygun seçenekleri arayıp avantaj ve dezavantajlarını değerlendirdiği bir süreç olarak ifade edilmektedir. Kişinin karar verme gerçeği ile karşılaştığı, topladığı verileri ideal olanla kıyaslayarak eleme yaptığı ve olasılıklar arasından kendine en uygun olanı seçtiği

uygulama aşaması ise karar dönemi olarak isimlendirilmektedir. Karar sonrası dönem ise olasılıklar arasından kişinin kendine en uygun olanı seçip uygulamaya koyma durumunu değerlendirme aşaması olarak bildirilmektedir (Carney ve Wells, 1995'ten aktaran Deniz 2002).

Köksal'a (2003) göre karar verme süreci amaç belirleme, amaca ulaştıracak alternatifler oluşturma, alternatifleri istek sırasına göre düzenleme ve en çok isteneni tercih etme şeklinde dört aşamadan oluşmaktadır. Bu süreçte birinci basamak olan hedeflerin belirlenmesi aşamasından üçüncü basamakta yer alan hedefe ulaştırıcı alternatiflerin sıralanması adımına kadar sağlıklı bir yol izlenmesi durumunda karar verme sürecinin pozitif olduğu sonucu çıkarılabileceği belirtilmektedir.

2.1.3. Karar verme sürecini etkileyen faktörler

Bireylerin kendilerine en uygun seçimi yapabilmeleri için belli adımları takip etmeleri ve bir sürece sahip olmaları gerektiği belirtilebilir. Bu süreç kişiden kişiye değişiklik gösterebilmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalar incelendiğinde karar verme sürecinin kişisel faktörler, kişilik özellikleri, kişinin yetiştiği aile, içinde bulunulan toplum ve zaman gibi birçok etken tarafından şekillendiği saptanmıştır (Özcan, 1999).

Kişisel faktörler ele alındığında bireyin ilgi ve yetenek, tutum, mizaç, beklentiler, inançlar, değerler, sosyal-fiziksel ve bilişsel özellikler gibi kişilik bileşenlerinin karar verme sürecinde belirleyici bir rol oynadığı ifade edilmiştir. (Şahin, 2010). Bir diğer faktör olan ailenin ise anne-baba tutumları bağlamında karar verme sürecini etkilediği belirtilmektedir (Dülger, 2008). Ailede ebeveynler tarafından alınan kararların şekli, sonuçların olayları nasıl etkilediği, karar sürecinde iletişime geçme ve kararı uygulama şekilleri çocuklar için örnek teşkil etmektedir (Brown ve Mann, 1990). Böylece ergen birey kendi kişisel yaşamı için alacağı kararların sürecini ebeveynleri aracılığıyla gözlemlemekte ve yetişkin hayatı için prova yapabildiği söylenebilir.

Araştırmacılar (James ve Byrnes, 2002; Mann, Burned, Radford ve Ford, 1998;) kişinin yaşamakta olduğu ülkenin sahip olduğu olanaklar, yaşam biçimleri, değerler, yasalar ve sosyo-ekonomik yapı gibi faktörlerin de karar verme konusunda belirleyici olduğunu belirtmektedir (Özel, 2009). Bunun yanında toplumun belirlediği kurallar, standartlar ve beklentiler bireyin bağımsız karar vermesi önünde engel oluşturarak diğerlerinin bilgi ve tecrübesine başvurmayı gerektirdiği ifade edilmektedir (Şahin, 2010). Böylece bireyin

yakın çevresi ve sosyokültürel olanaklarının karar sürecini şekillendiren faktörler arasında sayıldığı söylenebilir. Karar verme sürecini etkileyen bir diğer faktör olan zaman faktörünün de hem karar vermek için alternatifleri oluşturmada gerekli süre olarak hem de az ya da çok olmasıyla birey üzerinde yarattığı stres, kaygı ve rahatlık gibi duygusal tepkilere yol açma rolü olarak karar verme sürecini etkilediği tespit edilmiştir (Öztabak, 2013).

Sonuç olarak bireylerin kişisel özellikleri, içinde yetiştiği aile ile toplumun onları birbirinden farklı kıldığı ve böylece birbirinden farklı karar verme süreci ve kararı da beraberinde getirdiği sonucuna ulaşılabilir. Bu farklılık çerçevesinde, karar verme sürecini yönlendiren faktörlerin bireylerin karar verme stil ve stratejilerini de belirleyici unsurla olabileceği söylenebilir.

2.1.4. Karar verme stilleri ve stratejileri

Yapılan araştırmalarda karar verme stratejisi ve karar verme stili kavramları birbirlerinin yerine kullanılmış ve alanyazında bu kavramlar için farklı tanımlar yapıp ayırt edici özellikler sunan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Karar verme stratejilerinden biri olan kararsızlık kavramının ise bağımsız bir kavram olarak ele alındığı görülmektedir (Çakır, 2003).

Araştırmacılar bireysel özellikler ve yükleme biçimleri (Scott ve Bruce, 1995), eğitim düzeyi (Zekay, 1990) ile bireyin içinde bulunduğu sosyal faktörlerin (Payne ve diğerleri, 1993) o kişiye ait karar verme stillerini seçme ve kullanmada etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Karar verme sürecinde bireylerin toplamış olduğu bilgilerin erken çocukluk döneminde oluşturmuş oldukları ve kişiliğin bir parçası olan bilişsel stilleri yardımıyla özümşenip yorumlandığı söylenebilir. Böylece benzer bilgileri toplayan bireylerin karar verme sürecinde farklı tutumlar sergilemiş olmalarının bireysel özellikler ve yükleme biçimleri ile yakından ilişkili olduğu sonucuna ulaşılabilir. Bireylerin aile üyeleri, arkadaş ve yakın çevrelerine karşı hissettikleri sorumluluk duygusunun da karar verirken nasıl davranacaklarını etkileyen bir unsur olduğu belirtilmektedir (Payne ve diğerleri, 1993).

Alanyazın incelendiğinde araştırmacıların (Dinklage, 1967; Kuzgun, 1992; Nelson, 1982; Scote ve Bruce, 1985) karar verme stilleri hakkında birbiriyle ilişkileri bulunan çeşitli görüşlerinin olduğu tespit edilmiştir. Kuzgun (1992) bireylerin farklı karar durumlarında birbirinden farklı biçimde davrandıklarını belirtmekte ve bu biçimleri sezgisel, mantıklı,

bağımlı, aceleci ve kararsız karar verme stratejileri olarak isimlendirmektedir. Kararsızlık stratejisinin ise kaçınılması gereken durum olduğu kabul edilmektedir (Bacanlı, 2000).

Karar verme stilleri konusunda ilk defa çalışma yapan Dinklage'ın (1967) gençler üzerinde araştırma ve gözlemlerde bulunduğu, bunlar sonucunda içtepesel davrananlar, kaderciler, boyun eğenler, erteleyenler, kendine eziyet edenler, plan yapanlar, sezgisel davrananlar ve donup kalanlar olmak üzere 8 farklı karar verme stili oluşturduğu belirtilmektedir. Bu stillerden plan yapanlar grubunun olasılıkları sistemli, derinlemesine ve etraflıca inceleyip kendi istekleri ve imkanlar arasında dengeli bir değerlendirme yaparak en uygun kararı verdikleri ifade edilmektedir (Arslan, 2011). Ayrıca karar verme stillerinden içtepesel davrananların seçenekler üzerinde yeterince ve mantıklı bir değerlendirme yapmadan karşılaştıkları ilk seçeneğe yöneldikleri bildirilmektedir (Tunç, 2011). Bu bağlamda, plan yapanlar karar verme stiline Kuzgun (1992)'un belirttiği kararsız karar verme stratejisinden araştırmacı kararsızlığın öğelerini taşıdığı, içtepesel davrananlar karar verme stiline ise aceleci kararsızlık stratejisinin özelliklerini barındırdığı çıkarımında bulunulabilir.

Karar verme stillerini öğrenilmiş alışkanlık olarak değerlendiren Scott ve Bruce (1995) ise akılcı, sezgisel, bağımlı, kaçınan ve spontan karar verme stili olarak isimlendirdiği beş çeşit karar verme stilinden bahsetmiştir (aktaran Deveci, 2011). Akılcı karar verme stiline göre hareket eden bireylerin seçenekler arasında karar verirken bilgi toplayıp, bu bilgileri araştırıp inceleyerek durumuna en uygun kararı dikkatlice verdiği ifade edilmektedir (Yıldız, 2015). Bu bilgiler ışığında akılcı karar verme stiline Kuzgun (1992)'un belirttiği araştırmacı kararsızlık stratejisi ile benzer niteliklere sahip olduğu söylenebilir.

Bireylerin karar verirken ne şekilde davrandıkları üzerine çalışmalar yapan Nelson (1982) her bireyin kendisine has karar verme stilleri olduğunu ifade etmekte ve bu stilleri mantıklı, dürtüsel, karar verme stilleri olarak isimlendirmektedir. Bu stillerden mantıklı karar verme stiline sahip kişilerin seçenekler üzerinde objektif bir şekilde değerlendirme yaptıkları bildirilmektedir (Temel, 2015). Buna ek olarak dürtüsel karar verme stilini benimseyen kişilerin de rasyonel bir tutum sergilemeden ani karar verme biçimi olarak belirtilmektedir (Çimen, 2017). Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda stiller arasındaki benzerliklere dayanarak mantıklı karar verme biçimi ile araştırmacı kararsızlık stratejisinin, dürtüsel karar verme stili ile aceleci kararsızlık stratejisinin eşleşebileceği düşünülebilir.

Özet olarak, kuramcıların öne sürdüğü karar verme stillerinin birbiri ile ortak noktalarının bulunduğu ifade edilebilir. Buna ek olarak, karar verme stilleri ile ilgili yapılan araştırmalarda dürtüsel karar verme stili, içtepisel davranan karar verme stili ve kararsızlık karar verme stili gibi bazı karar verme stillerinin bireylerin seçimlerini bir sonuca vordırmada etkili olmadığı söylenebilir. Ayrıca karar verme stilleri içerisinde yer alan kararsızlığın ayrı bir olgu olarak incelenip değerlendirilmesinin bireylerin karar verme davranışlarını anlamlandırma noktasında faydalı olabileceği belirtilebilir.

2.2. Kararsızlık

Kişilerin yaşamlarında rutin ya da kritik durumlarda kendileri için en uygun seçeneği tercih etmelerine kararsızlık karar stratejisinin büyük bir engel olduğu söylenebilir. Bu sebeple, karşı karşıya kalınan bu çıkmazı açıklayabilmek için araştırmacılar (Bacanlı, 2005; Crites, 1969; Osipow, 1999; Vennum ve Fincham, 2011) tarafından kararsızlık olgusunun ele alındığı görülmektedir. Kararsızlığın, teorisyenler tarafından 1970 yılına varana dek kararlı olma ve kararsızlık hali olarak iki farklı ve uç boyutlarda değerlendirildiği, yetmişli yıllardan sonra kararlı olmadan kararsızlık durumuna ya da tersi bir durumdan bahsedilerek iki boyutlu görülmekten çıkarılıp tek boyutlu, süreğen bir süreç olarak tanımlanmaya başlandığı savunulmaktadır (Bacanlı, 2005).

Türk Dil Kurumu açıklamasına göre kararsızlık ‘‘Kararsız olma durumu, tereddüt, düzensizlik, istikrarsızlık’’ olarak ifade edilmektedir (TDK, 2018). Osipow (1999) kararsızlığı kişinin karara ulaşma yollarını denemekten vazgeçtiği geçici bir durum ya da gelişimsel bir safha olarak tanımlamıştır. Crites (1969) ise kararsızlığı bir davranış biçimi ya da kavram olarak ele alıp açıklayan çalışmaların bulunmadığı fakat deneysel çalışmalara bir veri oluşturmak amacıyla kararsızlığın doğasına ilişkin bazı gelişimsel ve kişisel etmenlerin varlığından söz etmiştir (aktaran Çakır 2003). Bu tanımlara göre kararsızlığın, kişinin gelişimsel süreçte yaşadığı kaçınılmaz bir deneyim olarak görülmekle birlikte özünde belirsizlik ve pes etme durumlarını barındırdığı söylenebilir.

Alanyazın incelendiğinde kararsızlık kavramının zamana bağlı olarak değişkenlik gösteren bir olgu olduğu görülebilir. Kararsızlık konusunda gelişimsel görüşe göre kişilerin gençlik döneminde ileri yaşlarına kıyasen daha fazla kararsız kaldığı savunulmaktadır. Araştırmalara göre genç bireylerin yaşlı bireylere göre karşılaştıkları problemlerde karar verme stratejileri farklılaşmakta ve kararsız kalmakta oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca

gelişim sürecinde yerine getirilmesi gereken gelişim ödevlerini tamamlayamayan kişilerin ilerleyen gelişim dönemlerinde de kararsızlık yaşadıkları belirtilmektedir (Çakır, 2003).

Kararsızlıkta kişisel etmenler söz konusu olduğunda kararsızlığın bir durumdan çok kişilik yapısı olduğu ifade edilmektedir. Kişinin meslek, iş ya da eş seçimi gibi önemli konularda kararsız kalması dışında günlük yaşantısında seçim yapması gereken her konuda kararsızlık stratejisini kullanması bir kişilik olarak kabul edilmekte ve bazı araştırmacılar (Cohen ve diğerleri, 1995; Vondarecek ve diğerleri, 1990) tarafından bu kişilerin kronik kararsızlık yaşadıklarını ifade etmektedir (Çakır 2003). Bu çerçevede, evlilik, kariyer, yaşam alanı tercihi gibi kişinin hayatında önemli sonuçlar meydana getirecek durumlar dışında seçimlerinin çoğunu bir zorluk ve belirsizlikle karşılaşmasının bireyin kişiliği haline gelmiş kronik bir kararsızlık olarak görüldüğü ifade edilebilir.

Ulusal alanyazında kararsızlık konusunda en çok araştırma yapan Bacanlı'ya (1999) göre ise kararsızlık, bireylerin seçenekler arasında araştırma yaptıktan sonra kendisine en uygun olanı tercih etmesiyle birlikte daha sonra bu seçimden memnun olmama düşüncesini ifade etmektedir. Yapılan çalışmalarda kararsızlık kavramını aceleci ve araştırmacı kararsızlık olmak üzere iki alt boyut şeklinde incelendiği görülmektedir (Bacanlı, 2000).

Aceleci kararsızlık, kendisi için en uygun kararı verebilmek için alternatifler hakkında veri toplamama, o anda istediği gibi hızlıca ve derinlemesine düşünmeksizin karar verme durumu olarak ifade edilmektedir. Bu kişilerin karar verme durumu ile karşılaşmamak için seçenekleri değerlendirmeden tercih yaptıkları, karar vermekten kaçındıkları ve en sonunda da verimli bir şekilde verilmemiş kararlarında pişman oldukları tespit edilmiştir. Araştırmacı kararsızlık ise etkin bir karar verebilmek için olasılıklar ile ilgili tüm araştırmaları derinlemesine yapma fakat avantajlı seçenekler arasında seçim yapmakta zorlanma, tercihi kesinleştirme konusunda yoğun kaygı duyma ve güçlüklerle verilen karardan daha sonra vazgeçme durumu olarak tanımlanmaktadır (Bacanlı, 1999). Bu bağlamda, kararsız bireylerin seçenekleri değerlendirmeden aceleci davranmaları ya da gereğinden fazla araştırma yaparak karar verme sürecini uzatmaları kararsızlığın kişilik özelliklerine göre farklılaşabilen iki farklı çeşide ayrıldığı belirtilebilir.

Aceleci ve araştırmacı kararsızlık davranışını kız ve erkeklerin benzer seviyede kullandıkları, karar verme ile yüzleşmekten kaçındıkları, seçenekleri etkin bir şekilde değerlendirip faydalı veriler toplama konusunda kaygı duydukları, çoğunlukla da verdikleri kararlardan vazgeçtikleri araştırmalarda belirtilmektedir (Sardoğan, 2006). Bireylerin karar verme

durumunda aceleci ya da araştırıcı kararsızlık stratejisini kullanması bu stratejiyi benimsemiş aile üyelerini model aldıklarından dolayı olabileceği de ifade edilmektedir (Yılmaz, 2009). Böylece kız ya da erkek cinsiyet ayrımı olmaksızın bireyin aile örnekleminin bireyde kararsızlık stratejisinin tanımlanmasında etkili bir faktör olabileceği söylenebilir.

Kararsızlık ile ilgili yapılan çalışmalarda (Crite, 1981; Lewko, 1994; Osipow, 1999; Salamone, 1982; Rojewski, 1994) kronik kararsızlık ve kariyer kararsızlığı kavramlarından da söz edilmektedir. Kariyer kararsızlığının kişisel ya da çevresel birçok faktöre bağlı olarak meslek, iş ya da kariyer seçiminde bir sonuca varamamayı ifade ettiği belirtilmekte; kişinin ergenlik döneminde deneyimlediği bir süreç olduğundan gelişimsel, normal ve geçici bir durum olarak görülmektedir (aktaran Bacanlı, 2005). Kişinin yaşamında uğraş alanları konusunda seçim yapamamasını ifade eden kariyer kararsızlığı kavramının da kararsızlığın özellikle ergenlik gelişim dönemine has bir çeşidi olduğuna sonucuna ulaşılabilir.

Kararsızlık kavramını açıklamaya çalışan araştırmacıların savlarından birinin de kararsızlık davranışının varlığı ile ilgili iki farklı görüşün bulunduğu yönünde olduğuna söylenebilir. Bunlardan birinin kararsızlığın bir mizaç olarak doğuştan geldiğini savunduğu diğerinin ise yaşantılar sonucu öğrenildiği yönünde olduğuna görülmektedir (Dural, 2015). Vennum ve Fincham (2011) ise kararsızlığı kişinin var olan seçeneklerini bir irade ve bilinçli bir yönelim ile değerlendiremediği bir olgu olarak değerlendirmekte ve savuşturma davranışı olarak tanımlamaktadır.

Sonuç olarak, kararsızlığın tanımı ya da ne olduğuna ile ilgili yapılan birçok açıklamanın bulunduğu görülmektedir. Kararsızlığın bireyin karşılaştığı durumlara verdiği bir tür tepki olarak görüldüğü, bir kavram olarak tanımlanmaktan ziyade daha çok kişisel ve toplumsal etkileriyle açıklanabilen bir olgu olarak değerlendirildiği söylenebilir.

2.3. Şema

2.3.1. Şema kavramının tanımı

İnsan söz konusu olduğunda merak edilen en temel özelliklerden birinin davranış ve tepkilerindeki farklılıkların nedeni olduğuna söylenebilir. Bir insan, belirli bir durumla karşı karşıya kalınca neden yüzlerce, belki binlerce seçenek içinden o davranışı/tepkiyi seçer? Bu soruların cevabını arayan araştırmacılar bu farklılığı şema kavramı ile açıklamışlardır.

Şema sözcüğü Antik Yunan Stoacı Felsefeciler tarafından mantık prensiplerini açıklamak için “çıkarım şemaları” ifadesi kullanılarak ifade edildiği söylenmektedir. Kantçı felsefeye göre ise bir grubun tüm üyelerinin bir olgudan aynı çıkarımda bulunmasını şema olarak tanımlandığı ifade edilmektedir (Young ve diğerleri, 2013).

Alanyazın incelendiğinde şema kavramından mutidisipliner bir olgu olarak bahsedildiği görülebilir. Şema kavramı cebirsel geometri, edebi analiz, bilgisayar programlama, eğitim gibi alanlarda kullanılmayan yanı sıra Piaget (1962) ile psikoloji alanında da kullanılmaya başlandığı ifade edilmektedir. Bilişsel Psikoloji literatüründe çocuğun bilişsel gelişimiyle ilgili çalışmaları ile tanınan Piaget’e göre şema kişinin uyararı algılama, yorumlama ve çözümlemesini sağlayan soyut bir bilişsel taslak olarak tanımlanmaktadır (Young ve diğerleri, 2013).

Yapılan araştırmalarda şema kavramının psikoloji literatüründeki tarihsel sürecinde bir terapi modeline dönüştüğü görülebilir. Şema terapi kuramını ortaya atan Jeffrey Young (1994) şema kelimesi ile toksik çocukluk deneyimleri sonucu çeşitli sorunların meydana gelmesine sebep örüntüleri erken dönem uyumsuz şemalar olarak ifade etmektedir. Ayrıca Young’ın (1994) şema için çeşitli özelliklerin barındığı geniş bir tanım yaptığı görülmektedir. Young’a (1990, 1999) göre şema anı, duygu, biliş ve bedensel duyulardan oluşan; çocukluk ve ergenlik döneminde gelişip kişinin yaşamı boyunca karmaşıklaşan; kişinin kendisi, dünya ve başkalarıyla olan ilişkilerini etkileyen genel, yaygın tema ve kendilik yıkıcı duygusal, bilişsel örüntüler olarak tanımlanmaktadır. Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda farklı ortamlar ve ebeveynler tarafından ortaya çıkarılan şemaların bireyin kendine özgü bir varlığa dönüşmesinde bir etken olduğu çıkarımında bulunulabilir.

2.3.2. Şema terapi modeli

Psikoloji tarihi göz önünde bulundurulduğunda birey ve toplumların ihtiyaçlarının farklılaşmasıyla psikoterapi ekollerinin de değişip dönüştüğü söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde, Young’un şema terapiyi keşfetmesi ve önemli bulmasının bilişsel davranışçı temelli yaklaşımları inceleyerek ve eksikliklerini tespit ederek meydana geldiği görülmektedir. Beck (1967) şema kavramını öncüsü olduğu bilişsel psikoloji kapsamında kişinin bilişlerinin kökeninde bulunan değişmesi güç temel inanışlar olarak tanımladığı, kişinin maruz kaldığı uyaranlar ve yaşam olayları sonucunda oluşan deneyimlerini kognitif

düzeyde gruplandırıp değerlendirerek kendi şemalarını oluşturduğu şeklinde ifade etmektedir. Young'ın (2003) ise Beck'in tanımını yaptığı şema olgusunu geliştirerek şema terapi modelini literatüre kazandırdığı belirtilmektedir (aktaran Young ve Klosko, 2015). Beck'in öncülük ettiği klasik bilişsel davranışçı tekniklerin kişilik bozuklukları, karakterolojik sorunlar, bazı olumsuz davranış örüntüleri konusunda etkili olmakta zorlandığı görülmekte ve psikanalitik, geştalt, nesne ilişkileri, bağlanma, davranışçı, bilişsel kuramların görüş ve tekniklerinin birleştirilerek bütünleşik bir terapi ekolü meydana getirildiği ifade edilmektedir (Uysal, 2017).

Şema terapinin özellikle tedavi edilmesi güç olduğu düşünülen bazı kronik psikolojik bozukluklar için yeni bir psikoterapi sistemi sunduğu belirtilebilir. Klinik deneyimler sonucunda Eksen I bozuklukları, karakterolojik bozukluklar ve tam gelişmiş kişilik bozuklukları konusunda diğer tedavi yaklaşımları kombinasyonu şeklinde şema odaklı tedavinin etkili olduğu bulunmuştur (Dobson, 2010). Bilişsel davranışçı terapi araştırma ve uygulayıcıları tarafından duygu durum, yeme, uyku, kaygı, madde kullanımı, somatoform, cinsel bozuklukları içeren eksen I bozukluklarını tedavi etmede şema terapinin bir hayli gelişim gösterdiği ifade edilmektedir (Rafaeli ve diğerleri, 2015). Bu bağlamda, şema terapinin tarihsel sürecinin bireylerin ihtiyaçlarına cevap veremeyen terapi ekollerinin geliştirilmesiyle meydana geldiği sonucu çıkarılabilir.

2.3.3. Erken dönem uyum bozucu şemalar

İnsan yaşamında kararsızlık gibi psikolojik sorunlara sebep olan faktörlerden biri de şemalar olabilir. Alanyazın tarandığında şema kavramının ilk defa Piaget ve Beck gibi bilişsel psikologların kullanmasının yanı sıra hastaların tedavisinde Young tarafından geliştirilen bir terapi modeli olarak kullanıldığı da görülmektedir. Bu modele göre Young güvenli bir ortamda güvenilir kişilerle yetişme, otonom olma, bakım veren kişi ile güvenli bağlanma, duygu ve ihtiyaçların ifade edilebilmesi, koşulsuz saygı ve kabul, otantik olabilme, benlik algısı gibi ihtiyaçları temel evrensel duygusal ihtiyaçlar olarak tanımlamakta ve bunların karşılanması sonucunda sağlıklı bireylerin yetişebileceğini belirtmektedir (Çakır, 2007). Bu bilgiler ışığında temel duygusal ihtiyaçların karşılanmadığı durumlarda kişilerin sağlıklı tepkiler veremeyeceği çıkarımında bulunulabilir.

Bireylerin temel duygusal ihtiyaçlarını doğduğu ortamdan karşılama gerekliliği varsayıldığında çocukluk çağında bulunduğu aile ve toplumun niteliği ile ilk bakım vereni arasında kurduğu ilişkinin, deneyimlediği olumsuz yaşam olaylarını açıkladığı söylenebilir. Kronik eksek I bozuklukları, karakteristik bozukluklar ve kişilik bozukluklarının temeli olarak çocukluk yaşantısı boyunca kişinin maruz kaldığı negatif yaşam deneyimleri sonucunda gelişen ve ileri yaş dönemlerinde devam eden erken dönem uyumsuz şemalar hedef gösterilmektedir (Young, 1990).

Araştırmacıların bireylerin sahip oldukları bu şemaları belirleyebilmek için anketler geliştirdiği görülmektedir. Bu bağlamda, şemaların belirlenmesi için Jeffry Young (1994) "erken dönem uyumsuz şemalar" adında bir ölçek geliştirmiştir. Young'ın (1994) sağlıksız tepkilere sebep olarak 5 şema alanı (ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve kendini ortaya koyma, zedelenmiş sınırlar, diğer yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık) içinde yer alan 18 adet şema alt boyutundan (terk edilme/ istikrarsızlık, güvensizlik/ suiistimal edilme, duyguları bastırma, kusurluluk/utanma, sosyal izolasyon/ yabancılaşma, bağımlılık/yetersizlik, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık, i içe geçme/ gelişmemiş benlik, başarısızlık, hak görme/büyüklük, yetersiz özdenetim, boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık, karamsarlık, duygusal yoksunluk, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik ve cezalandırıcılık) bahsettiği belirtilmektedir (Stallard, 2007).

2.4. İlgili araştırmalar

2.4.1. Kararsızlık ile ilgili araştırmalar

Bireylerin niversite dönemleri mesleki ve kişisel birçok konuda belli kararlar vermelerini gerektiren bir zaman dilimi olduğundan kararsızlık ile baş edebilmenin bireylerin ruh sağlığı için önemli bir faktör olduğu düşünülebilir. Kararsızlık ile ilgili hem yurt içinde hem de yurt dışında yapılan araştırmalar genel olarak incelendiğinde kararsızlık ile ana-baba tutumları (Yılmaz, 2009), sürekli kaygı (Arslan, 2007), algılanan sosyal destek (Yıldırım, 2015) arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. Bu araştırmalar dışında kararsızlıkla yakın bir kavram olarak karar verme (Acat ve Dereli, 2011; Akıntuğ ve Birol, 2011; Alver, 2005; Bacanlı ve Sürücü, 2006; Bağlıkol, 2010; Balkıs, 2007; Bilgi, 2015; imen, 2017; orap, 2015; Deniz ve Avşaroğlu, 2014; Devci, 2011; Eldeleklioğku, 1997; Ercan ve Altunay, 2015; Erözkan, 2011; Karakoç, 2009; Kökdemir, 2003; Köksal ve İşmen Gazioğlu, 2007; Kırdk, 2010; zel, 2009; Öztabak, 2013; Sardoğan, Karahan ve

Kaygusuz, 2006; Şahin, 2010; Temel, 2015; Torun, 2007; Tunç, 2011; Yıldız, 2015;) kavramının da incelendiği araştırmalar bulunmaktadır.

Yılmaz (2009) yaptığı bir araştırmada demokratik tutum sergileyen ana-babaların çocuklarının daha az kararsızlık yaşarken, koruyucu tutum ve otoriter tutum gösteren ana-babaların çocuklarında daha fazla kararsızlık davranışında bulduklarını bulmuştur. Arslan (2007) kararsızlık ile sürekli kaygı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada kararsızlık ve sürekli kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Yıldırım (2015) mesleki kararsızlık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada aileden algılanan sosyal destek alt boyutu ile mesleki kararsızlık arasında orta düzeyde negatif yönlü korelasyon bulurken arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek alt boyutu ile mesleki kararsızlık arasında düşük düzeyde negatif yönde bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Sardoğan, Karahan ve Kaygusuz (2006) üniversite öğrencilerinin kullandıkları kararsızlık stratejilerini cinsiyet, sınıf düzeyi ve fakülte türü değişkenlerine göre incelediği çalışmasında sınıf düzeyi ve fakülte türünün aceleci ve araştırmacı kararsızlık stratejileri üzerini anlamlı düzeyde yordadığı, cinsiyetin ise aceleci ve araştırmacı kararsızlığı anlamlı düzeyde yordamadığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Kararsızlığa yakın bir kavram olan karar verme ile ilgili yapılan araştırmalarda da ana-baba tutumları ve karar verme ile ilişkilerinin incelendiği görülmektedir. Eldeleklioğlu (1997) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada demokratik ana-baba tutumuyla mantıklı ve bağımsız karar verme arasında olumlu, kararsız olma arasında olumsuz bir ilişki bulmuştur. Koruyucu ve otoriter ana-baba tutumları ile kararsızlık arasında ise pozitif bir korelasyon gözlemlemiştir. Tunç (2011) ortaokul öğrencilerinde karar vermede özsaygı ile ilgili yaptığı çalışmada anne-baba kabul ve karar vermede özsaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtirken anne-baba denetim ve karar vermede özsaygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Bu araştırma sonuçlarına bakılarak kararsızlık ile demokratik ana-baba tutumları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu, kararsızlık ile otoriter ve koruyucu ana-baba tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılabilir. Ayrıca Özel (2009)'in yaptığı araştırmada bireylerin algılanan ebeveyn çocuk yetiştirme tutumlarına göre karar verme biçimleri incelenmiş demokratik anne-baba tutumu puanı yükseldikçe karar vermede özsaygı puanının azaldığı, koruyucu-otoriter anne-baba tutumu puanı yükseldikçe karar vermede özsaygı puanının arttığını tespit edilmiştir. Bu araştırma

sonucuna bakılarak demokratik anne baba tutumu ile karar vermede özsaygı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki, koruyucu-otoriter anne-baba tutumu ile karar vermede özsaygı arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Anne-baba tutumu ve karar verme ile ilgili tüm araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda ise anne-baba tutumu ve karar verme arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu fakat negatif yönde ya da pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olmasının araştırmaya göre değiştiği bilgisine ulaşılmaktadır.

Alanyazında karar verme ile duygusal zeka arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı araştırmaların bulunduğu görülmektedir Köksal ve İşmen Gazioğlu (2007) ergenler üzerinde karar verme stratejileri ve duygusal zeka arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında kararsız karar verme ve içtepisel karar verme stratejileri ile duygusal zeka arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit ederken bağımlı karar verme stratejisi ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Deniz ve Avşaroğlu (2014) üniversite öğrencilerinde karar vermede özsaygı ve karar verme stilleri ile duygusal zeka arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu araştırmaya göre karar vermede özsaygı ve duygusal zeka arasında pozitif korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Karar verme stilleri açısından incelendiğinde ise dikkatli karar verme stili ve duygusal zeka arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülürken kaçınan, erteleyici ve panik karar verme stili arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Torun (2007) yaptığı bir çalışmada akran baskısı arttıkça içtepisel ve kararsızlık stratejisi puanlarının arttığını gözlemlemiştir. Akran baskısına göre karar stratejilerinin incelendiği bu çalışmada kız öğrencilerin kararsızlık stratejisini daha çok kullandığı tespit edilirken sınıf düzeyi ve okul türüne göre karar verme stratejilerinin anlamlı bir fark göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Deveci (2011) lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında aileden, öğretmenden ve arkadaştan algılanan sosyal destek puanları ile karar verme stillerinin anlamlı bir ilişki içinde olduğu sonucuna varmıştır. Erözkan (2011) karar verme stratejileri ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulmuş, bu ilişkinin pozitif ya da negatif olmasının alt boyutlara göre değişiklik gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Bu araştırmada karar stratejileri ve bağlanma stilleri cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve ebeveyn tutumları açısından incelenmiş ve bağımsız karar verme ile cinsiyet ve ebeveyn tutumları, mantıklı karar verme ve kararsızlık alt boyutları ile yaş ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkide anlamlı farklılık olduğu tespit etmiştir.

Balkıs (2007) öğretmen adaylarının erteleme eğilimi ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında erteleme eğilimini rasyonel karar verme stili ile negatif, kaçınan karar verme ve anlık karar verme stilleri ile pozitif yönde ilişkisinin olduğunu belirtmiştir. Alver (2005) empatik beceri ve karar verme stratejilerini cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre incelemiştir. Cinsiyete göre mantıklı karar verme ve kararsızlık puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülürken yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Sınıf düzeyi değişkenine göre incelendiğinde ise mantıklı ve içtepsel karar verme puanları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. .

Alanyazında karar verme ile ilişkisi incelenen diğer bir değişken de mesleki olgunluk düzeyidir. Akıntuğ ve Birol (2011) lise öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ve mesleki karar verme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında öğrencilerin mesleki olgunluk düzeylerine göre karar verme stratejileri puanlarında anlamlı bir farklılığın olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Şahin (2010) lise öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ve karar verme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmanın sonucunda karar verme stratejileri alt boyutları olan içtepsel karar verme, bağımlı karar verme ve kararsızlık stratejileri ile mesleki olgunluk düzeyi arasından istatistiksel olarak negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bu araştırma sonuçlarından yola çıkarak mesleki olgunluk düzeyi ve karar verme stratejileri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu söylenebilir.

Araştırmalara bakıldığında, karar verme stilleri, sınav kaygısı konularındaki ilişkiler de incelenmiştir Dereli ve Acat (2011) karar verme stilleri ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda karar verme stilleri alt boyutları ile sınav kaygısı puanlarının ilişkili olduğu görülmüş, kararsız karar stratejisinin sınav kaygısı ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Sınav kaygısı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir diğer çalışmada Bacanlı ve Sürücü (2006) 8. Sınıf öğrencilerinin karar verme stillerinin sınav kaygısını önemli derecede yordadığını tespit etmişlerdir. Araştırmalar sonucunda karar verme stilleri ve sınav kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bilgisine ulaşılabilir.

Yılmaz (2011) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında karar verme stillerini utangaçlık ve benlik saygısı açısından incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre utangaçlık ile dikkatli karar verme arasında negatif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Benlik saygısı ve panik karar verme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki saptarken, erteleyici karar verme

alt boyutu ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Temel (2015) beden eğitimi öğretmenlerinin karar verme stilleri ve öfke tarzlarını incelediği çalışmasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu saptamıştır. Ayrıca cinsiyet değişkeni ve karar verme stilleri alt boyutlarından dikkatli karar verme; medeni durum, eğitim durumu ve anne mesleği ile karar verme stilleri toplam puan arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bunlara ek olarak baba mesleği değişkeni ile karar verme stilleri alt boyutlarından panik karar verme; yerleşim yeri ile karar verme stilleri alt boyutlarından erteleyici karar verme ve panik karar verme; haftada girilen ders saatleri değişkeni ile karar verme stillerinden kaçınan karar verme ve panik karar verme arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Çorapçı (2015) sınıf öğretmenleri üzerinde yaptığı çalışmada karar verme stilleri ve iş doyumlarının tespiti üzerinde çalışmıştır. Bunun yanında kişisel özelliklere göre karar verme stillerinin farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmıştır. Karar verme stilleri alt boyutlarından erteleyici karar vermede cinsiyet demografik değişkenine göre anlamlı bir fark görülürken; yaş, medeni durum, baba mesleği, hizmet yılı değişkenlerine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ercan ve Altunay (2015) yöneticilerin kişilik özellikleri ile karar verme stilleri arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir.

Öztabak (2013) karar verme stilleri alt boyutları ile düşünme stilleri alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Yıldız (2015) tarafından yapılan araştırmaya göre psikolojik dayanıklılık arttıkça karar verme stilleri alt boyutlarından karar vermede özsaygı ve dikkatli karar verme stili puanlarının da arttığı tespit edilirken; kaçınan, erteleyici ve panik karar verme stilleri alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir.

Çimen (2017) karar vermede benlik saygısı ve karar verme stilleri ile duygusal özerklik arasındaki ilişki ve etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçları; karar vermede benlik saygısı, panik karar verme ve dikkatli karar verme stillerinin duygusal özerkliğin alt boyutlarını yordadığını gösterdiği söylenebilir.

2.4.2. Erken dönem uyumsuz şemalar ile ilgili araştırmalar

Erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin hem yurt içinde hem de yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde depresyon (Duran, 2016; Körük ve Özabacı, 2018), bağlanma (Ekşim, 2016; Karpuz İlericiler, 2015; Sij, Manshaee ve Nadi, 2018; Şencan, 2015;),

ebeveynlik biçimleri (Çakır, 2007; Sapmaz Yurtsever, 2014; Ünal, 2012), bağımlılık (Aksoy, 2016; Alevsaçanlar, 2015; Bal, 2019; Çavdar, 2016), yeme bozuklukları (Kaveh ve Bordbar, 2017; Uysal, 2017), yeme tutumu (Nursen ve Şahin, 2008; Sapmaz Yurtsever, 2014), kişilik bozuklukları (Doomen, 2018; Hoffart, 2018, Şaşmaz, 2014), kaygı (Bintaş Zörer, 2015; Ghadampaur, Ramaghani, Moradi, Rod ve Alipour, 2018; Günaydın, 2016, Hawke ve Provencher, 2011; Rhein ve Skawatana, 2015, Zadahmad ve Torkan, 2016) değişkenleri ile ilgili çalışmalar yapıldığı görülmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile depresyonun incelendiği araştırmalar ve sonuçları şu şekilde ifade edilebilir. Duran (2016) yaptığı bir araştırmada yüksek standartlar ve cezalandırılma dışında kalan erken dönem şemaların depresyonla orta düzeyde pozitif ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Körük ve Özabacı (2018) ise erken dönem uyumsuz şemaların değiştirilmesinde kullanıldığı belirtilen şema terapinin depresyon tedavisinde etkililiğini incelediği meta-analiz çalışmasında şema terapinin depresyon tedavisinde yüksek düzeyde etkili olduğunu tespit etmiştir. Bu araştırma sonuçlarına bakılarak erken dönem uyumsuz şemalar ile depresyon arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkili incelenen bir başka değişkenin ise bağlanma olduğu görülmektedir. Ekşim (2016) yaptığı çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ile bağlanma stilleri arasında pozitif bir korelasyon olduğunu görmüştür. Diğer bir deyişle bireylerin şema ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça güvensiz bağlanmanın (kaygılı ve kaçınan bağlanma) arttığı tespit edilmiştir. İlericiler (2015) erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi, diğeri yönelimlilik ve yüksek standartlar ile bağlanmanın kaygı boyutu arasında pozitif yönlü ilişki saptamıştır. Sij ve diğerleri (2015) tarafından yapılan deneysel çalışmada uyumlu bağlanma stillerinin etkisi ile şema terapinin obsesif-kompulsif bozukluk belirtilerini azalttığı kanıtlanmıştır. Alan yazındaki erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanmaya ilişkin çalışmalar incelendiğinde iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin tespit edildiği ifade edilebilir.

Alanyazında erken dönem uyumsuz şemalar ile ebeveynlik biçimleri değişkeninin incelendiği çalışmalara da rastlanmaktadır. Çakır (2007) çalışmasında ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şemaların gelişimiyle ilişkili olduklarını ifade etmiştir. Ünal (2012) yaptığı çalışma ile şemaların algılanan olumsuz ebeveynlik biçimleri ile yakından ilişkili olduğunu göstermiştir.

Alanyazında erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi incelenen diğer bir değişken de bağımlılıktır. Alevsaçanlar (2015) yürüttüğü deneysel çalışmada madde bağımlısı bireylerin kontrol grubuna kıyas edildiğinde daha fazla uyum bozucu şemaya ve işlevsel olmayan başa çıkma davranışlarına sahip olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Çavdar (2016) ise deneysel çalışmasında madde bağımlılığı tanısı alan bireylerin sağlıklı kontrol grubuna göre dayanıksızlık, yüksek standartlar, kusurluluk, bağımlılık, güvensizlik, başarısızlık ve duygusal yoksunluk şemalarının bulunduğunu belirtmiştir. Aksoy (2016) araştırmasında internet bağımlılığı ile erken dönem uyumsuz şema alt boyutları olan kusurluluk, yetersiz özdenetim ve boyun eğicilik ile pozitif yönde orta kuvvetli anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu ifade etmiştir. Bal (2019) şema terapinin sigara bağımlılığı üzerindeki etkisini incelediği yarı deneysel çalışmasında şema terapinin sigarayı bırakma davranışı üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu söylemiştir. Bu sonuçlardan yola çıkarak şema terapi modelinin bağımlılıklar üzerinde etkili bir tedavi yöntemi olduğu ve bağımlılıkla anlamlı düzeyde bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme bozuklukları ve yeme tutumu değişkenleri de araştırmaların konusu olmuştur. Kaveh ve Bordbar (2017) kadın öğrenciler ile yaptığı araştırmasında erken dönem uyumsuz şemalar ile bozuk yeme davranışı ve kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiş, uyumsuz şemaların birçok alt boyutu ile bozuk yeme davranışı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki saptamıştır. Uysal (2017) çalışmasında sağlıklı yemek yeme takıntısı olarak ifade edilen Orthorexia Nervosa'nın alt boyutlarından duygusal alan ile şema alanlarından zedelenmiş sınırlar arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu belirtmiştir. Çalışmaları destekler nitelikte yapılan diğer bir araştırmada Nursen ve Şahin (2008) işlevsel olmayan şemaların patolojik yeme tutumu ile ilişkili olabileceği bulgusuna erişmişlerdir. Sapmaz Yurtsever (2014) ise yaptığı araştırma sonucunda yeme tutumu ile şema alt boyutlarından bazıları ile pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu bulmuştur. Tüm bu araştırmaların yeme bozukluğu ve yeme tutumu ile erken dönem uyumsuz şemaların anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu gösterdiği söylenebilir.

Alanyazında erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Asle (2018) kişilik bozukluğu tanısı almış 35 katılımcı ile yaptığı deneysel çalışmada şema terapinin DSM-IV tanı kriterlerinde C sınıfı olarak ifade edilen kişilik bozuklukları üzerinde olumlu etkisi olduğunu tespit etmiştir. Bir diğer çalışmada ise Doomen (2018) şema terapi odaklı

drama terapisinin C sınıfı kişilik bozuklukları üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Şaşmaz (2014) yaptığı araştırmanın regresyon analizlerine göre erken dönem uyumsuz şema alanlarından zedelenmiş sınırların hem borderline kişilik bozukluğu hem de bipolar bozukluğu yordadığını belirtmiştir. Bu bulgulara dayanarak kişilik bozuklukları ile şemaların birbiri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu belirtilebilir.

Kaygı, alanyazında erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi incelenen diğer bir değişken olarak karşımıza çıkmaktadır. Günaydın (2016) psikolojik danışmanların erken dönem uyumsuz şema alt boyutları ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Hawke ve Provencher (2011) araştırmalarında kaygı bozukluklarının tedavisinde şema terapinin etkili olduğunu bulmuşlardır. Rhein ve Skawatana (2015) yaptıkları çalışmalarında erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından bazılarının kaygı değişkenini yordadığını ifade etmişlerdir. Zadahmad ve Torkan (2016) örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmasında suistimal edilme, dayanıksızlık ve sosyal izolasyon şema alt boyutlarının kaygıyı yordadıkları bulgusuna ulaşmıştır. Bintaş Zörer (2015) erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının sosyal kaygı ile anlamlı bir düzeyde ilişki içinde olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Ghadampaur ve arkadaşları (2018) ise çalışmalarında sosyal kaygı semptomlarını azaltmada şema terapinin etkili bir müdahale yöntemi olduğunu belirtilmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde erken dönem uyumsuz şemalar ile kaygı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucu çıkarılabilir.

2.5. Alanyazın taramasının sonucu

Alanyazın taraması sonucunda kararsızlık düzeyinin yüksek olmasının kaygı düzeyini olumsuz etkilediği görülmüştür. Diğer taraftan kararsızlığın ana baba tutumları ve algılanan sosyal destek ile de ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Bu araştırmalar dışında kararsızlığa yakın bir kavram olarak karar verme kavramının da ana-baba tutumları, sınav kaygısı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. Karar vermenin kararsızlık gibi ana baba tutumları ve algılanan sosyal destek ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca sınav kaygısı düzeyinin öğrencilerin karar verme stillerini yordadığı bulgusuna erişilmiştir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre farklı karar verme stillerine sahip bireylerin iş doyumu düzeyinde de farklılıklar olduğu ifade

edilmektedir. Benzer şekilde karar verme stilleri farklılaştıkça düşünme stillerinin ve bağlanma stillerinin de farklılaştığı görülmektedir. Bu kavramlar dışında empatik beceri, erteleme eğilimi, akran baskısı utangaçlık ve duygusal zeka kavramları ile ilgili de araştırmalar bulunmaktadır. Yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırma bulguları incelendiğinde kararsızlık ve karar verme ile ilişkili kavramların sonuçlarının benzer olduğu görülmektedir.

Kararsızlık ile ilgili yapılan yurt içi ve yurt dışı araştırmaların genel olarak ilişkisel desende olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada kararsızlığın birçok değişken ile ilişkisi görülmüş fakat kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. İlişkisel desende olan bu araştırmada bireyin olumsuz çocukluk yaşantılarının sonucu olan erken dönem uyumsuz şema alt boyutu olan ile kararsızlık arasından pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık ile erken dönem uyumsuz şemaların incelenmesi amacıyla yapılan ‘‘Üniversite öğrencilerinde kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki ‘’ çalışmasının literatüre yeni bir bakış açısı sunacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla; araştırmanın yöntemi, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri toplama süreçleri, verilerin analizine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın yöntemi

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyleri ile erken dönem uyumsuz şemalar ve bazı demografik değişkenler (cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü) arasındaki ilişkinin incelendiği ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilen bir çalışmadır.

3.2. Çalışma grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında Marmara Bölgesinde bulunan Sakarya Üniversitesi, Gebze Teknik Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul Aydın Üniversitesi bünyesinde eğitim-öğretime kayıtlı üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya toplam 422 üniversite öğrencisi katılmış ancak veri toplama araçlarını hatalı ya da eksik doldurduğu tespit edilen 30 öğrenciye ait veriler veri setinden silindiği için katılımcı sayısı 392 öğrenciye düşmüştür. Ayrıca normal dağılımı ve regresyon analizi sayıtlarını zedeleyen 31 veri de silinerek analizlere 361 kişilik veri seti üzerinden devam edilmiştir.

Toplamda 361 olan katılımcı sayısı cinsiyet açısından incelendiğinde 242 (%67)'si kadın ve 119 (%33)'u erkek üniversite öğrencilerinden oluştuğu görülmektedir. Katılımcılar yaşam yeri açısından incelendiğinde % 11,9 oranında 43 katılımcı köy-kasabada, %23,3 oranında 84 katılımcı ilçede, %13,6 oranında 49 katılımcı ilde, %51,2 oranında 185 katılımcı ise büyükşehirde yetişmiş ve yaşamlarını sürdürmüşlerdir. Diğer bir demografik değişken olan aile türü ise 323 kişi ve %89,5 orana sahip olan çekirdek aile ile 38 kişi ve %10,5 oranına sahip geniş aile olarak iki başlık altında incelenmiştir.

3.3. Veri toplama araçları ve veri toplama süreçleri

Bu araştırmada kararsızlığa ilişkin veriler ‘‘Kişisel Karar Ölçeği’’ ve erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin veriler ‘‘Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3’’ aracılığıyla elde edilmiştir.

Araştırma verilerinin toplanması için kullanılan ölçekler tek doküman halinde 500 adet çoğaltılmış ve gerekli izinler alındıktan sonra Kasım 2017-Nisan 2018 tarihleri arasında Sakarya Üniversitesi, Gebze Teknik Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi ve İstanbul Aydın Üniversitesi öğrencilerine dağıtılmıştır. Verilerin dağıtılması aşamasında araştırmacı kendisini tanıtmış, ölçeklerin nasıl doldurulacağına, kişisel verilerin gizliliğine, çalışmanın amacı ve önemine ilişkin bilgilendirmede bulunmuştur. Ayrıca araştırmanın bilimsel değeri açısından ölçeklerin samimi bir şekilde yanıtlanmasının ve boş madde bırakılmamasının önemine değinilmiştir.

Uygulama aşamasında katılımcıların samimi ve gönüllü katılımı açısından özel bilgileri istenmemiştir. Uygulama sonrasında katılımcılara teşekkür edilerek veri toplama aşaması sonlandırılmıştır. Uygulama süresi katılımcıdan katılımcıya değişmekle birlikte ortalama 20 dakika olarak hesaplanmıştır.

3.3.1. Kişisel Kararsızlık Ölçeği (KKÖ)

Kararsızlık örüntülerini ve kararsızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Bacanlı (1999; 2000) tarafından geliştirilen, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan ‘‘Kişisel Kararsızlık Ölçeği’’ kullanılmıştır. Ölçek 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan en düşük puan 18 olup, en yüksek puan ise 90’dır. Düşük puanlar kararsızlık düzeyinin düşük olduğunu, yüksek puanlar ise kararsızlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle ölçekten alınan puanlar arttıkça kararsızlık düzeyi artmaktadır. Ölçek ‘‘Araştırmacı Kararsızlık’’ ve ‘‘Aceleci Kararsızlık’’ olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. 1, 2, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 17 ve 18. maddeler araştırmacı kararsızlık; 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15 ve 16. maddeler aceleci kararsızlık alt ölçeklerini oluşturmaktadır. Maddeler, ‘‘bana tamamen uygun’’(5 puan) ve ‘‘bana hiç uygun değil’’ (1 puan) şeklinde 5’li Likert Tipi derecelendirme şeklinde olduğu belirtilmektedir (Bacanlı, 1999).

3.3.1.1. Kişisel Kararsızlık Ölçeği'nin geçerliliği ve güvenilirliği

Ölçeğin oluşturulma çalışmasında yapı geçerliliğini sınamak için faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi kapsamında ölçeğin tek boyutlu olup olmadığını sınamak amacıyla Temel Bileşenler Analizi tekniği kullanılmış, birbirinden ilişkisiz faktörleri ayırtmak gerekçesiyle de Varimax dik döndürme tekniği uygulanmıştır. Ayırılan iki faktörün %44.34 toplam varyansının %29.72'si birinci faktör, %14.46'si ise ikinci faktörden kaynaklandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Faktör analizi sonucunda maddelerin özelliklerine göre ölçeğin I. Faktör'de "Araştırmacı Kararsızlık" ve II. Faktör'de "Aceleci Kararsızlık" olmak üzere birbirinden ilişkisiz iki alt ölçekte toplandığı tespit edilmiştir.

Ölçeğin güvenilirliğinin test edilmesi için iç tutarlılık katsayıları, kararlılık katsayıları ve madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Tüm ölçek için iç tutarlık kat sayısı alfa .92 bulunurken, aceleci kararsızlık Alt Boyutu iç tutarlık katsayısı alfa .84 ve Araştırmacı kararsızlık Alt Boyutu için alfa .93 olarak tespit edilmiştir (Bacanlı, 1999). Bulgular sonucunda ölçeğin tutarlı olduğu sonucuna ulaşılabilir. Ölçeğin tümünün madde-toplam korelasyonlarının .27 ile .69 arasında dağıldığı görülürken, birinci alt ölçek için .48 ile .73 ve ikinci alt ölçek için .47 ve .61 arasında dağıldığı bulgusuna ulaşılmıştır (Bacanlı, 1999). Bu bilgilerin maddelerin ölçeğin tümü ve alt boyutlarıyla anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu gösterdiği söylenebilir. Ölçeğin kararlılık anlamındaki güvenilirliğim için test-tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Ölçek 121 üniversite öğrencisine 21 gün ara ile iki kez uygulanarak ölçeğin kararlılık katsayıları elde edilmiştir. Ölçeğin tamamı için kararlılık katsayısı .75 bulunurken, araştırmacı kararsızlık alt ölçeği için .77 ve aceleci kararsızlık alt boyutu için .63 sonucuna ulaşılmıştır (Bacanlı, 1999). Bu değerlere göre, ölçeğin bu araştırma için güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna ulaşılabilir.

3.3.2. Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF 3)

Bu çalışmada bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ölçülmesi için Young Şema Ölçeği'nin kısa formu 3 (Young Schema Questionnaire-YSQ-SF3)'ün Türkçeye uyarlanmış hali (YŞÖ-KF 3) kullanılmıştır. 16 şema boyutu ve 205 maddeden oluşan orijinal Young Şema Ölçeği(YSQ) (Young ve diğerleri, 2003), 15 şema boyutu ve 75 maddeye düşürülerek kısa formu (YSQ-SF 2) oluşturulmuştur (Cecero ve diğerleri, 2004). Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF 3)'ün elde edilmesi için YSQ-SF 2 formuna cezalandırıcılık, onay arayıcılık ve karamsarlık şemaları eklenmiştir. Oluşturulan bu form,

18 şema boyutu, 5 şema alanını ölçer ve 90 maddeden oluşur. Her bir madde 6'lı likert tipi (1 = Benim için tamamıyla yanlış, 2 = Benim için büyük ölçüde yanlış, 3 = Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz daha fazla, 4 = Benim için orta derecede doğru, 5 = Benim için çoğunlukla doğru, 6 = Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin puanlamasında kullanılacak bir kesme puanı belirlenmemiştir. Ölçekten alınan yüksek puan şemaların şiddeti ve sayılarının çokluğu ile doğru orantılıdır.

3.3.2.1. Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3'ün geçerliği ve güvenirliği

Ölçeğin Türkiye'ye geçerlik-güvenirlik çalışması Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından üniversite örneklemini kullanılarak yapılmış ve 5 şema alanı ile yorumlanabilir 14 şema boyutu elde edilmiştir. Zedelenmiş özerklik, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve başkalarına yönelimlilik 5 şema alanı, yapılan üst sıra faktör analizi yardımıyla tespit edilmiştir. Ölçekte yer alan şema boyutları ise; duygusal yoksunluk (1, 19,37, 55, 73), başarısızlık (6, 24, 33, 42, 60, 78), karamsarlık (8, 17, 26, 35, 80), sosyal izolasyon/güvensizlik (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76), duyguları bastırma (12, 30, 48, 66, 84), onay arayıcılık (16, 34, 52, 56, 70, 88), iç içe geçme/bağımlılık (7, 9, 10, 25, 63, 64, 79, 81, 82), ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim (15, 22, 32, 50, 51, 68, 69), kendini feda (11, 29, 47, 65, 83), terk edilme (2, 20, 28, 38, 74), cezalandırıcılık (18, 49, 53, 54, 72, 89), kusurluluk (23, 41, 43, 59, 77, 90), hastalık ve tehditler karşısında dayanıksızlık (21, 39, 44, 62, 71), yüksek standartlar (13, 14, 31) şeklinde gruplanmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmasında test-tekrar test güvenirliğinin, şema alanları açısından $r = .66 - .83$, şema boyutları açısından ise $r = .66 - .82$ arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçek iç tutarlılık katsayısı açısından değerlendirildiğinde ise şema boyutları için $\alpha = .63 - .80$, şema alanları için $\alpha = .53 - .81$ arasında değiştiği bulgusuna ulaşılmıştır (Soygüt ve diğerleri, 2009).

3.4. Verilerin analizi

Araştırmada cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve aile türü değişkenleri ile ilgili sayı ve yüzdelik elde etmek için tanımlayıcı istatistik analizinden faydalanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve aile türü değişkenlerine göre kararsızlık düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem t testi kullanılırken, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yere göre kararsızlık düzeylerinin önemli

bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek için Tek Yönlü Varyans Analizi ve sonrasında Scheffe testinden faydalanılmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinde kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi ve erken dönem uyumsuz şemaların kararsızlığı yordama düzeyini incelemek amacıyla sırasıyla korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın hipotezlerine dayanarak yapılan analizlere ilişkin bulgular yer almaktadır. Her bir araştırma sorusuna ilişkin elde edilen bulgular sırasıyla açıklanacaktır. Bu bağlamda, araştırmada üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizinde yararlanılmış ve elde edilen veriler Tablo 2’de gösterilmiştir. Buna ek olarak üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin erken dönem uyumsuz şemalar tarafından yordanıp yordanmadığı çoklu regresyon analizi kullanılarak belirlenmiştir.

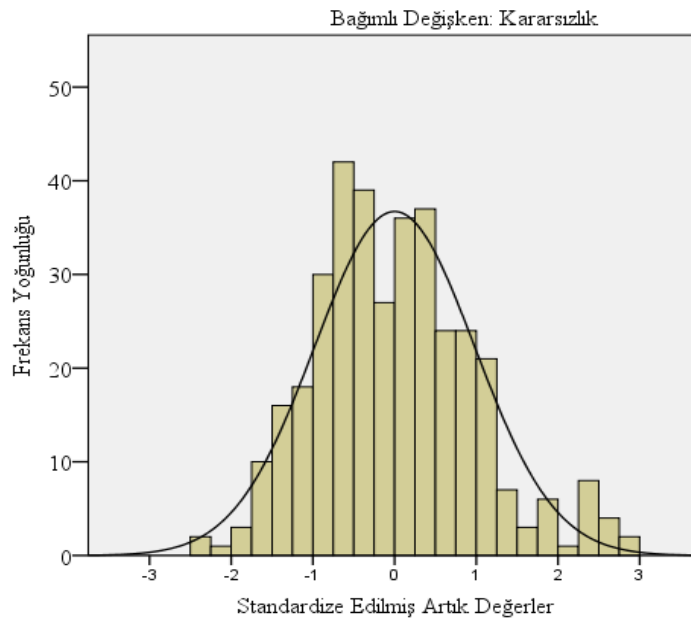
Verilere regresyon analizi uygulanmadan önce regresyon analizi sayıltıları açısından kontrol edilmiştir. Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplamasının toplanan verilerdeki çok değişkenli uç değerleri belirlenmesine yardımcı olduğu belirtilmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012). Bu bağlamda, verilerin regresyon analizi için uygunluğunu belirlemek amacıyla Mahalanobis uzaklık değerleri, basıklık, çarpıklık değerleri ve normal dağılım grafiği yöntemlerinden faydalanılmıştır. Çok değişkenli uç değerleri belirlemek amacıyla Mahalanobis uzaklık değerleri saptanmış, $p < .001$ anlamlılık düzeyine göre değerlendirilerek elde edilen 390 veri arasından 29 veri çıkarılmış ve 361 veride ‘normallik’ ile ‘doğrusallık’ elde edilmiştir. Toplanan verilerin regresyon analizine uygun olup olmadığına karar vermek için normal dağılım göstergeleri olan basıklık, çarpıklık değerleri ve normal dağılım grafiği incelenmiştir. Bunun yanında değişkenlerin çoklu bağlantıya ilişkin problemlili olup olmadığını tespit etmek amacıyla VIF (Varyans Artış Faktörleri Yöntemi) kullanılmıştır. Alan yazında değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığı sonucuna ulaşılabilmesi için VIF değerinin 10’dan küçük olması gerektiği ifade edilmektedir (Shavelson, 2016).

Tablo 1.

Regresyon Analizi Sayıtlarına İlişkin Sonuçlar

Değişkenler	Çarpıklık	Basıklık	VIF
Kararsızlık	.318	-.115	
Duygusal Yoksunluk	1.313	1.155	3.116
Terk Edilme	1.317	1.740	2.787
Sosyal İzolasyon	.879	.285	3.149
Kusurluluk	1.422	1.692	3.801
Başarısızlık	1.028	.429	2.699
Dayanıksızlık	.681	-.011	2.721
Bağımlılık	1.117	.972	2.748
Kendini Feda	.584	.044	1.810
Duyguları Bastırma	.598	.034	1.802
Yüksek Standartlar	.382	-.558	1.696
Ayrıcalıklık	.082	-.251	1.656
Onay Arama	.162	-.265	2.396
Karamsarlık	.908	.390	2.241
Cezalandırıcılık	.107	-.407	1.954

SPSS programında yapılan çalışmalar sonucu 31 öğrencinin Mahalanobis uzaklık değerleri açısından uç değerlere sahip olduğu saptanarak örneklemden öğrenci sayısı normal dağılımı sağlamak amacıyla 392'den 361'e düşürülmüştür.



Şekil 1. Normal dağılım grafiği

Tablo 1 ve Şekil 1’de görüldüğü gibi araştırmaya ilişkin elde edilen verilerin çarpıklık değerlerinin 1.422 / .082 arasında, basıklık değerlerinin ise 1.740/ -.115 arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu kapsamda, çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 arasında yer almasının normallikten aşırı sapmaların olmaması anlamına geldiği ifade edilmektedir (Pallant, 2017). Bu bilgiler ışığında normal dağılım grafiği incelendiğinde örneklemden toplanan verilerin istatistiksel işlemde geçirilerek ± 2 değerlerine göre normalize edildiği ifade edilebilir.

4.1. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 2’de sunulmuştur. Bütüköztürk (2004) değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının mutlak değer olarak 0.70-.1.00 arasında olmasının yüksek, 0.70-0.30 arasında olmasının orta ve 0.30-0.00 arasında bir değere sahip olmasının da düşük düşük düzeyde bir ilişki bulunduğunun göstergesi olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmadaki değişkenler arası ilişkilerin incelenmesi bu bağlamda değerlendirilmiştir.

Tablo 2.
Korelasyon Analizi ve Betimsel İstatistik Sonuçları

Kararsızlık	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Duygusal yoksunluk	,29**	1													
Terk edilme	,45**	,61**	1												
Sosyal izolasyon	,38**	,69**	,548**	1											
Kusurluluk	,38**	,74**	,675**	,657**	1										
Başarısızlık	,52**	,58**	,569**	,532**	,718**	1									
Dayanaksızlık	,45**	,45**	,605**	,615**	,523**	,504**	1								
İç içelik/bağımlılık	,52**	,59**	,667**	,512**	,669**	,688**	,574**	1							
Kendini feda etme	,30**	,38**	,477**	,396**	,344**	,305**	,425**	,413**	1						
Duyguları bastırma	,28**	,56**	,356**	,583**	,541**	,457**	,397**	,452**	,277**	1					
Yüksek standartlar	,21**	,22**	,317**	,282**	,177**	,186**	,477**	,270**	,344**	,275**	1				
Ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim	,15**	,19**	,165**	,379**	,194**	,169**	,373**	,174**	,374**	,240**	,409**	1			
Onay arama	,36**	,14**	,385**	,278**	,189**	,322**	,527**	,325**	,511**	,150**	,551**	,481**	1		
Karamsarlık	,42**	,46**	,499**	,597**	,484**	,501**	,625**	,508**	,487**	,372**	,377**	,348**	,476**	1	
Cezalandırıcılık	,21**	,28**	,367**	,439**	,346**	,294**	,515**	,283**	,496**	,312**	,387**	,489**	,521**	,541**	1
\bar{x}	44,58	8,96	9,28	16,15	10,85	12,39	11,41	16,58	13,74	11,96	8,64	23,71	19,35	12,26	18,86
SS	12,48	4,56	4,40	6,62	5,20	5,29	4,65	6,65	4,75	4,96	3,67	6,78	6,13	5,72	5,94

Bu bağlamda Tablo 2 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu bağlamda kararsızlık düzeyi ile duygusal yoksunluk ($r = .29$), duyguları bastırma ($r = .28$), yüksek standartlar ($r = .21$), ayrıcalıklık ($r = .15$), cezalandırıcılık ($r = .21$) erken dönem uyumsuz şema alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanırken; terk edilme ($r = .45$), sosyal izolasyon ($r = .38$), kusurluluk ($r = .38$), başarısızlık ($r = .52$), dayanıksızlık ($r = .45$), bağımlılık ($r = .52$), onay arama ($r = .36$) karamsarlık ($r = .42$) erken dönem uyumsuz şema alt boyutları ile pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Araştırmada erken dönem uyumsuz şemaların üniversite öğrencilerinde kararsızlık değişkenini yordayıp yordamadığını belirlemek için regresyon analizi yapılmıştır. Bu analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlık Değişkenini Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yordama Düzeylerine İlişkin Bulgular

Bağımlı değişken	Yordayıcı Değişken	B	SH	B	t	p	Korelasyon	
							Kısmi	Yarı Kısmi
Kararsızlık	Sabit	23.388	2.398		9.752	.000		
	Duygusal Yoksunluk	-.605	.202	-.221	-2.995	.003	-.159	-.125
	Terkedilme	.374	.198	.132	1.887	.060	.101	.079
	Sosyal İzolasyon	.255	.140	.135	1.825	.069	.098	.076
	Kusurluluk	-.215	.196	-.090	-1.101	.272	-.059	-.046
	Başarısızlık	.702	.162	.298	4.330	.000	.227	.181
	Dayanıksızlık	.204	.185	.076	1.102	.271	.059	.046
	Bağımlılık	.408	.130	.217	3.132	.002	.166	.131
	Kendini Feda Etme	.107	.148	.041	.721	.471	.039	.030
	Duyguları Bastırma	.134	.141	.053	.951	.342	.051	.040
	Yüksek Standartlar	-.127	.185	-.037	-.686	.493	-.037	-.029
	Ayrıcalıklık	-.072	.099	-.039	-.728	.467	-.039	-.030

Onay arama	.285	.132	.140	2.162	.031	.115	.090
Kararsızlık	.222	.137	.102	1.623	.106	.087	.068
Cezalandırıcılık	-.261	.123	-.124	-2.126	.034	-.114	-.089
F (346,14)= 16.103							
R ² = .37							

Tablo 3 incelendiğinde duygusal yoksunluk ($\beta = -.221$), başarısızlık ($\beta = .298$), bağımlılık ($\beta = .217$), onay arama ($\beta = .140$), cezalandırıcılık ($\beta = -.124$) erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının kararsızlık değişkenini yordadığı; terkedilme ($\beta = .132$), sosyal izolasyon ($\beta = .135$), kusurluluk ($\beta = -.090$), dayanıksızlık ($\beta = .076$), kendini feda etme ($\beta = .041$), duyguları bastırma ($\beta = .053$), yüksek standartlar ($\beta = -.037$), ayrıcalıklılık ($\beta = -.039$) ve kararsızlık ($\beta = .102$) erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının ise kararsızlık değişkenini yordamadığı saptanmıştır. Ayrıca elde edilen bulgu doğrultusunda, erken dönem uyumsuz şemaların yer aldığı regresyon modelinin üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyinin %37'sini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

4.2. Kararsızlığın cinsiyet değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmada üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin cinsiyet demografik değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bağımsız örneklem t testinden faydalanılmış ve elde edilen veriler Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 1

Kararsızlığın Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Cinsiyet	N	\bar{x}	Levene Testi			Sd	p	95% Güven Aralığı		
			F	p	t			Düşük	Yüksek	
Kararsızlık	Kadın	242	45.7645	.165	.685	2.594	.359	.010	.87006	6.32274
	Erkek	119	42.1681							

Katılımcıların kararsızlık toplam puan ortalamalarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Tablo 4'teki t-testi sonucuna göre kadın ve erkeklerin

kararsızlık toplam puanları arasında anlamlı düzeyde ($p < .05$) bir farklılık olduğu tespit edilmiş ve kadın katılımcıların kararsızlık puan ortalamalarının ($\bar{X} = 45.7645$) erkek katılımcıların kararsızlık puan ortalamalarından ($\bar{X} = 42.1681$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.3. Kararsızlığın aile türü değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmada üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin aile türü demografik değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bağımsız örneklem t testinden faydalanılmış ve elde edilen veriler Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5

Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlığın Aile Türüne Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin T-Testi Sonucu

Aile Türü	N	\bar{x}	Levene Testi				95% Güven Aralığı			
			F	p	t	Sd	p	Düşük	Yüksek	
Kararsızlık	Çekirdek	323	44.7152	.016	.899	.604	.359	.546	-2.91878	5.50701
	Geniş	38	43.4211							

Katılımcıların kararsızlık toplam puan ortalamalarının aile türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Tablo 5’teki t-testi sonucuna göre çekirdek aile yetişen katılımcıların ve geniş ailede yetişen katılımcıların kararsızlık toplam puanları arasında anlamlı düzeyde ($p < .05$) bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Çekirdek ailede yetişen katılımcıların kararsızlık puan ortalamalarının ($\bar{X} = 44.7152$) geniş ailede yetişen katılımcıların kararsızlık puan ortalamalarından ($\bar{X} = 43.4211$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.4. Kararsızlığın yaşam yeri değişkeni açısından incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırma örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin yaşam yeri açısından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek

amacıyla varyansların homojen olup olmadığı Levene testi ile kontrol edilerek, tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Varyans analizi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 6’te aktarılmıştır. Bunun yanında farklı yaşam yerlerine sahip üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeylerine ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6

Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	\bar{x}	SS	95% Güven Aralığı		En Düşük Puan	En Yüksek Puan
				Alt Sınır	Üst Sınır		
Köy-kasaba	43	47.9302	12.47740	44.0903	51.7702	18.00	69.00
İlçe	84	42.0833	12.76687	39.3128	44.8539	18.00	69.00
İl	49	48.3061	12.98429	44.5766	52.0356	22.00	69.00
Büyükşehir	185	43.9459	11.92172	42.2167	45.6752	18.00	69.00
Toplam	361	44.5789	12.48021	43.2872	45.8707	18.00	69.00

Tablo 6’da yer alan aritmetik ortalamalar incelendiğinde, köy-kasabanın ($\bar{X} = 47.9302$), ilçenin ($\bar{X} = 42.0833$), ilin ($\bar{X} = 48.3061$), büyük şehrin ($\bar{X} = 43.9459$) olduğu görülmektedir. Yaşam yeri açısından üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi karşılaştırıldığında ilde yaşamış olan öğrencilerin kararsızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu, ilçede yaşamış olan öğrencilerin ise kararsızlık düzeylerinin daha düşük olduğu bulgusuna erişilmiştir.

ANOVA sonrası hangi post-hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene’s testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış ve varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bunun üzerine varyansların homojen olması durumunda yaygınlıkla kullanılan Scheffe çoklu karşılaştırma tekniği kullanılmıştır. Scheffe testi alpha tipi hataya karşı duyarlı olması nedeniyle tercih edilmiştir.

Tablo 7.

Üniversite Öğrencilerinde Kararsızlık Düzeyinin Yaşam Yerine Göre Farklılaşım Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

Levene testi	<i>P</i>	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ort.	<i>F</i>	<i>p</i>
		Gruplar arası	1760.925	3	586.975		
.463	.708	Grup içi	54311.075	357	152.132	3.858	.010
		Toplam	56072.000	360			

Tablo 7 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi yaşam yerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($F_{(3,357)} = 3.858, p < .05$). Tek yönlü varyans analizi sonucu bulunan bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Scheffe testinden yararlanılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 7’de aktarılmıştır.

Tablo 8.

Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Yerine Göre Kararsızlık Düzeyine İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Yaşam yeri	(J) Yaşam yeri	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	<i>p</i>	95% Güven Aralığı	
					Alt Sınır	Üst Sınır
Köy-Kasaba	İlçe	5.84690	2.31280	.057	-.1228	11.8166
	İl	-.37589	2.57734	.999	-7.0284	6.2767
	Büyükşehir	3.98429	2.08813	.226	-1.4055	9.3741
İlçe	Köy-kasaba	-5.84690	2.31280	.057	-11.8166	.1228
	İl	-6.22279*	2.21717	.027	-11.9457	-.4999
	Büyükşehir	-1.86261	1.62278	.660	-6.0513	2.3261
İl	Köy-kasaba	.37589	2.57734	.999	-6.2767	7.0284
	İlçe	6,22279*	2,21717	,027	,4999	11,9457
	Büyükşehir	4,36018	1,98168	,125	-,7549	9,4752
Büyükşehir	Köy-kasaba	-3,98429	2,08813	,226	-9,3741	1,4055
	İlçe	1,86261	1,62278	,660	-2,3261	6,0513

İl	-4,36018	1,98168	,125	-9,4752	,7549
----	----------	---------	------	---------	-------

*= $p < 0.05$

Tablo 8 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin yaşam yerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmaktadır. Tablo 8'e göre, yaşam yeri olarak ilçe ve yaşam yeri olarak il ($p < .05$) arasında farklılık olduğu görülmektedir

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümü araştırma sonucunda ulaşılan bulgulara dayalı olarak elde edilen sonuç, tartışma ve önerileri içermektedir.

5.1. Sonuç, tartışma ve yorum

Veri analizli sonucunda ulaşılan sonuçlar araştırmacı tarafından sınanan hipotezler ve alan yazında bu araştırmada ele alınan değişkenlerle ilgili araştırma bulguları bağlamında tartışılmıştır.

5.1.1. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkilere yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması

Çalışmada üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık, bağımlılık, ayrıcalıklılık, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, dayanıksızlık ve yüksek standartlar erken dönem uyumsuz şema alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif yönlü ilişki olduğu bulgusuna erişilmiştir. Alan yazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmalarda erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından başarısızlık, karamsarlık, dayanıksızlık, iç içe geçme ile kaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Erdem, 2018; Günaydın, 2016). Kırkıoğlu (2018) tarafından yapılan araştırmada erken dönem uyumsuz şemaların bireylerdeki kaygı düzeyini yordadığı ifade edilmiştir. Bir diğer çalışmada ise Öner ve Le Compte (1985) kaygı düzeyi yüksek bireylerin kararsızlık düzeylerinin de yüksek olduğuna ilişkin araştırma bulgusu sunmaktadır. Bu çalışmalardan yola çıkarak başarısızlık, karamsarlık, dayanıksızlık, iç içe geçme erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının bireylerin kaygılı olmasında bir etken olabileceği, aynı zamanda bu kaygılı kişilerin karar stratejisi olarak kararsızlığı

benimsemelerinin erken dönem uyumsuz şemaları ile ilişkilendirilebileceği söylenebilir. Söz konusu şema alt boyutları açısından kaygı ve kararsızlık kavramları göz önünde bulundurulduğunda kendisini başarısız algılayan bireyin kararlarında da başarısız olabileceği önyargısı kaygı düzeyinin artması ve beraberinde kararsız kalmasına sebep olabilir. Ayrıca karamsarlık ve başkalarına bağımlı olma erken dönem uyumsuz şema alt boyutları temelinde düşünüldüğünde bu şemaların başarısız olma beklentisini besleyeceği söylenebilir. Bu bağlamda, alan yazında mevcut araştırmaların benzer sonuçlara sahip olduğu belirtilebilir

Bu araştırma bulgularını destekleyici nitelikte bir diğer araştırmanın da utangaçlık düzeyi ve karar verme ile utangaçlık düzeyi ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar olduğu söylenebilir. Yılmaz (2011) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin düştükçe panik, erteleyici ve kaçınan karar verme düzeylerinin de düştüğü bulgusu sunulmuştur. Kararsızlık karar verme stratejisinin özellikleri incelendiğinde kişinin karar vermekten kaçınma, bir sonuca ulaşmayı erteleme ve verdiği karardan vazgeçebilme ihtimalinin neden olduğu panik hissi gibi özelliklerin bulunduğu görülebilir. Bu sebeple kararsız bireylerin utangaçlık düzeylerinin daha düşük olduğu sonucu çıkarılabilir. Yapılan diğer bir araştırmada ise Arslan (2017) erken dönem uyumsuz şemalar ile bireylerin utangaçlık düzeyi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Utangaç bireylerin başarısız olmaktan çekinme, kendisini başkalarına göre daha kusurlu görme, ortaya çıkabilecek her hangi bir olumsuzlukla başa çıkamayacağı ön yargısıyla dayanıksız olma ve tüm bu özelliklerinin sonucu olarak söz konusu olumsuzlukları yaşamamak adına sosyal ortamlardan kaçınma durumları düşünüldüğünde utangaçlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş olabilir. Alan yazın incelemeleri sonucunda utangaçlık düzeyi ile ilişkili olan erken dönem uyum bozucu şemaların kararsızlık ile de ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Böylece erken dönem uyumsuz şemalar ile kararsızlık arasında bu araştırmayı destekler nitelikte pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna erişilebilir.

Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile başarısızlık uyum bozucu şeması arasında pozitif yönlü bir ilişki bulgulanmıştır. Alanyazında erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından başarısızlık ile kararsızlık arasında yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan araştırmalar göz önüne alındığında başarısızlığın zıt kavramı olan başarı ile kararsızlık arasında yapılan bir araştırmaya ulaşılmıştır (Tuncel ve diğerleri, 2018).

Çalışmada öğretmen adaylarının başarı değerleri ile kararsızlık alt boyutlarından aceleci ve araştırmacı kararsızlığın negatif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu bulgusuna erişilmiştir. Bireylerin benlik algılarının verecekleri kararı ve karar sürecindeki davranışlarını etkileyebileceği düşünüldüğünde kendisini başarısız algılayan kişilerin karar alırken de başarısız olacaklarını düşünmeleri karar verme sürecini olumsuz etkileyerek kararsızlık stratejisini kullanmalarına sebep olabilir. Bu sebeple erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından başarısızlık ile kararsızlığın pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin bulunduğu bulgusu desteklenebilir.

Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından onay arama arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Alan yazın incelendiğinde öğrencilerin kararsızlık düzeyi ile onay arama erken dönem uyum bozucu şeması arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan araştırmalar göz önüne alındığında kararsızlık stratejisinin özeliği olan kaçınan ve panik karar verme stili ile onay arama uyumsuz şemasına sahip bireylerin özeliği olan duygusal dengesizlik arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptayan araştırmaya ulaşılmıştır (Tatlılıoğlu, 2010). Onay arama erken dönem uyumsuz şemasına sahip kişilerin ötekilerin beğenisini kazanmak için kendi ilgi ve isteklerini bir kenara bırakarak başkalarının beğenip takdir edeceği tercihler yaptıkları belirtilmiştir (Rafaeli ve diğerleri, 2015). Kendileri için verdikleri kararlar kendi ilgi ve seçimlerini yansıtmadığından meydana gelen tatminsizlik duygusu ve kendi isteklerini yapamamanın verdiği öfke duygusu arasında bir duygusal dengesizlik yaşayabilecekleri söylenebilir. Böylece onay ihtiyacı arayıp duygusal dengesizlik yaşayan bireyler kararsızlık davranışına başvurabilirler. Bu nedenle bu çalışmada erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından onay arama ile kararsızlık düzeyi arasında pozitif yönde korelasyon bulunmuş olabilir.

Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyum bozucu şemalardan bağımlılık alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Alan yazında yapılan araştırmalar incelendiğinde, kararsızlık ile bağımlı karar verme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin bulunduğu araştırma yapılmış olmasına rağmen (Şirin ve Güner, 2018) kararsızlık düzeyi ile bağımlılık erken dönem uyumsuz şeması arasında yapılan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Karar verme davranışının bireyde kendine uygun seçenekleri tanıyabilme, bu seçenekleri yönetebilme ve sonuca ilişkin sorumluluk alabilme becerisi gerektirdiği söylenmektedir (Candangil ve Ceyhan, 2006). Bu özelliklerden yoksun bireyler kararsızlık stratejisini benimseyebilir ya da başkalarının

desteği olmadan sağlıklı karar veremeyeceklerini dűşünebilir, yaşamlarındaki her tűrlű karar verme durumu için ötekilerin varlığına ve yönlendirmelerine ihtiyaç duyabilirler. Böylece kararsız bireyler yaşamlarını idame ettirmek ve seçimlerinde bir sonuca ulaşabilmek için başkalarına bağımlı karar verme davranışına sıklıkla başvurabilirler. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin bağımlılık erken dönem uyumsuz şemaları tetiklenmiş ve pozitif yönde anlamlı korelasyon görülmesine neden olmuş olabilir.

Üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile sosyal izolasyon ve kusurluluk erken dönem uyumsuz řema alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif ilişki görűlmektedir. Alan yazın incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyi ile erken dönem uyumsuz řema alt boyutu sosyal izolasyon ve kusurluluk arasında herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak, ulusal alan yazında yapılan bir araştırmada, kararsızlığın yordayıcısı olarak beř faktör kişilik özelliklerinden bahsedilmiş; dışadönüklük ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin hem araştırıcı hem de aceleci kararsızlık ile anlamlı ve negatif ilişkili olduğu belirtilmiştir (Öztemel, 2016). Bu kişilik özelliklerinin zıt kavramı olabilecek içedönüklük ve deneyime kapalı olma kavramlarının sosyal izolasyon ve kusurluluk erken dönem uyumsuz řema alt boyutlarına sahip bireylerde mevcut olabileceği söylenebilir. Young ve Klosko (2015) bu şemalara sahip bireylerin birincil duygusunun yalnızlık olduğu belirtmektedir. Kişinin kendisinin kusurlu olduğunu ya da başkaları tarafından dışlanıp yalnız bırakılacağını düşünmesi kendi içine kapanıp yeni ilişkiler deneyimleyebileceği sosyal ortamlara girmesini engellediği tespit edilmiştir (Eriř ve İkiz, 2013). Kusurlu olduğunu düşünen bireylerin alacağı kararların da kusurlu olabileceğini düşünmeleri kararsızlık stratejisini benimsemelerine sebep olabilir. Ayrıca doğasında yenilik barındıran karar verme eylemi yeni ve farklı deneyimlere kapalı olan sosyal ortamlardan kaçınan bireyler için zorlayıcı bir davranış olabilir. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyleri ile sosyal izolasyon ve kusurluluk erken dönem uyumsuz řema alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki çıkmış olabilir.

5.1.2. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından cinsiyet değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması

Çalışma bulgularına göre, üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir düzeyde farklılaştığı ve kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla kararsızlık yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın bulguları ile ilgili alan

yazındaki araştırma bulgularının benzerlik gösterdiği görülmüştür (Arslan, 2007; Aydemir, 2017; Büyükçapar, 2015; Sarı, 2007; Tatlılıoğlu, 2010; Torun, 2007; Tuncel, Yıldız, Yıldız ve Yavuz, 2017; Yılmaz, 2009). Arslan (2007) Selçuk Üniversitesi öğrencileri ile yaptığı araştırmada cinsiyet değişkenine göre aceleci kararsızlık alt boyutunda anlamlı bir fark bulunurken, araştırmacı kararsızlık alt boyutunda ise fark gözlemlenmediğini belirtmiştir. Yapılan başka bir araştırmaya göre ise kadın öğretmen adaylarının erkek öğretmen adaylarından araştırmacı kararsızlık alt boyutunda daha yüksek puan aldıkları, aceleci kararsızlık alt boyutunda ise anlamlı bir farkın bulunmadığı tespit edilmiştir (Tuncel ve diğerleri, 2017). Büyükçapar (2015) yaptığı araştırmada kız öğrencilerin kişisel kararsızlık puan ortalamalarını, erkek öğrencilerden daha yüksek bulmuştur. Bulguların kızların erkeklere kıyasen daha aceleci karar verdiklerini rapor etmiştir. Sarı (2007) ise yaptığı araştırma sonuçlarına göre kadınların araştırmacı kararsızlık alt boyutunda erkeklere göre daha yüksek puan aldıkları fakat genel kararsızlıkta cinsiyet açısından anlamlı bir fark bulunmadığı ifade etmiştir. Çalışmaları destekler nitelikteki araştırmasında Torun (2007) tarafından kız öğrencilerin karar verme stratejisi olarak kararsızlığı erkek öğrencilerden daha fazla kullandığı tespit edilmiştir.

Kararsızlığın alternatifler arasında kişinin kendine en uygunu seçmekten kaçınma ve bu seçim süresince panik durumunda olma durumu göz önüne alındığında, kararsızlık kavramının panik karar verme ve kaçınan karar verme stratejisi ile ilişkilendirilebileceği söylenebilir. Buna göre Tatlılıoğlu (2010) Selçuk üniversitesi öğrencilerini örneklem olarak yaptığı araştırmasında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla kaçınan ve panik karar verme stratejilerini kullandığını saptamıştır. Kararsızlığın bir çeşidi olarak görülebilecek bir kavram olan mesleki kararsızlığa ilişkin yapılan çalışmada ise Aydemir (2017) cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin mesleki kararsızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve kız öğrencilerin mesleki kararsızlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle küçük yerleşim yerlerinde kadınlara karar verme konusunda söz hakkı verilmemesinin kadınlarda karar verme becerisinin gelişemediği söylenebilir. Buna ek olarak karar verme becerisinin yeterli veri toplama ve bu veriler içerisinde kişiye en uygun olanın seçilmesini kapsayan rasyonel bir süreci içerdiği vurgulanmaktadır (Ercengiz ve Şar, 2018). Buna göre kadınların erkeklere göre daha duygusal olabileceği ve bu mantıksal süreci yürütmekte zorlanabilecekleri söylenebilir. Ayrıca toplumun kadınlardan beklentisi ile modern kadının kendisinden beklentisi arasında farklılıkların olabileceği belirtilmektedir (Eroğlu ve İrdem, 2016). Bu

sebeple, kadınların kendi istekleri ile toplumun beklentileri arasında kalarak erkeklere göre daha kararsız olabilecekleri düşünülebilir. Bu bağlamda cinsiyet değişkenine ilişkin araştırmalar incelendiğinde kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla kararsızlık yaşadığı ve anlamlı bir farkın oluşma ihtimalinin olduğu söylenebilir.

5.1.3. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından aile türü değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması

Çalışmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeyleri aile türü değişkeni açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi ile aile türü arasında yapılan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bunun yerine kararsızlık ile yakından ilişkili bir kavram olarak ifade edilebilecek olan karar verme stilleri ile ilgili Tatlılıoğlu (2010) tarafından yapılan araştırma sonucu incelendiğinde karar verme stilleri puan ortalamalarının aile türü değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulgusuna erişilmiştir. Bireyin ailede kimlerle ve kaç kişiyle birlikte yaşamasından daha çok o kişilerin karar verirken ne şekilde davrandıkları bireylerin karar verme stratejisini etkileyen bir unsur olabilir. Bu sebeple geniş ailede ya da çekirdek ailede yaşıyor olmak bireylerin kararsızlık düzeylerini farklılaştıran bir değişken olarak bulunmamış olabilir. Bu kapsamda, aile türü değişkenine ilişkin yapılan bu çalışmanın araştırmayı destekler sonuçları rapor ettiği söylenebilir.

5.1.4. Üniversite öğrencilerinde kararsızlık düzeyi açısından yaşam yeri değişkenine yönelik bulguların sonuçları ve tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin kararsızlık düzeylerinin yaşam yeri açısından anlamlı bir farkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın taraması sonucunda kararsızlık düzeyi açısından yaşam yeri değişkenine yönelik çalışmalara rastlanmamıştır. Bunun yerine kararsızlık ile ilintili başka bir kavram olan karar verme konusunda yapılan araştırma bulgularından, araştırma sonucunu desteklemek amacıyla yararlanılmıştır. Araştırma bulguları alan yazında yapılan benzer çalışmalarla sonucu itibarıyla benzerlik göstermektedir (Tatlılıoğlu, 2010; Temel, 2005).

Temel (2005) yaptığı inceleme sonucunda öğretmenlerin yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yaşam yeri değişkenine göre karar verme stilleri alt boyutlarından erteleyici karar vermede ve panik karar vermede anlamlı bir fark bulmuştur. Başka bir araştırmada ise

yaşamlarının çoğunu köy-kasabada geçiren öğrencilerin puan ortalamalarının, yaşamlarının çoğunu ilçe ve büyükşehirde geçirenlere göre panik karar verme stilinde anlamlı düzeyde yüksek olduğunu saptanmıştır (Tatlılıoğlu, 2010). Köy-kasaba gibi küçük yerleşim yerlerinde alternatif oluşturmada yeterli seçeneğin olamayabileceği, bu durumun kişinin kendisine daha uygun bir seçenektan yoksun olmasıyla birlikte istemediği bir seçim yapma konusunda panik tepkisi sergileyebileceği şeklinde açıklanabilir. Diğer yandan, köyün sosyokültürel yapısı olarak daha kollektivist olmasının özellikle küçük yaş grubuna seçim yapma hakkını sunmadığı belirtilmektedir (Yalçınkaya ve Şanlı, 2003). Bu sebeple, karar vermeyi yeterince deneyimlemeyen birey bu davranışı sergilemesi beklenen durumlarda paniğe kapılarak panik karar verme stiline başvuruyor olabilir. Araştırma sonuçları incelendiğinde bu çalışma ile benzer sonuçlara rastlandığı gözlemlenebilir.

5.2. Öneriler

5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı öneriler

- Karar verme konusunda sıkıntı yaşayan üniversite öğrencilerinin erken dönem uyum bozucu şemaları belirlenerek, erken dönem uyumsuz şemalar hakkında eğitim çalışmaları yapılabilir. Bu çalışmalar kişinin karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçlarının farkındalığına ve uyum sağlayıcı bir biçimde ihtiyaçlarını karşılamasına olanak sağlayarak duygusal, bilişsel ve ilişkisel kalıplarının değişmesinde güdüleyici bir rol oynayabilir.
- Psikolojik danışmanlar yaşamın erken dönem deneyimlerinden kaynaklanan erken dönem uyumsuz şemaların kararsızlık ile ilişkili olduğu bulgusundan yola çıkarak kararsızlık davranış örüntüsünü değiştirmekte şema terapi tekniklerinden de faydalanabilirler.

5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler

- Kararsızlığa yakın bir kavram olan karar verme ve erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin ülkemizde birçok çalışma yapılmıştır. Ancak kararsızlık kavramı ve bu kavramın erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesine ilişkin çalışmalara rastlanmamaktadır. Araştırmacılar bu kavramların ilişkisine ait çalışmalar yaparak ülkemiz bilim ve akademi dünyasına katkıda bulunacaklardır.

- Bu çalışma yürütülürken kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki üniversite eğitimine devam eden 18-38 yaş aralığında örneklemden faydalanılmıştır. Aynı araştırma farklı yaş aralığı ve gelişim döneminde bir örneklem kullanılarak da yapılabilir.
- Yapılan tez çalışması örneklemini 242 kadın ve 119 erkek olmak üzere toplam 361 kişiden oluşmaktadır. İleride yapılacak olan çalışmalarda katılımcı sayısının daha fazla olması ve kadın-erkek oranının eşit olması önerilmektedir.
- Bu çalışmanın örnekleminin sadece Marmara Bölgesinde Sakarya ve İstanbul şehirlerinde bazı üniversitelerde eğitim gören üniversite öğrencilerinden oluşması bulguların genellenebilirliği açısından sınırlama meydana getirmektedir. Bu sebeple veri toplanılan şehir ve üniversite çeşitliliğinin artırılması elde edilen bulguların genellenebilirliğini artmasında etkili olacaktır. Ayrıca bölge çeşitliliği artırılarak araştırmadaki değişkenlerin sosyokültürel faktörler açısından karşılaştırılması sağlanacaktır.
- Kararsızlık ve erken dönem uyumsuz şemalar kişisel bilgi formunda yer alan demografik bilgilere bireylerin verdiği cevaplar kullanılarak incelenmiş ve bazı bulgulara ulaşılmıştır. İleride yapılacak olan araştırmalarda demografik bilgiler farklılaştırılıp artırılarak çalışmalar farklı açılardan da değerlendirilebilir.
- Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarındaki soru sayılarının fazla olması katılımcılarda yorgunluk etkisine ve dikkat dağınıklığına sebep olmuş olabilir. Verilerin doldurulması sürecinde katılımcılara ne kadar süreceği söylenip gönüllü bir katılımın önemli olduğu aktarılmasına rağmen bazı katılımcıların çalışmayı yarıda bıraktığı gözlemlenmiştir. Veri analizi yapılmadan önce verilerin %10 unu ve daha fazlasını cevaplamayan katılımcılar elenmiş ve bu sınırlılığın etkisi azaltılmaya çalışılmıştır. Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda kullanılacak ölçme araçlarının soru sayılarının uygunluğuna dikkat edilmesi tavsiye edilmektedir. Bunun yanı sıra envanterlerin uygulandığı ortamın uygunluğu ve gönüllü olur formu kullanılması katılımcılara çalışmada gizlilik ilkesinin önemsendiğine ilişkin bilgi verecektir.
- Araştırma bulgularından yararlanılarak şema terapi teknikleri kullanılarak üniversite öğrencilerinde kararsızlık davranışını değiştirme ile ilgili deneysel bir çalışma yürütülebilir.
- Bu tez çalışması şema terapi modeli kapsamında erken dönem uyumsuz şema alanları bazında yapılmıştır. Şema Terapi bünyesinde hangi şema alanının ne zaman etkin

olduğuna gore farklılaşan mod durumlarını da barındırır. Bu model kapsamındaki ileride yapılacak olan çalışmalarda kararsızlık davranışı ile ilintili olabilecek şema modları çerçevesinde incelenmesi literatürü zenginleştirecektir. Ayrıca şema modları ve kararsızlık davranışı ile ilgili yapılacak araştırmaların boylamsal olarak yürütülmesi gelişim dönemlerine gore şema modlarının değişimini incelemeye fırsat veren bir çalışma olacaktır.

KAYNAKLAR

- Akıntuğ, Y. ve Birol, C. (2011). Lise öğrencilerinin mesleki olgunluk ve karar verme stratejilerine yönelik karşılaştırmalı analiz. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 1-12. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/87381>
- Aksoy, F. (2016). *Ergenlerde internet bağımlılığı ile şema mekanizmaları ve baş etme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 441643).
- Alevsaçanlar, S. (2015). *Madde bağımlılarında erken dönem uyum bozucu şemalar ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 381257).
- Alver, B. (2005). Psikolojik danışma ve rehberlik eğitimi alan öğrencilerin empatik beceri ve karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 14, 19-34. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/217008>
- Arroba, T. (1977). Styles of decision making and their use: An empirical study. *British Journal of Guidance and Counselling*, 5, 149-158. doi: 10.1080/03069887708258110
- Arslan, Ç. (2007). *Üniversite öğrencilerinin sürekli kaygı ve kişisel kararsızlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 217484).
- Arslan, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların suçluluk utanç ve affetmeyi yordaması* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 461327).
- Atkinson, L. R; Atkinson, C. R; Smith, E. E. ve Bem, J. S. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Çev: Y. Alogan). İstanbul: Arkadaş Yayınları.
- Aydemir, L. (2017). Lise öğrencilerinin meslek seçimindeki kararsızlıklarına etki eden faktörler (Trabzon Örneği). *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10, 651-664. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/391729>

- Bacanlı, F. (1999). *Kararsızlık ölçeğinin geliştirilmesi*. Beşinci Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi. Erişim adresi: [file:///C:/Users/maxuma/Downloads/328-746-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/maxuma/Downloads/328-746-1-SM%20(1).pdf)
- Bacanlı, F. ve Sürücü, M. (2006). İlköğretim 8. Sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, (45), 7-35. Erişim adresi: <https://www.pegem.net/dosyalar/dokuman/1749-2011060416731-1-bacanli.pdf>
- Bal, F. (2019). Şema terapinin sigarayı bırakma davranışı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 187-199. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/635372>
- Balkıs, M. (2007). Öğretmen adaylarının davranışlarındaki erteleme eğiliminin, karar verme stilleri ile ilişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(21), 67-83. Erişim adresi: http://pauegitimdergi.pau.edu.tr/Makaleler/1342111827_Murat%20Balk%C4%B1s2.pdf
- Beswick, G., Rothblum, E. D. ve Mann, L. (1988). Psychological antecedents to students procrastination, *Australian Psychologist*, 23, 207-217. doi: 10.1080/00050068808255605
- Bernstein, D. P., Rafaeli, E. ve Young, J. E., 2013, *Şema terapi (Schema therapy)- ayırıcı özellikler*, (Çev. M.Şaşıoğlu), 2. Basım, İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Bintaş Zörer, P. (2015). *Bağlanma kuramı perspektifinden sosyal kaygı: Erken dönem uyumsuz şemalar ve reddedilme duyarlılığının rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 427332).
- Brown J. E. ve Mann, L. (1990). The Relationship Between Family Structure and Process Variables and Adolescent Decision Making. *Journal of Adolescence*, 13(1), 25-37. Erişim adresi: [https://doi.org/10.1016/0140-1971\(90\)90039-A](https://doi.org/10.1016/0140-1971(90)90039-A)
- Burka, J. B. ve Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Büyükçapar, F. (2005). *Özel okullar ile devlet okullarında okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin sürekli kaygı ve kişisel kararsızlık düzeylerinin*

incelenmesi (Kahramanmaraş ili örneği) (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 384526).

Büyüköztürk, Ş. (2004). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (4. Baskı)*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Byrness, J. P. ve McClenny, B. (1994). Decision making in young adolescents and adult. *Journal of Experimental Child Psychology*, 58, 359-388. doi: 10.1006/jecp.1994.1040

Channing, L. B. (2000). Decision-making skills. Massachusetts.

Çakır, Z. (2007). *Antisosyal kişilik bozukluğunda erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiler: Şema terapi çerçevesinde bir inceleme* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 228976).

Çavdar, Ş. (2016). *Karışık madde bağımlısı olgularının erken dönem uyumsuz şemaları, başa çıkma tutumları ve benlik saygıları yönünden karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 441649).

Çoban, A. E. ve Hamamcı, Z. (2006). Kontrol odakları farklı ergenlerin karar stratejileri açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14, 393-402.

Çorapçı, A. (2015). *Sınıf öğretmenlerinin karar verme stilleri ve iş doyum düzeylerinin tespiti* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 412306).

Çolakkağıoğlu, O. (2003). *Ergenlerde karar verme ölçeğinin (Adolescent decision making questionnaire) uyarlama çalışması*. (Yüksek Lisans Tezi). Erişim adresi: https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/ergenlerde-karar-verme-olcegi-toad_0.pdf

Deniz, M. ve Avşaroğlu, S. (2014). Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yeteneklerinin karar vermede özsaygı ve karar verme stillerini açıklama düzeyinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 121-138. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/68307>

Dereli, E. ve Acat, M. B (2011). Okul öncesi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin karar verme stratejileri ile sınav kaygıları arasındaki ilişki. *Eskişehir Osmangazi*

Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 12(2), 77-87. Erişim adresi:
<http://dergipark.gov.tr/download/article-file/113335>

- Deveci, F. (2011). *Ergenlerde karar verme stilleri ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 299918).
- Dinklage, L. B. (1969). Student decision-making studies of adolescents. *Journal of Multicultural Counseling And Development*, 19, 146-157.
- Duran, S. (2016). *Depresyon ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkide otomatik düşünce özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 433510).
- Dural, G. (2015). *Kararsızlık yaşamının beyin fırtınasında yaratıcılığa etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 394967).
- Dülger, Ö. (2008). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 231858).
- Dobson, K. S. (Ed.). (2010). *Handbook of cognitive-behavioral therapies*. New York: Guilford Press.
- Ekşim, S. (2016). *Bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 441305).
- Eldeleklioğlu, J. (1997). Karar stratejileri ile ana baba tutumları arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(2), 7-13. Erişim adresi:
<http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/viewFile/372/307>
- Ercan, G. ve Altunay, E. (2015). İlkokul ve ortaokul yöneticilerinin kişilik özellikleri ile karar verme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi (İzmir ili örneği). *On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(2), 120-143.
- Ercengiz, M. ve Şar, A. H. (2018). Kabul ve kararlılık terapisi yönelimli karar verme becerisi psikoeğitim programının karar verme stilleri üzerindeki etkisi. *Sakarya University Journal of Education*, 8(4), 109-130. doi: 10.19126/suje.417797

- Erdem, Z. (2018). *Panik bozukluğu hastalarında erken dönem uyum bozucu şemalar ve şema sürdürücü başa çıkma davranışlarının şema terapi modeli çerçevesinde incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 532494).
- Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8(6), 179-193. Erişim adresi: <http://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423932678.pdf>
- Ersever H. Ö. (1996). *Karar verme becerileri kazandırma programının ve etkileşim grubu deneyiminin üniversite öğrencilerinin karar verme stilleri üzerindeki etkileri* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 51580).
- Erözkan, A. (2011, Haziran). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar verme stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74. Erişim adresi: <http://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423936070.pdf>
- Frost, R. O. ve Shows, D. L. (1993). The nature and measurement of compulsive indecisiveness. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 683–692. doi: 10.1016/0005-7967(93)90121-A
- Ferrari, J. R. (1991). Self-handicapping by procrastinators: Protecting self-esteem, social esteem, or both? *Journal of Research in Personality*, 25, 245-261. doi: 10.1016/0092-6566(91)90018-L
- Gati, I. (1986). Making career decisions-a sequential approach. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), doi: 10.1037/0022-0167.33.4.408
- Gelatt, H. B. (1989). Positive uncertainty: A new decision-making framework for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 36, 252-256. doi: 10.1037/0022-0167.36.2.252
- Günaydın, H. D. (2016). *Psikolojik danışmanların ve danışman adaylarının erken dönem uyum bozucu şemaların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 430667).
- Hammond, J. S. (2002). *Karar Verme Sanatı*. İstanbul: Beyaz Yayıncılık.
- Harren, V. (1979). A model of career decision making for college students. *Journal of Vocational Behavior*, (14), 119–133. doi: 10.1016/0001-8791(79)90065-4

- Hatipoğlu Yanık, D. (2015). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile mizah arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 417655).
- Hoffart, A. (2018). The interplay between experiential states in first generation schema therapy of Cluster C personality problems: A network approach. *Clin Psychol Psychother*, (25), 809–817. doi: 10.1002/cpp.2316
- Jackson, C. J., Furnham, A. ve Lawty-Jones, M. (1999). Relationship between indecisiveness and neuroticism: The moderating effect of a tough-minded culture. *Personality and Individual Differences*, 27, 789–800. doi: 10.1016/S0191-8869(99)00027-6
- James P. ve Byrnes, Ph.D. (2002). The development of decision-making. *Journal of Adolescent Health*, (31), 208–215.
- Harris, R. (1998). *Introduction to Decision Making*. Vanguard University of Southern California, Colifornia.
- Harding, H. G., Burns, E. E. ve Jackson, J. L. (2012). Identification of child sexual abuse survivor subgroups based on early maladaptive schemas: Implications for understanding differences in posttraumatic stress disorder symptom severity. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 560-575. doi: 10.1007/s10608-011-9385-8
- Hastie, R. (2001). Problems for judgment and decision making. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 653–683. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.653.
- Kaçar, B. (2008). *Lise öğrencilerinin karar stratejileri ile transaksiyonel analiz ego (ben) durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 226419).
- Karpuz İlericiler, N. (2015). *Evlilik uyumunu açıklamada yakın ilişkilerde bağlanma, erken dönem uyum bozucu şemalar ve psikolojik travmanın rolü*. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaveh, M. ve Bordbar, F. T. (2017). The relationship between disordered eating behavior with early maladaptive schemas and anxiety in adolescent female. *Ravānshināsī-i Afrād-i Istiṣnāyī*, 7(27), 161-183.
- Kırkıoğlu, B. (2018). Depresyon ve kaygı belirtilerinin kişilerarası tarz ve erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 532051).

- Koçel, T. (2011), *İşletme yöneticiliği: Yönetim ve organizasyon, organizasyonlarda davranış, klasik- modern- çağdaş ve güncel yaklaşımlar*. İstanbul: Beta Basımevi.
- Köksal, A. ve İşmen Gazioğlu, A.E. (2007). Ergenlerde duygusal zeka ile karar verme stratejileri arasındaki ilişki. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(7), 133-146. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/93084>
- Kömürcü, B. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit etiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Erişim adresi: <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/bitstream/handle/11655/1304/5a6c2834-e4fc-4cb8-8f77-f77267c48317.pdf?sequence=1>
- Körük, S. ve Özabacı, N (2018). Şema terapinin depresif bozuklukların tedavisindeki ekişi: Bir meta-analiz. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(4) ,470-480. doi:10.18863/pgy.361790
- Krumboltz, J. D., Kinnier, R. T., Rude, S. Scherba, D. S. ve Hamel, D. A. (1986). Teaching a rational approach to career decision making: who benefits most? *Journal of Vocational Behavior*, (29), 1-6. doi: 10.1016/0001-8791(86)90024-2
- Kurt, E. (2016), *Orta öğretim öğrencilerinin karar verme stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişilmiştir (Tez No: 423160).
- Kuzgun, Y. (1992). *Karar stratejileri ölçeği; geliştirilmesi ve standardizasyonu*. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Mann, L., Radford, M., Ford, S., Bond, M., Leung, K. ve Nakamura, H., (1998). Cross-cultural differences in self reported decision making style and confidence. *International Journal of Psychology*, 33(5), 325 - 335. doi: 10.1080/002075998400213
- Marzano, R. J. (2006). *The new taxonomy of educational objectives*. Corwin Press.
- McGinn, L. K., Cukor, D. ve Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, and anxiety and depression: Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style?. *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 219-242. doi: 10.1007/s10608-005-3166-1

- Messman-Moore, T. L. ve Coates, A. (2007). The impact of childhood psychological abuse on adult interpersonal conflict: The role of early maladaptive schemas and patterns of interpersonal behavior. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2), 75–92. doi: 10.1300/J135v07n02_05
- Nas, S. (2010). Karar verme stillerine bilimsel yaklaşımlar. *Dokuz Eylül Üniversitesi Denizcilik Fakültesi Dergisi*, 2(2), 43-65. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/53087>
- Nelson-Jones, R. (1995). *Danışma psikolojisi kuramları*. (Çev. Füsün Akkoyun. ve diğerleri.), Ankara: TBFO Ltd.Şti.
- Nursen, O. ve Şahin, G. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Turkish Journal of Psychology*, (23), 37-48. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/profile/Nesrin_Hisli_sahin/publication/227854860_Yeme_Tutum_Bozuklugunun_Kisilerarasi_Semalar_Baglanma_Kisilerarasi_Iliski_Tarz_lari_ve_Ofke_ile_Iliskisi/links/09e4150b8a16607ac7000000/Yeme-Tutum-Bozuklugunun-Kisilerarasi-Semalar-Baglanma-Kisilerarasi-Iliski-Tarzları-ve-Ofke-ile-Iliskisi.pdf?origin=publication_detail
- Osipow, S. H. ve Reed, R. (1985). Decision making style and career indecision outcome: what contributes to client gain? *Journal of Counseling Psychology*, 35, 447-462.
- Ömeroğlu, E., Turla, A. (2001). Okulöncesi dönemde yaratıcılık eğitimi ve desteklenmesi, *Milli Eğitim Dergisi*, 151. Erişim adresi: https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/151/omeroglu_turla.htm
- Özel, M. (2009). *Ergenlerin denetim odaklarına ve algıladıkları ebeveyn çocuk yetiştirme tutumuna göre karar verme biçimlerinin incelenmesi: Darıca ilçesi örneği* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 250338).
- Özcan, K. (1999). *Yöneticilerde karar verme ile kaygı ilişkileri* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 84359).
- Öztabak, M. Ü. (2013). *Farklı okul türlerinde öğrenim gören lise öğrencilerinin sınıf seviyelerine göre düşünme stilleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin*

incelenmesi (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 328536).

Öztemel, K. (2016). Five-Factor Personality Characteristics and Self-Esteem as Predictors of Personal Indecisiveness. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 31(1), 112-124. doi: 10.16986/HUJE.2015014091

Pallant, J. (2017). *SPSS ile adım adım veri analizi*. (Çev. S. Balcı ve B. Ahi). Ankara: Anı Yayıncılık.

Payne, J.W., Bettman, J.R. ve Johnson, E.J. (1993). *The Adaptive Decision Maker*. Cambridge University Press, Cambridge.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2015). *Şema terapi ayırıcı özellikler*. (Çev. M. Şaşıoğlu). İstanbul: Psikonet.

Robbins, S. P., (1989). *Organizational behavior: Concepts, controversies and applications*. Fourth Edition, New Jersey, Prentice-Hall, Inc.

Sapmaz Yurtsever, S. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik biçimleri ve duygu düzenlemenin yeme tutumu üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 368304).

Sardoğan, M. E., Karahan, T. F. ve Kaygusuz, C. (2006). Üniversite öğrencilerinin kullandığı kararsızlık stratejilerinin problem çözme becerisi, cinsiyet, sınıf düzeyi ve fakülte türüne göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 78-97. Erişim adresi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/mersinefd/article/view/5000002963/5000003465>

Sarı, E. (2007). Türk üniversite öğrencilerinin aceleci, araştırmacı ve genel kararsızlık biçimlerinin kendilik saygısı düzeylerine etkileri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 2007, 7(2) 897-926. Erişim adresi: <http://earsiv.odu.edu.tr:8080/xmlui/bitstream/handle/11489/330/A1%20karars%C4%B1zl%C4%B1k.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E. ve Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19(3), 295-321. doi: 10.1007/BF02230402

- Schvaneveldt, J. D. ve Adams, G. R. (2001). Adolescents and the decision-making process. *Theory Into Practice*, 22(2), 98-104.
- Scott, S. G. ve Bruce. R. A. (1995). Decision-making style: The development of a new measure. *Educational And Psychological Measurement*, 55, 818-831. doi: 10.1177/0013164495055005017
- Shavelson, R. J. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik*. (Çev. N. Güler). Ankara: Pegem Akademi.
- Sij, Z. D., Mahshae, G. ve Nadi, M. (2018). The effectiveness of schema group therapy on attachment styles (secure, insecure anxiety & insecure avodiance) and symptoms in patients with obsessive-compulsive disorders. *Birjand University of Medical Sciens*, 25(3), 181-192. Erişim adresi: http://journal.bums.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-2041-3&slc_lang=en&sid=1
- Simon, H. A. (1976). *Administrative behavior a study of decision-making processes in administrative organization (Third Edition)*. New York: The Free Press.
- Stallard, P. (2007). Early maladaptive schemas in children: Stability and differences between a community and a clinic referred sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 10-18. doi: 10.1002/cpp.511
- Şahin, K. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ile karar verme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 278777).
- Şaşmaz, İ. B. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğünün borderline kişilik bozukluğu ve bipolar bozukluk üzerindeki yordayıcı etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 376627).
- Şencan, B. (2015). *Bağlanma örüntüleri ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkilerde duygusal şemalar, duygusal zorlanmaya tolerans ve kişilerarası beklentilerin rolü* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 399623).
- Şirin, A. ve Güner, A. (2018). İlkokul Yönetici ve Öğretmenlerinin Karar Verme Stratejileri ile İş Doyumları Arasındaki İlişki. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, (1), 43-78. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/657296>

- Tatlıhoğlu, K. (2010). *Farklı öz-anlayış düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme stilleri ve kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 264322).
- Temel, V. (2015). *Beden eğitimi öğretmenlerinin problem çözme becerileri, karar verme stilleri ve öfke tarzları* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 381107)
- Torun, S. (2007). *Akran baskısı düzeyi farklı olan lise öğrencilerinin karar stratejilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Erişim adresi: <http://acikarsiv.ankara.edu.tr/browse/4541/5045.pdf?show>
- Tosun, K. (1992). *İşletme Yönetiminin Genel Esasları*. Ankara: Savaş Yayınları.
- Tuncel, M., Yıldız, S., Yıldız, K. ve Yavuz, R. (2018). Öğretmen adaylarının kişisel kararsızlık ve eleştirel düşünme motivasyonları. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2),1127-1155. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/485321>
- Tunç, A. (2011). *İlköğretim 7. Ve 8. Sınıf öğrencilerinin karar vermede özsaygı ve karar verme stilleri ile algılanan ana baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 293021)
- Tutar, H. (2000). *Küreselleşme sürecinde işletme yönetimi*. Hayat Yayınları, İstanbul.
- Türk Dil Kurumu (TDK) (http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5c30734fe18a62.01884995 adresinden 11 aralık 2018 tarihinde erişilmiştir.).
- Tyler, L. E. (1961). *The Work of the Counselor (Second Ed.)*. New York, Appleton-Centuiy-Crofts, , 327.
- Uysal, H. (2017). *Duygu düzenleme güçlükleri ile orthorexia nevrosa arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında erişildi (Tez No: 448707).
- Ünal, B. (2012). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve psikolojik iyilik hali: Ebeveyn tutumları ve diğer psikolojik kaynakların önemi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında erişildi (Tez No: 321152).

- Wright, M. O. D., Crawford, E. ve Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 33(1), 59-68. doi: 10.1016/j.chiabu.2008.12.007
- Wromm, V. H. (1964). *Work and Motivation*. New York, Wiley.
- Vennum, A. ve Fincham, F. D. (2011). Assessing decision making in young adult romantic relationship. *Psychological Assessment*, 23(3), 739. doi: 10.1037/a0023287.
- Yalçinkaya, H. ve Şanlı, N. (2003). İlköğretim Okulu 11-16 Yaş Öğrencilerinin Ailede Karar Vermeye Katılımı Konusundaki Görüşleri. *Milli Eğitim Dergisi*, (157). Erişim adresi:
https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/157/yalcinkaya.htm
- Yanıklar, C. (2010). Tüketim kültürü, kapitalizm ve insan ihtiyaçları arasındaki ilişki üzerine bir tartışma. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 34(1), 25-32. Erişim adresi:
<https://dergipark.org.tr/download/article-file/49816>
- Yıldırım, A. (2015). *Lise öğrencilerindeki mesleki kararsızlığın algılanan sosyal destek ve tercih edilen alana göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında erişildi (Tez No: 412355).
- Yıldız, S. (2015). *Eğitim yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında erişildi (Tez No: 418053).
- Yılmaz, A. (2009). *İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin anne baba tutumları ile kararsızlık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında erişildi (Tez No: 239229)
- Young, J. E. ve Klosko, J. (1993). *Reinventing your life*. New York: Dutton Books.
- Young J. E., Klosko J.S. ve Weishaar M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Young, J., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Young, J. E. ve Klosko, J. S. (2011). *Hayatı Yeniden Keşfedin*. (S. Kohen ve D. Güler, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1993).

- Yeşilyaprak, B. (2002). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yüksel, M. (2000). Yönetişim kavramı üzerine. *Ankara Barosu Dergisi*, 58, 3. Erişim adresi: <http://www.ankarabarusu.org.tr/siteler/ankarabarusu/tekmakale/2000-3/5.pdf>
- Zadahmad, M. ve Torkan, H. (2016). Investigation of the multiple relationships between early maladaptive schemas and coping styles with anxiety. *Journal of International, Educational & Psychological Researches*, 2(1), 49-53. doi: 10.4103/2395-2296.174791

EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı, araştırmanın güvenilirliği açısından her maddeye samimi ve yansız bir şekilde cevap verilmesi, hiçbir maddenin boş bırakılmaması gerekmektedir. Bilimsel nitelik taşıyan bu çalışma için isim yazmanız istenmemektedir. Yanıtlarınız tamamen gizli kalacaktır. Aşağıda bulunan her ifadeyi dikkatlice okuyarak tercih ettiğiniz seçeneğe (X)işareti koyunuz.

Yardıminız için teşekkürler.

1.Cinsiyet:

Kız() Erkek()

2.Yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer:

köy-kasaba () ilçe() il() Büyükşehir()

3.Yetiştirdiğiniz aile türü:

Çekirdek aile (Anne-Baba-Kardeşler aynı hanede) ()

Geniş aile (Bazı akrabalar aynı hanede) ()

Ek 2. Kişisel Kararsızlık Ölçeği

	Hiç uygun değil	Pek uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamıyla uygun
1. Acele karar vermem gerektiğinde çok güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
2. Basit şeyler hakkında bile karar verirken saatlerce düşünürüm.	1	2	3	4	5
3. Karar verirken konuyu araştırmaya ve hakkında bilgi toplamaya sabredemediğim için acele karar veririm, sonra kararımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
4. Kendimi aceleci bir kişi olarak görürüm.	1	2	3	4	5
5. Hata yaparım korkusuyla çoğu zaman kararlarımı kesinleştiremem.	1	2	3	4	5
6. Karar verirken tüm seçenekler hakkında bilgi toplarım ve araştırma yaparım, fakat yine de bana en uygun seçeneğin hangisi olduğuna karar veremem.	1	2	3	4	5
7. Fırsatları kaçırdım korkusuyla acele karar veririm, sonra kararımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5

8. Karar verirken iyice düşünmek yerine acele karar veririm, sonra genellikle kararlarımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
9. Acele karar vermem gerektiğinde telaşlanırım.	1	2	3	4	5
10. Karar verirken bana göre en uygun seçeneğin hangisi olduğunu bir türlü belirleyemem.	1	2	3	4	5
11. Bir an önce kararımı verip kurtulma istediğim için acele karar veririm, sonra genellikle kararımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
12. Kararlarımı çabuk verip çabuk da vazgeçerim.	1	2	3	4	5
13. Yapmam gereken işler arasında hangisini daha önce yapacağıma karar vermekte güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
14. Belli bir zaman dilimi içinde karar vermem gerektiğinde kararımı kesinleştiremem.	1	2	3	4	5
15. Karar verirken tüm seçenekler arasında araştırma yapmak bana zahmeti geldiğinden o anda en hoşuma gideni seçerim, sonra kararımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
16. Karar verirken çabuk sonuç alabileceğim seçeneği seçerim, umduğumu bulamadığımda da kararımdan vazgeçerim.	1	2	3	4	5

17. Daha önce verdiğim kararlara benzer bir karar verirken bile saatlerce düşünürüm.	1	2	3	4	5
18. Kendimi kararsız bir kişi olarak görüyorum.	1	2	3	4	5

Ek 3. Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığımız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin **duygusal olarak** ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Bir kaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın. 1 den 6'ya kadar olan seçeneklerden sizi tanımlayan en yüksek şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazın.

Derecelendirme:

1- Benim için tamamıyla yanlış

2- Benim için büyük ölçüde yanlış

3- Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla

4- Benim için orta derecede doğru

5- Benim için çoğunlukla doğru

6- Beni mükemmel şekilde tanımlıyor

1. ____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.

2. ____ Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.

3. ____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum

4. ____ Uyumsuzum.

5. ____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.

6. ____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum

7. ____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.

8. ____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.

9. _____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşıtılarım kadar, başaramadım.
10. _____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. _____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. _____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemsedidimi göstermek gibi).
13. _____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. _____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. _____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. _____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. _____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. _____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. _____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. _____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. _____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. _____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. _____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. _____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. _____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. _____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum.
27. _____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. _____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissedyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. _____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.

30. _____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. _____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. _____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. _____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. _____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. _____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. _____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özrü yoktur.
37. _____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. _____ Yakınlarımin beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. _____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. _____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. _____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. _____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. _____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. _____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. _____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. _____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. _____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. _____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. _____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. _____ İstedığımı yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. _____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimizden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. _____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
53. _____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.

54. _____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. _____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. _____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
57. _____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. _____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. _____ Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. _____ Gündelik işler için benim kararlarıma güvenilemez.
62. _____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. _____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. _____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. _____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. _____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. _____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. _____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. _____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. _____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. _____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. _____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.

73. _____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. _____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. _____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. _____ Kendimi hep grupların dışında hissedirim.
77. _____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. _____ Bir dolu övgüler ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. _____ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.

ÖZGEÇMİŞ

Adı ve Soyadı: Büşra SÖYLEMEZ

E-postası: busra.kayrul@gmail.com

ÖĞRENİM DURUMU

Lisans: Boğaziçi Üniversitesi-Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Yüksek Lisans: Sakarya Üniversitesi- Eğitimde Psikolojik Hizmetler

GÖREVLER:

Görev Unvanı	Görev Yeri	Yıl
Okul Psikolojik Danışmanı	Ortaokul-MEB	2016-.....
Psikolojik Danışman	Psikolojik Danışmanlık Merkezi	2017-2018

ESERLER:

A. Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

B. Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan bildiriler:

C. Ulusal hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

- Akın, A., Süler, K., Süler, M. ve Söylemez, B. (2016). Online kişilerarası denetleme ölçeğinin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 538-545. Erişim adresi: http://www.sobider.com/Makaleler/937110334_166%20Koray%20S%c3%9cLER.pdf
- Akın, A., Yılmaz Dinç, S., Akın, Ü., Raba, S. ve Söylemez, B. (2016). Ergenler için takım çalışması ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Türk ve İslam Dünyası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7, 220-227. doi: 10.16989/TIDSAD.151
- Söylemez, A., Koç, M. ve Söylemez, B. (2016). The Adaptation of Integrated Spiritual Intelligence Scale into Turkish. *Journal of Family, Counseling, and Education*, 1(1), 18-24. doi: 10.32568/jfce.237450

D. Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında basılan bildiriler: