HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

CİNSİYET VE DUYGUSAL FARKINDALIK KONTROLÜNDE ŞEMALARIN SOSYAL KAYGIYLA İLİŞKİSİ: TÜRK-MOĞOL KÜLTÜRLERARASI KARŞILAŞTIRMASI

Ariunzaya DASHNYAM

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2026

Liderlik, araştırma, inovasyon, kaliteli eğitim ve değişim ile

Daha ileriye... En İyiye...

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

CİNSİYET VE DUYGUSAL FARKINDALIK KONTROLÜNDE ŞEMALARIN SOSYAL KAYGIYLA İLİŞKİSİ: TÜRK-MOĞOL KÜLTÜRLERARASI KARŞILAŞTIRMASI

SCHEMAS AND SOCIAL ANXIETY CONTROLLING FOR GENDER AND EMOTIONAL AWARENESS: A TURKISH MONGOLIAN COMPARISON

Ariunzaya DASHNYAM

Yüksek lisans tezi

Ankara, 2026

Kabul ve Onay

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Ariunzaya DASHNYAM'ın hazırladığı "Cinsiyet ve Duygusal Farkındalık Kontrolünde Şemaların Sosyal Kaygıyla İlişkisi: Türk-Moğol Kültürlerarası Karşılaştırması" başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir

Jüri Başkanı	Prof. Dr. Yaşar Özbay
Jüri Üyesi (Danışman)	Prof. Dr. Arif Özer
Jüri Üyesi	Doç. Dr. Hasan eşici

Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından 03 / 07 / 2026 tarihinde uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunca ..... / ..... / ..... tarihi itibarıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Necla TURANLI

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Öz

Bu araştırmanın amacı, Young Şema, Sosyal Kaygı ve Duygusal Farkındalık ölçeklerini Moğolca'ya uyarlamak, Türk ve Moğol örneklemlerinde değişmezlik düzeylerini araştırmak, cinsiyet ve duygusal farkındalık puanları kontrol edilerek Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (EDUŞ) ile sosyal kaygı arasındaki ilişkileri incelemektir. Çalışma grubunu Türkiye'den 322 ve Moğolistan'dan 470 olmak üzere toplam 792 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Young Şema Ölçeği-Kısa From-3 (YŞÖ-KF-3), Sosyal Kaygı Ölçeği (SKÖ-E) ve Duygusal Farkındalık Ölçeği (DFDÖ) kullanılmıştır. Ölçeklerin geçerlik katsayıları doğrulayıcı faktör analizi (DFA); ölçüm değişmezlikleri configural, metrik ve scalar invariance testler ile güvenirlik analizleri, McDonald Omega katsayılarıyla incelenmiştir. Ayrıca şemalar ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiler, duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol edildikten sonra kısmi kanonik korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Bulgular üç ölçme aracının da her iki kültürde genel olarak kabul edilebilir düzeyde geçerlik ve güvenirlik özelliklerine sahip olduğunu göstermiştir. Ölçüm değişmezliği analizleri, SKÖ-E için tam skalar değişmezliğin, DFDÖ ve YŞÖ-KF-3 için ise kısmi skalar değişmezliğin sağlandığını göstermiştir. Duygusal farkındalık puanları Türk örnekleminde Moğol örneklemine göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Kısmi kanonik korelasyon analizi sonuçları, duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol edildikten sonra da EDUŞ ile sosyal kaygı arasında her iki örneklemde anlamlı ve güçlü ilişkilerin sürdüğünü göstermiştir. Tucker uyum katsayıları, birinci kanonik fonksiyonun iki kültürde büyük ölçüde benzer bir yapı sergilediğini ortaya koymuştur. Sosyal kaygının açıklanmasında EDUŞ'ın kültürler üstü önemini desteklemekte ve şema kuramının kültürlerarası geçerliliğine ilişkin kanıt sunmaktadır.

Anahtar sözcükler: duygusal farkındalık, erken dönem uyumsuz şemalar, kısmi kanonik korelasyon, kültürlerarası karşılaştırma, ölçüm değişmezliği, sosyal kaygı

Abstract

This study aimed to adapt the Young Schema Questionnaire, Social Anxiety Scale, and Levels of Emotional Awareness Scale into Mongolian, to investigate measurement invariance across Turkish and Mongolian samples, and to examine the relationships between early maladaptive schemas and social anxiety after controlling for gender and emotional awareness scores. The sample consisted of 792 university students — 322 from Türkiye and 470 from Mongolia. Data were collected using the Young Schema Questionnaire–Short Form 3, the Social Anxiety Scale, and the Levels of Emotional Awareness Scale. Construct validity was assessed through confirmatory factor analysis; measurement invariance was examined at the configural, metric, and scalar levels; and reliability was evaluated using McDonald's omega coefficients. Relationships between schemas and social anxiety were assessed using partial canonical correlation analysis after controlling for emotional awareness and gender.

All three instruments demonstrated generally acceptable validity and reliability in both cultures. Measurement invariance analyses supported full scalar invariance for the Social Anxiety Scale and partial scalar invariance for the Levels of Emotional Awareness Scale and the Young Schema Questionnaire–Short Form 3. Emotional awareness scores were significantly higher in the Turkish sample than in the Mongolian sample. Partial canonical correlation analysis showed that strong and significant relationships between early maladaptive schemas and social anxiety persisted in both samples even after controlling for emotional awareness and gender. Tucker's congruence coefficients indicated that the first canonical function reflected a largely similar structure across the two cultures. The findings support the cross-cultural importance of early maladaptive schemas in explaining social anxiety and provide evidence for the cross-cultural validity of schema theory.

Keywords: cross-cultural comparison, early maladaptive schemas, emotional awareness, measurement invariance, social anxiety, partial canonical correlation

Teşekkür

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi sürecinde bilgi, deneyim ve yol göstericiliğiyle bana her zaman destek olan değerli danışmanım Prof. Dr. Arif Özer'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Ayrıca, araştırmada kullanılan üç ölçme aracının Moğolcaya uyarlanması sürecinde değerli katkı ve uzmanlık desteği sağlayan altı uzmana; çeviri ve dilsel eşdeğerlik çalışmalarında önemli emek veren dil bilimci ve çevirmenlere; zaman ayırarak araştırmaya katılan tüm katılımcılara içten teşekkür ederim. Bu çalışmanın başarıyla tamamlanmasında her birinizin katkısı büyük olmuştur.

Akademik yolculuğum boyunca bana her zaman güç veren sevgili aileme de minnettarlığımı ifade etmek isterim. Özellikle, eğitimimi ve tez çalışmamı tamamlamak için uzakta bulunduğum süreçte anlayışları, sevgileri ve sabırlarıyla bana destek olan iki sevgili oğluma yürekten teşekkür ederim. Sizlerin varlığı ve desteği, bu çalışmayı tamamlamamdaki en büyük motivasyon kaynaklarımdan biri olmuştur.

Bu tezin ortaya çıkmasına katkı sağlayan herkese en içten teşekkürlerimi sunarım.

İçindekiler

Kabul ve Onay ii
Öz iii
Abstract iv
İçindekiler vi
Tablolar Dizini ix
Şekiller Dizini x
Simgeler ve Kısaltmalar Dizini xi
Bölüm 1 Giriş 1
Problem Durumu 1
Araştırmanın Amacı ve Önemi 4
Problem Cümlesi 6
Alt Problemler 6
Sayıltılar 7
Sınırlılıklar 8
Tanımlar 9
Bölüm 2 10
Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar 10
Sosyal Kaygı Kavramı ve Özellikleri 10
Sosyal Kaygının Sınıflandırılması 12
Sosyal Kaygının Gelişmesi 13
Erken Dönem Uyumsuz Şema Kavramı ve Özellikleri 19
Şemaların Gelişmesi 20
EDUŞ'ın Sınıflandırılması 22
Şema Kuramı Açısından Sosyal Kaygı 26
Duygusal Farkındalık Kavramı ve Özellikleri 31
Duygusal Farkındalığın Gelişmesi 35

Duygusal Farkındalığın Sınıflandırılması 37
Kültürel Bağlamın EDUŞ, Duygu ve Sosyal Kaygı Üzerindeki Etkileri 41
Moğol Kültürü ve Değerler 45
Türk Kültürü ve Değerleri 48
İlgili Araştırmalar 53
Bölüm 3 66
Yöntem 66
Araştırma modeli 66
Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 67
Verilerin toplanması 67
Veri Toplama Araçları 69
Araştırma Araçlarının Moğolcaya Uyarlanma Süreci 71
Verilerin Analizi 73
Sayıltıların İncelenmesi 73
Bölüm 4 Bulgular 85
SKÖ-E'nin Yapı Geçerliği ve Güvenirliği 85
Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin Yapı Geçerliği ve Güvenirliği 91
YŞÖ-KF-3'ün yapı geçerliği ve güvenirliği 96
Model analiz ve bulguları 107
Duyarlık Analizi 111
Bölüm 5 114
Tartışma, Sonuç ve Öneriler 114
Psikometrik Bulguların Tartışılması 114
EDUŞ ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkilerin Tartışılması 125
Sonuç 130
Öneriler 133
Kaynaklar 135

EK-A: Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma Etik Kurulu Onay Bildirimi 150
Ek 1. YŞÖ-KF-3'ün uyarlama izni 151
Ek 2. DFDÖ'nin uyarlama izni 152
Ek 3. SKÖ-E'nin uyarlama izni 153
Ek 4. YŞÖ-KF-3 Türkçe Formunun Kullanım İzni 154
Ek 5. DFDÖ'nin Türkçe Formunun Kullanım İzni 155
Ek 6. SKÖ-E'nin Türkçe Formunun Kullanım İzni 156
EK-B: Etik Beyanı 157
EK-C: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu 158
EK-Ç: Thesis/Dissertation Originality Report 159
EK-D: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı 160

Tablolar Dizini

Tablo 1. *Değerlendirme Aracı* 72
Tablo 2. *SKÖ-E'nin Tek Gruplu Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri* .. 86
Tablo 3. *SKÖ-E'nin Standartlaştırılmış Faktör Yükleri* 86
Tablo 4. *SKÖ-E Yakınsak ve Iraksak Geçerlik Katsayıları (Moğol ve Türk)* 87
Tablo 5. *Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları* 90
Tablo 6. *Tek Gruplu Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri* 92
Tablo 7. *Standartlaştırılmış Faktör Yükleri (λ)* 92
Tablo 8. *Güvenirlik ve Yakınsak Geçerlik Katsayıları* 93
Tablo 9.*Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları* 94
Tablo 10. *Young Şema Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri* .. 97
Tablo 11. *Young Şema Ölçeğinin Standartlaştırılmış Faktör Yükleri* 98
Tablo 12. *Güvenirlik ve Yakınsak Geçerlik Katsayıları: (Moğol-Türk)* 100
Tablo 13. *HTMT katsayıları (Moğol-Türk)* 102
Tablo 14. *Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları* 105
Tablo 15. *Türk ve Moğol Örneklemlerinde Kanonik Fonksiyonların Wilks' Lambdası ve Kanonik Korelasyonları* 108
Tablo 16. *Birinci Kanonik Fonksiyona Ait Yapısal Katsayılar ve Artık değer İstatistikleri* 109
Tablo 17. *Birinci, İkinci ve Üçüncü Kanonik Fonksiyonlar için Tucker Uyum Katsayıları* 110

Şekiller Dizini

Şekil 1. *Duygusal Farkındalık ve Cinsiyet Kontrol Edildiğinde, Kültüre Bağlı EDUŞ ile Sosyal kaygı İlişkisi*.....7

Şekil 2. *Birinci Kanonik Fonksiyona Ait Yapısal Katsayılar ve %95 Bootstrap Güven Aralıkları: Türk ve Moğol Örneklemleri* 112

Simgeler ve Kısaltmalar Dizini

BDT: Bilişsel Davranışçı Terapi

EDUŞ: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

DFDÖ: Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği

YŞÖ-KF3: Young Şema Ölçeği Kısa Form 3

SKÖ-E: Sosyal Kaygı Ölçeği-Ergenler İçin

Bölüm 1 Giriş

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı ve önemi açıklanmıştır. Sonrasında araştırma problemi, alt problemler, sayıltılar, sınırlılıklar ve araştırmada yer alan anahtar sözcüklerin tanımlarına yer verilmiştir.

Problem Durumu

Üniversite yılları, bireyin akademik, sosyal ve mesleki kimliğini oluşturduğu; yeni kişilerarası ilişkiler geliştirdiği ve sosyal değerlendirilmeye daha fazla maruz kaldığı önemli bir gelişim dönemidir. Bu dönemde bireyler arkadaşlık ilişkileri kurmak, topluluk önünde konuşmak, akademik performanslarını sergilemek ve sosyal çevre içerisinde kabul görmek gibi çeşitli sosyal görevlerle karşı karşıya kalmaktadır. Ancak bazı bireyler için bu sosyal etkileşimler yoğun kaygı, çekingenlik ve kaçınma davranışlarıyla sonuçlanabilmektedir. Sosyal kaygı, bireyin başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği, eleştirileceği ya da reddedileceği yönündeki korkularıyla karakterize edilen ve kişilerarası işlevselliği önemli ölçüde etkileyebilen bir psikolojik yapıdır (Leary ve Kowalski, 1995). Sosyal kaygının yüksek düzeylerde yaşanması, bireyin akademik başarısını, sosyal ilişkilerini ve genel psikolojik iyilik hâlini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Morrison ve Heimberg, 2013).

Literatürde sosyal kaygının etiyolojisini anlamaya yönelik biyolojik, davranışsal, psikodinamik ve klasik bilişsel-davranışçı gibi birçok geleneksel yaklaşım geliştirilmiştir. Örneğin, biyolojik yaklaşımlar genetik yatkınlık ve nörokimyasal süreçlere odaklanırken; davranışsal kuramlar sosyal kaygıyı koşullanma ve kaçınma davranışları üzerinden temellendirmektedir. Geleneksel BDT modelleri ise bireyin o andaki olumsuz otomatik düşüncelerine, işlevsel olmayan inançlarına ve sosyal durumlardaki kendine odaklanma süreçlerine yoğunlaşmaktadır.

Bu geleneksel yaklaşımların büyük bir kısmı, sosyal kaygının ortaya çıkış anındaki tetikleyicilere ve mevcut semptomların sürdürülme mekanizmalarına odaklanmaktadır. Bu durum, literatürde önemli bir boşluk yaratmaktadır: *Sosyal kaygısı olan bireylerin, neden*

belirli sosyal durumları sistemli bir şekilde tehdit edici olarak algıladıklarının kökenindeki kökleşmiş, kalıcı ve duygusal süreçleri tam olarak açıklanamamaktadır. Klasik bilişsel modeller yüzeydeki çarpıtmaları başarıyla ele alsa da, bu çarpıtmaların altındaki duygusal kırılganlığı, erken dönem yaşantıların izlerini ve bireyin duygularını neden ve nasıl düzenleyemediğini açıklamada sınırlı kalmaktadır.

Tam bu noktada şema kuramı (Young, 2003), sosyal kaygının altında yatan daha derin, gelişimsel, bilişsel ve duygusal yapıların anlaşılmasında bütünleştirici ve güçlü bir açıklayıcı çerçeve sunarak literatürdeki bu eksikliği tamamlamaktadır. Şema kuramına göre sosyal kaygı, yalnızca anlık sosyal uyaranlara verilen izole bir tepki değil; çocukluk ve ergenlik döneminde ebeveyn, akran veya çevreyle kurulan ilişkilerde temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması sonucu oluşan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların (EDÜŞ) günümüzdeki sosyal etkileşimlerle tetiklenmesiyle ortaya çıkan kronik bir psikolojik süreçtir.

Örneğin, geleneksel bir bilişsel model sosyal kaygılı bir bireyin "Topluluk önünde konuşursam rezil olurum" düşüncesini incelerken; şema kuramı bu düşüncenin arkasındaki kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon/yabancılaşma veya başarısızlık gibi kökleşmiş şemaları açığa çıkarmaktadır. Sosyal kaygısı yüksek olan birey, bir ortama girdiğinde aslında sadece o andaki insanlardan değil, çocukluğunda içselleştirdiği kabul görmeme, eleştirilme veya reddedilme korkularının aktifleşmesinden dolayı yoğun bir tehdit algısı yaşamaktadır.

Dahası, şema kuramı bilişsel yapının yanı sıra duygusal boyutu da formülasyonuna dahil ederek bu çalışmanın temel odağı olan duygu düzenleme mekanizmalarıyla doğrudan köprü kurmaktadır. Erken dönemde geliştirilen uyumsuz şemalar, bireyde yoğun bir duygusal acı (öfke, anksiyete, utanç) yaratmaktadır. Birey, bu dayanılmaz duygusal acıyla baş edebilmek için aşırı telafi, teslim olma veya kaçınma gibi işlevsel olmayan şema başa çıkma tarzları geliştirmektedir. Sosyal kaygıda sıkça görülen sosyal ortamlardan kaçınma, göz temasından kaçınma veya aşırı hazırlık yapma gibi davranışlar, aslında aktifleşen şemanın yarattığı duygusal acıdan kaçma çabasıdır.

Bu çerçevede, sosyal kaygının sadece bilişsel düzeyde değil, duygusal düzeyde de incelenmesi gerektiği aşikardır. Bireyin kendi duygularını tanımakta zorlanması ve bu yoğun

şema acısını yönetememesi şemaların yarattığı sosyal kaygıyı kronikleştiren döngüsel birer mekanizma olarak işlev görmektedir.

Bu çalışmada sosyal kaygının ele alınmasında şema kuramının temel seçilmesinin nedeni; konuyu sadece yüzeysel semptomlar veya anlık olumsuz düşünceler düzeyinde değil; bireyin geçmiş yaşantılarından getirdiği köklü inançlar, bu inançların yarattığı duygusal acılar ve bu acılarla baş etme yöntemleri (aleksitimi ve duygu düzenleme süreçleri) arasındaki nedensel ve gelişimsel bağları bir bütün olarak açıklayabilme gücüdür. Bu kuramsal temel, sosyal kaygının tedavisinde ve anlaşılmasında semptom azaltmaya değil, kökten bir dönüşüme odaklanılmasına rehberlik etmektedir (Young vd., 2003).

Bu kapsamda aleksitimi, duygu düzenleme güçlüğü, duygusal zekâ, bilinçli farkındalık ve öz-şefkat gibi değişkenlerin EDUŞ (EDUŞ) ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyle bağlantılı olduğu gösterilmiştir. Ancak bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını fark etme, ayırt etme ve anlamlandırma kapasitesini ifade eden duygusal farkındalık değişkeninin bu ilişki içerisindeki yeri henüz yeterince açıklığa kavuşturulamamıştır.

Duygusal farkındalık, bireyin yaşadığı duygusal deneyimleri tanımlayabilmesi, anlamlandırabilmesi ve uygun biçimde ifade edebilmesi açısından önemli bir psikolojik beceri olarak kabul edilmektedir (Lane ve Schwartz, 1987). Duygusal farkındalığı yüksek bireylerin yaşadıkları duygusal deneyimleri daha doğru yorumlayabildikleri ve sosyal durumlarla daha işlevsel biçimde başa çıkabildikleri bilinmektedir. Buna karşın duygusal farkındalık düzeyinin düşük olması, bireyin hem kendi içsel yaşantılarını anlamasını güçleştirebilmekte hem de sosyal durumları daha tehdit edici algılamasına neden olabilmektedir (Greenberg, 2012; Kuzucu, 2008; Lane vd., 1990). Bu nedenle EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesinde duygusal farkındalığın etkisinin göz önünde bulundurulması önem taşımaktadır.

Diğer taraftan psikolojik yapıların kültürel bağlamdan bağımsız olmadığı bilinmektedir. Kültürel değerler, ebeveynlik uygulamaları, kişilerarası ilişki örüntüleri ve duyguların ifade edilme biçimleri bireylerin şema gelişimini, duygusal deneyimlerini ve sosyal kaygı düzeylerini etkileyebilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Buna rağmen

EDUŞ, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı değişkenlerini kültürlerarası bir çerçevede birlikte inceleyen araştırmalar oldukça sınırlıdır. Özellikle Moğolistan alanyazınında EDUŞ'a ilişkin psikometrik ve ampirik araştırmaların yok denecek kadar az olduğu görülmektedir.

Literatürde EDUŞ, sosyal kaygı, duygusal farkındalık ve kültürel bağlam değişkenlerini birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ayrıca EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin duygusal farkındalık etkisi kontrol edilerek incelendiği kültürlerarası çalışmalar da bulunmamaktadır. Bu durum, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkilerin daha kapsamlı biçimde araştırılması gerektiğini göstermektedir. Bu nedenle mevcut araştırmada, Türkiye ve Moğolistan'daki üniversite öğrencileri örnekleminde EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişki incelenmiş; duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol edilerek bu ilişkinin kültürler arası bağlamda nasıl şekillendiği araştırılmıştır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, Türkiye ve Moğolistan üniversite öğrencileri örnekleminde EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu ilişkinin duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol altına alındığında nasıl şekillendiğini ortaya koymaktır. Ayrıca araştırmada söz konusu ilişkinin kültürler arasında benzerlik ve farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Literatürde EDUŞ, sosyal kaygı, duygusal farkındalık ve kültürel bağlam değişkenlerini aynı araştırma modeli içerisinde ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca, bu üç değişkeni doğrudan birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Mevcut araştırmalar, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide duygusal süreçlerin önemine işaret etse de duygusal farkındalığın etkisi kontrol altına alındığında bu ilişkinin yapısının nasıl şekillendiği henüz yeterince açıklığa kavuşturulmamıştır. Bireyin kendi ve başkalarının duygularını fark etme, adlandırma, anlamlandırılma kapasitesi olarak duygusal farkındalık hem EDUŞ'ın duygusal içeriğinin işlenmesinde hem de sosyal kaygının ortaya çıkışında belirleyici bir rol üstlendiğinden, bu değişken hesaba katılmadığında şemalar ile sosyal kaygı arasındaki gözlenen ilişkinin gerçekte duygusal farkındalıktaki yetersizlikten

kaynaklanıp kaynaklanmadığı ayırt edilememektedir. Dolayısıyla duygusal farkındalığın araştırmaya dahil edilmesi, bu ilişkinin gerçek yapısını ortaya koyabilmek için yöntemsel bir zorunluluk hâline gelmektedir. Bu durum, alanyazında önemli bir araştırma boşluğuna işaret etmektedir.

Bununla birlikte, alanyazın incelendiğinde gerek sosyal kaygı düzeylerinin gerekse duygusal farkındalık ve şema yapısal süreçlerinin cinsiyete bağlı olarak anlamlı farklılıklar gösterebildiği bilinmektedir. Örneğin, kadınların sosyal durumlarda daha yüksek kaygı rapor etme eğiliminde olması veya duygusal ifadelere verdikleri tepkilerin farklılaşmaktadır (Asher vd., 2018). Bu doğrultuda, söz konusu ilişkisel ağın net ve karıştırıcı etkilerden arındırılmış bir şekilde incelenebilmesi için, diğer önemli bir kovaryet (kontrol değişkeni) olan cinsiyet faktörünün de analitik modele dahil edilmesi yöntemsel açıdan kritik bir gereklilik arz etmektedir. Böylece hem duygusal farkındalığın hem de cinsiyetin kontrol edilmesi, şemalar ve sosyal kaygı arasındaki özgün mekanizmayı çok daha güvenilir bir zeminde ortaya koyacaktır.

Bu araştırma, EDÜŞ, sosyal kaygı ve duygusal farkındalık arasındaki ilişkileri Türkiye ve Moğolistan örneklemlerinde karşılaştırmalı olarak inceleyerek şema kuramının kültürlerarası geçerliliğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır. Ayrıca Türkiye'de yaygın olarak kullanılan bu üç ölçme araçlarının psikometrik özelliklerine ilişkin ek kanıtlar ortaya koymaktadır.

Dahası, bu araştırmada YŞÖ-KF-3, SKÖ-E ve Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin (DFDÖ) Moğol örneklemindeki psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi ve iki kültür arasında ölçüm değişmezliğinin test edilmesi, gelecekte yürütülecek kültürler arası araştırmalar için önemli bir metodolojik altyapı sağlamaktadır. Aynı zamanda uluslararası literatürde yer alan bulguların Moğol örneklemlerinde sınanabilmesine ve kültürler arası psikolojik araştırmaların gelişimine katkı sunmaktadır.

Araştırma bulgularının sosyal kaygının altında yatan şema yapılarının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı, sosyal kaygı müdahalelerinde standart bilişsel-davranışçı

protokollere ek olarak şema terapisi tekniklerinin kullanılmasının yararlı olabileceğini göstermektedir.

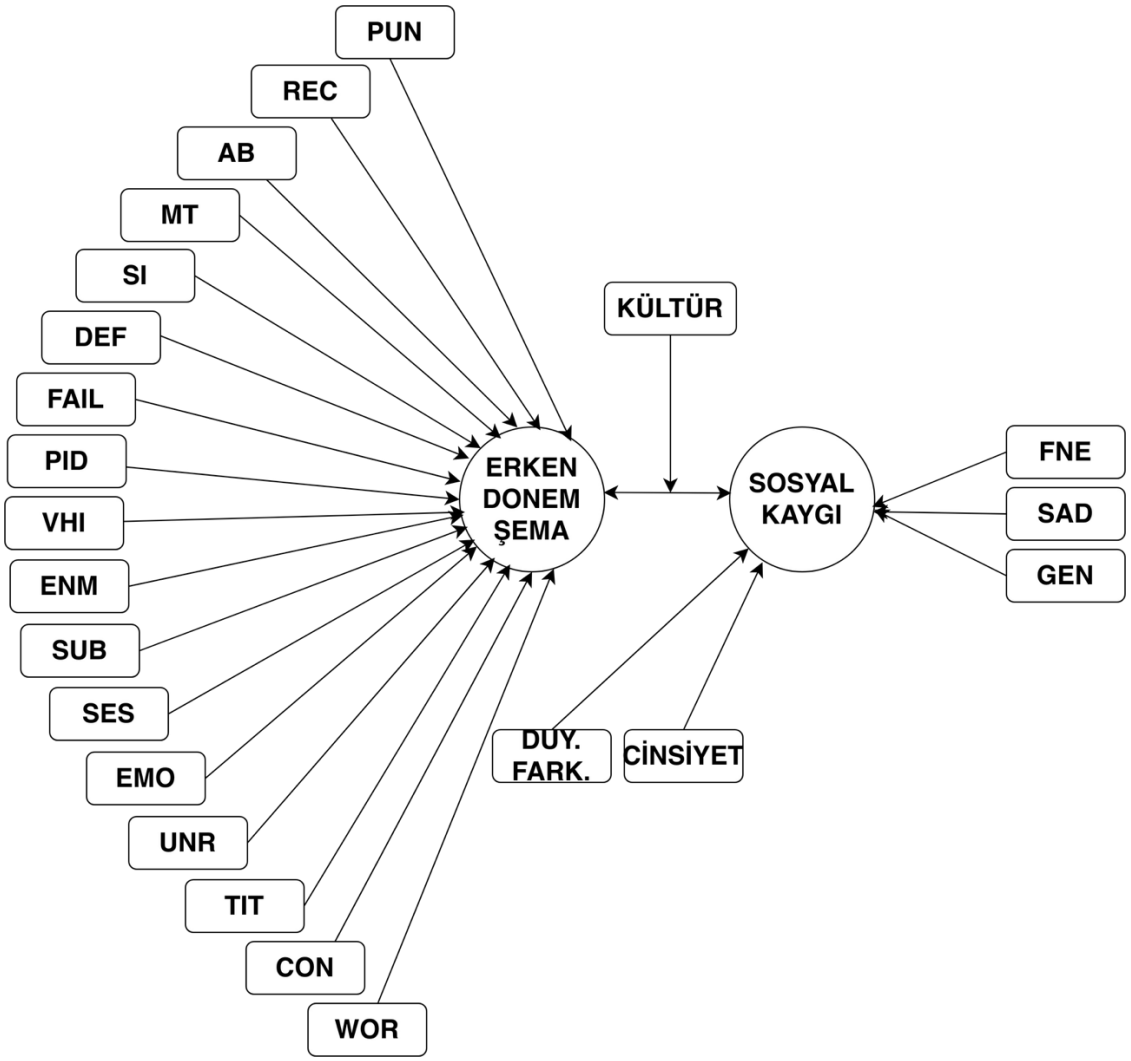
Bu yönüyle araştırmanın hem kuramsal hem de uygulamalı psikoloji alanlarına katkı sağlayacağı değerlendirilmektedir.

Problem Cümlesi

Bu araştırmada "erken donem uyumsuz şemalar, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı ölçeklerinin Moğolcaya uyarlanmasından elde edilen geçerlik ve güvenirlik katsayıları nedir? "Türkçe ve Moğolca formların ölçüm değişmezlik katsayıları nedir" ve "cinsiyet ve duygusal farkındalık puanları kontrol edildiğinde, EDUŞ ile sosyal boyutları arasındaki ilişkiler Türk ve Moğol örneklemlerde nasıldır? sorularına yanıt aranmıştır.

Alt Problemler

1. SKÖ-E Türkçe ve Moğolca Formlarından elde edilen verilerin geçerlik, güvenirlik ve ölçüm değişmezliği katsayıları ne düzeydedir?
2. DFDÖ Türkçe ve Moğolca Formlarından elde edilen verilerin geçerlik, güvenirlik ve ölçüm değişmezliği katsayıları ne düzeydedir?
3. YŞÖ-KF-3 Türkçe ve Moğolca Formlarından elde edilen verilerin geçerlik, güvenirlik ve ölçüm değişmezliği katsayıları ne düzeydedir?
4. Cinsiyet ve duygusal farkındalık değişkenleri kontrol edildiğinde, Türk ve Moğol örneklemlerde EDUŞ ile sosyal kaygı boyutları arasındaki ilişki ne düzeydedir? Araştırma modeli Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1.

Duygusal Farkındalık ve Cinsiyet Kontrol Edildiğinde, Kültüre Bağlı EDUŞ ile Sosyal kaygı İlişkisi

Sayıltılar

1. Türkiye ve Moğolistan'daki üniversitelerde öğrenim görmekte olan öğrencilerin, araştırmanın genç yetişkin kitlesini yeterli düzeyde temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Katılımcıların veri toplama araçlarını dürüst ve içten bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

3. Araştırmada elde edilen örneklem büyüklüğünün ve kullanılan istatistiksel yöntemlerin, araştırma sorularını yanıtlamak için yeterli olduğu varsayılmıştır.

4. EDUŞ'ın sosyal kaygı gelişiminde ve sürdürülmesinde belirleyici olduğu ve bu etkinin kültürden bağımsız biçimde geçerliliğini sürdürdüğü varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

1. Araştırma kesitsel bir tasarımla yürütüldüğünden değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü kesin bir nedensellikten ziyade teorik düzeyde geçerlidir.

2. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının büyük bölümü öz-bildirim yöntemine dayanmaktadır. Bu durum sosyal beğenirliğe dayalı yanıtlar verilmesi vb. yanıt yanlılıklarına yol açabilir.

3. Araştırma yalnızca Türkiye ve Moğolistan'daki üniversite öğrencileriyle yürütüldüğü için bulguların farklı yaş gruplarına ve klinik örneklemlere genellenmesi sınırlıdır.

4. Moğol örnekleminde lisans 1. ve 2. sınıf öğrencilerinin, Türk örnekleminde ise 4. sınıf öğrencilerinin ağırlıklı olarak temsil edilmesi, iki örneklem arasındaki sınıf düzeyi dengesizliğine yol açmaktadır. Erken dönem uyumsuz şema düzeyleri ve duygusal farkındalık kapasitesinin eğitim süreci ve yaşam deneyimiyle birlikte farklılaşabileceği göz önünde bulundurulduğunda, bu dengesizliğin kültürel farklılıklara atfedilen bazı bulguların yorumlanmasını sınırlandırabileceği değerlendirilmektedir.

5. Moğolistan örnekleminde hukuk ve eğitim fakülteleri, Türkiye örnekleminde ise eğitim fakültesi ağırlıklı temsil edilmiştir. Örneklemin fakülte bazında dengeli dağılmaması bulguların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır.

6. Kültürlerarası farklılıklar değerlendirilmiş olsa da bu farklılıkların altında yatan kültürel mekanizmalar doğrudan ölçülmemiştir.

Tanımlar

Sosyal kaygı, bireyin sosyal ortamlarda başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği, eleştirileceği veya reddedileceği yönündeki korku ve endişeleriyle karakterize edilen; kendisini olumlu biçimde sunma isteği ile olumsuz değerlendirilme korkusunun birleşiminden oluşan bir psikolojik yapıdır (Creed ve Funder, 1998; Leary ve Kowalski, 1995).

EDUŞ, bireyin çocukluk veya ergenlik döneminde gelişen; kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkındaki anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumlardan oluşan yaygın ve kalıcı örüntülerdir. Bu şemalar yaşam boyu etkisini sürdürmekte ve bireyin olayları yorumlama biçimini etkilemektedir (Young vd., 2003).

Duygusal farkındalık, bireyin kendi ve başkalarının duygularını fark etme, tanıma, anlama, ayırt etme, anlamlandırma ve sözel olarak ifade edebilme kapasitesidir (Lane ve Schwartz, 1987).

Kültür, bir toplumun üyeleri tarafından paylaşılan değerler, inançlar, normlar ve davranış örüntülerinin bütünü olup bireylerin düşünme, hissetme ve davranma biçimlerini etkileyen sosyal bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991).

Bölüm 2

Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde araştırmanın temel değişkenleri olan sosyal kaygı, EDUŞ ve duygusal farkındalık kavramları kuramsal açıdan ele alınmıştır. İlk olarak söz konusu kavramların tanımları, gelişim süreçleri ve temel özellikleri açıklanmış; ardından bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkileri ilgili kuramsal yaklaşımlar ve araştırma bulguları çerçevesinde değerlendirilmiştir. Ayrıca EDUŞ'ın sosyal kaygının ortaya çıkışı ve sürdürülmesindeki rolü, duygusal farkındalığın ise bireyin duygusal yaşantılarını algılama, anlamlandırma ve düzenleme süreçleri üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Bunun yanı sıra, söz konusu değişkenlerin farklı kültürel bağlamlarda nasıl şekillenebileceği ve kültürel faktörlerin bu ilişkiler üzerindeki olası etkileri de kuramsal olarak tartışılmıştır. Bu çerçevede bölümün sonunda, EDUŞ, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin açıklanmasına temel oluşturan kuramsal yapı ortaya konulmuştur.

Sosyal Kaygı Kavramı ve Özellikleri

Bireylerin sosyal ilişkilerde kendilerini ifade etme süreci hem kişisel ihtiyaçlarını ortaya koymalarını hem de başkalarının değerlendirmelerine maruz kalmalarını beraberinde getirmektedir. Bu durum, bazı bireylerde sosyal kaygı olarak adlandırılan yoğun bir stres ve endişe haliyle sonuçlanabilmektedir.

Sosyal kaygı, bireyin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusuyla karakterize edilen, kişinin kendini ifade etme arzusu ile bu arzunun getirdiği tehdit algısının çatışmasından doğan karmaşık bir yapıdır (Creed ve Funder, 1998). Sosyal kaygısı yüksek bireyler, başkalarının onayını kazanma arzusuyla hareket ederken aynı zamanda başarısız olma korkusu nedeniyle aşırı temkinli ve kaçınmacı davranışlar sergileyebilirler (Leary ve Kowalski, 1995).

Sosyal kaygı, bireyin sosyal ortamlarda ya da bir performans sergilenmesi gereken durumlarda, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme, eleştirilme, reddedilme veya

küçük düşme korkusu yaşamasıyla karakterize edilen yaygın bir psikolojik durumdur. Sosyal kaygı yaşayan bireyler; yetersiz görünme, hata yapma, küçük düşme veya başkaları üzerinde olumsuz bir izlenim bırakma endişesi taşımaktadır. Bu korkuların bireyin günlük işlevselliğini, sosyal ilişkilerini ve mesleki başarısını, yaşam kalitesini ciddi düzeyde bozması durumunda ise bu durum sosyal kaygı bozukluğu olarak tanımlanmaktadır (Morrison ve Heimberg, 2013).

Morrison ve Heimberg'in (2013) bilişsel-davranışçı modeline göre, sosyal kaygıyı başlatan, sürdüren ve şiddetlendiren beş temel bilişsel özellik (mekanizma) bulunmaktadır:

Bilgi İşleme Yanlılıkları

Dikkat Yanlılığı: Sosyal kaygısı yüksek olan bireyler, sosyal ortamlarda tehdit içeren ipuçlarına seçici biçimde dikkat etmektedir. Örneğin; birinin çatık kaşı, sıkılmış bir yüz ifadesi veya eleştirel bir bakışa karşı aşırı duyarlıdır ve dikkatlerini hızla bu olumsuz uyaranlara yönlendirilmektedir. Buna karşın, ortamdaki olumlu veya nötr sosyal ipuçlarını (gülümseme, onaylama) fark etme eğilimleri oldukça düşüktür.

Yorumlama Yanlılığı: Bireyler, belirsiz veya net olmayan sosyal durumları doğrudan kendi aleyhlerine ve olumsuz bir şekilde yorumlamaktadır. Örneğin, bir arkadaşının mesajına geç cevap vermesini "Benden sıkıldı ve artık beni sevmiyor" şeklinde anlamlandırılmaktadır. Hatta olumlu geri bildirimleri bile samimiyetsiz veya alaycı olarak değerlendirebilmektedir.

Kendine Odaklanmış Dikkat

Sosyal bir etkileşim sırasında kaygı düzeyi yükselen birey, dikkatini dış dünyadan tamamen çekerek kendi içine yönlendirmektedir. Kişi o esnada kendi içsel süreçlerine (kalp atışının hızlanması, yüzünün kızarması, sesinin titremesi) ve nasıl göründüğüne, nasıl konuştuğuna veya başkaları tarafından nasıl değerlendirildiğine aşırı derecede odaklanmaktadır. Bu durum, bireyin çevreden gelebilecek olumlu ve rahatlatıcı sosyal ipuçlarını algılamasını engellemekte ve kaygısını daha da şiddetlendirmektedir.

Olumsuz Kendilik İmgesi ve Zihinsel Tasarımlar

Kaygılı bireyler, sosyal ortamlarda kendilerini adeta bir dış gözlemcinin açısıyla (üçüncü şahıs perspektifi) görmektedir. Zihinlerinde canlandırdıkları bu imge, genellikle son derece yetersiz, beceriksiz, tuhaf veya rezil olmuş bir insan profili içermektedir. Kişi, başkalarının da kendisini tam olarak bu şekilde algıladığına inanmaktadır.

Güvenlik Arayışı Davranışları

Bireyler, korktukları olumsuz sonuçlardan (dışlanmak, rezil olmak) korunmak amacıyla anlık rahatlama sağlayan ancak uzun vadede kaygıyı besleyen bazı savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Göz teması kurmaktan kaçınma, az konuşma, sosyal ortamdan uzak durma veya davranışlarını aşırı kontrol etme gibi davranışlar kısa vadede kaygıyı azaltıyor gibi görünse de uzun vadede kaygının devam etmesine katkıda bulunmaktadır. Bu eylemler, kişinin korkularını test etmesini ve onların yersiz olduğunu görmesini engellemektedir.

Olay Sonrası Değerlendirme

Sosyal bir etkileşim veya performans sona erdikten sonra, bireyin o süreci zihninde defalarca, en ince ayrıntısına kadar yeniden oynatarak analiz etmesi sürecidir. Bu zihinsel süreçte kişi, yaptığı en küçük hataları veya eksiklikleri büyüterek acımasızca eleştirmektedir. Bu durum, gelecekteki olası sosyal etkileşimlere yönelik duyulan "beklenti kaygısını" doğrudan tetiklemektedir.

Sosyal Kaygının Sınıflandırılması

La Greca ve Lopez'e (1998) göre sosyal kaygı, bireyin başkalar tarafından olumsuz değerlendirilme, eleştirilme veya reddedilme korkusu nedeniyle sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşaması ve bu ortamlardan kaçınma eğilimi göstermesiyle karakterize edilmektedir. Araştırmacılar sosyal kaygının üç temel boyuttan oluştuğunu belirtmişlerdir.

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu

Olumsuz değerlendirilme korkusu, bireyin başkaları tarafından eleştirilme, küçük düşürülme, yetersiz görülme veya reddedilme endişesi yaşamasını ifade etmektedir. Sosyal kaygının bilişsel yönünü oluşturan bu boyutta birey, diğer insanların kendisi hakkındaki

düşüncelerine aşırı önem vermekte ve olumsuz değerlendirilme olasılığına karşı yoğun bir hassasiyet göstermektedir. Bu nedenle kişi sosyal ortamlarda hata yapmaktan, yanlış bir şey söylemekten ya da utandırıcı bir duruma düşmekten korkabilmektedir. Bu boyut, sosyal kaygının temel bileşenlerinden biridir.

Yeni Sosyal Durumlarda Sosyal Korku ve Huzursuzluk

Sosyal kaygının bu boyutu, bireyin yeni sosyal durumlara uyum sağlama sürecinde yaşadığı zorlanmaları kapsamaktadır. Birey, tanımadığı kişiler, yeni insanlar ya da alışık olmadığı sosyal durumlar karşısında kaygı, yoğun huzursuzluk, gerginlik ve çekingenlik yaşayabilmektedir. Özellikle ilk karşılaşmalar, yeni arkadaş ortamları veya yabancı kişilerle iletişim kurma gibi durumlar birey için tehdit edici algılanabilmektedir. Bu bireyler genellikle iletişimi başlatmakta zorlanmakta, yeni insanlarla konuşmaktan kaçınmakta, sosyal ortamlarda sessiz kalmakta, yalnızca iyi tanıdığı kişilerle rahat iletişim kurabilmektedirler.

Genel-Sosyal Korku ve Huzursuzluk

Genel sosyal korku ve huzursuzluk boyutu, bireyin sadece yeni sosyal durumlarda değil, genel olarak kişilerarası ilişkilerde yaşadığı sürekli kaygı, huzursuzluk ve çekingenlik durumunu ifade etmektedir. Bu boyutta sosyal kaygı daha yaygın ve süreklilik gösteren bir özellik taşımakta olup daha kronik ve yaygın yönünü yansıtmaktadır. Birey yakın çevresi veya tanıdığı kişilerle birlikteyken de kendisini rahatsız, gergin ya da yetersiz hissedebilmektedir. Bu bireyler sosyal ortamlarda sessiz kalma, kendini ifade etmekte zorlanma, geri planda durma, grup içinde konuşmaktan kaçınma gibi davranışlar gösterebilmektedirler.

Sosyal Kaygının Gelişmesi

Sosyal kaygının gelişiminde biyolojik yatkınlıklar, bilişsel süreçler, aile yaşantıları, çevresel deneyimler ve kültürel etkenlerin birlikte rol oynadığı düşünülmektedir. Araştırmacılar sosyal kaygının tek bir nedene bağlı olarak ortaya çıkmadığını; bireyin doğuştan getirdiği özellikler ile yaşam deneyimlerinin etkileşimi sonucunda geliştiğini belirtmektedirler (Rapee ve Heimberg, 1997).

Kagan (1997) tarafından geliştirilen davranışsal ketlenme kavramı, sosyal kaygının biyolojik temellerini açıklayan önemli yaklaşımlardan biridir. Kagan'a göre bazı çocuklar doğuştan gelen mizaç özellikleri nedeniyle yeni durumlar karşısında daha çekingen, temkinli ve geri çekilen davranışlar göstermektedirler. Bu çocuklar yeni sosyal ortamlarda sessiz kalmakta ve yabancı insanlara yaklaşmaktan kaçınmakta yoğun fizyolojik uyarılma yaşayabilmektedirler. Araştırmacı, erken çocukluk döneminde gözlenen bu davranışsal ketlenmenin ilerleyen yaşlarda sosyal kaygı gelişimi için önemli bir risk faktörü oluşturduğunu belirtmiştir.

Rothbart vd.'ne (2000) göre mizaç, bireyin çevresel uyaranlara verdiği duygusal ve davranışsal tepkilerin temelini oluşturmakta ve kişiliğin gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Yüksek düzeyde hassasiyet, olumsuz duygulanım ve düşük duygu düzenleme kapasitesi gösteren bireylerin sosyal kaygıya daha yatkın olabilecekleri belirtilmektedir.

Bağlanma kuramı çerçevesinde güvensiz bağlanma deneyimlerinin bireyin ilerleyen dönemlerde kaygı ve kişilerarası hassasiyet geliştirmesine zemin hazırlayabileceği belirtilmektedir (Bowlby, 1975). Güvenli bağlanma geliştiren çocukların kendilerini daha yeterli, değerli ve sevilebilir algıladıkları, sosyal ilişkilerde daha özgüvenli ve rahat davrandıkları belirtilmektedir. Buna karşılık güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerde terk edilme kaygısı, reddedilme korkusu, düşük benlik değeri ve kişilerarası hassasiyet daha sık görülmektedir. Bu durum sosyal kaygının gelişimi açısından önemli bir risk faktörü oluşturmaktadır (Ainsworth vd., 1978).

Özellikle tutarsız, reddedici, aşırı eleştirel veya duygusal açıdan erişilemeyen ebeveyn tutumlarının çocukta güvensiz bağlanma örüntülerinin gelişmesine neden olabileceği belirtilmektedir. Bu çocuklar zamanla sosyal ilişkilerde olumsuz değerlendirilme beklentisi geliştirebilmekte ve diğer insanlar tarafından kabul edilmeyeceklerine ilişkin inançlar oluşturabilmektedirler. Bu durum bireyin sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşamasına, geri çekilmesine ve kaçınma davranışları göstermesine yol açabilmektedir (Bowlby, 1988).

Bilişsel kurama göre sosyal kaygının temelinde bireyin sosyal durumlara ilişkin geliştirdiği işlevsiz otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar bulunmaktadır. Bu düşünceler sosyal durumların tehdit edici biçimde algılanmasına, yorumlamasına, değerlendirmesine neden olmakta ve sosyal kaygının sürdürülmesinde önemli rol oynamaktadır (Rapee ve Heimberg, 1997).

Ayrıca aşağıda bahsedilen bilişsel çarpıtmaların sosyal kaygıyla yakından ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Beck ve Clark, 1997; Rapee ve Heimberg, 1997):

Felaketleştirme: Bireyin sosyal bir durumda küçük bir hata yapmasının çok büyük ve utanç verici sonuçlar doğuracağını düşünmesidir.

Zihin Okuma: Bireyin, diğer insanların kendisi hakkında olumsuz düşündüğüne dair kesin kanıt olmaksızın olumsuz varsayımlarda bulunmasıdır.

Seçici Soyutlama: Sosyal durumun yalnızca olumsuz yönlerine odaklanılmasıdır. Örneğin, konuşma sırasında yapılan küçük bir hatanın tüm performansı kötü hale getirdiğine inanılmasıdır.

Aşırı Genelleme: Tek bir olumsuz sosyal deneyimin gelecekteki tüm sosyal durumlara genellenmesidir. Bir sunumda heyecanlanan bireyin “Ben hiçbir zaman insanların önünde konuşamam” şeklinde düşünmesi buna örnektir.

Kişiselleştirme: Sosyal hayatında gerçekleşen olumsuz olayların doğrudan kendisiyle ilişkili olduğunu düşünmesidir. Başkalarının nötr davranışlarını bile kendisine yönelik olumsuz değerlendirme olarak algılayabilmektedir.

Ya Hep Ya Hiç Düşüncesi: Sosyal performansı tamamen başarılı ya da tamamen başarısız biçimde değerlendirmedir. Sosyal kaygıya sahip bireyler küçük kusurları bile tam bir başarısızlık olarak yorumlayabilmektedir.

Olumsuz Benlik İmgeleri: Bireyin kendisini sosyal ortamlarda yetersiz, tuhaf ya da utanç verici, biri olarak zihninde canlandırmasıdır.

Bu bilişsel çarpıtmalar bireyin sosyal durumları olduğundan daha tehdit edici algılamasına neden olmakta; olumsuz değerlendirilme korkusunu artırarak kaçınma davranışlarını güçlendirmektedir (Rapee ve Heimberg, 1997).

Clark ve Wells'e (1995) göre sosyal kaygının sürdürülmesinde merkezi rol oynayan süreçlerden biri kendine odaklanmış dikkattir. Sosyal kaygılı bireyler sosyal bir durumla karşılaştıklarında dikkatlerini çevredeki gerçek sosyal ipuçlarından çok kendi içsel deneyimlerine yöneltmektedirler. Kalp atışlarının hızlanması, yüzlerinin kızarması veya seslerinin titremesi gibi fizyolojik belirtilere odaklanan bireyler, bu belirtilerin başkaları tarafından fark edildiğini ve olumsuz değerlendirildiğini düşünmektedirler.

Modelin bir diğer önemli bileşeni olumsuz benlik imgesidir. Sosyal kaygılı bireyler kendilerini başkalarının gözünden değerlendirerek zihinlerinde olumsuz bir benlik temsili oluşturmaktadırlar. Bu temsil genellikle beceriksiz, yetersiz, sıkıcı veya küçük düşmüş bir kişi görünümündedir. Bireyler başkalarının da kendilerini bu şekilde gördüğünü varsaymakta ve bu durum kaygıyı artırmaktadır. Ayrıca bireyler olumsuz değerlendirilmekten kaçınmak amacıyla göz teması kurmamak, az konuşmak veya davranışlarını aşırı kontrol etmek gibi güvenlik davranışları geliştirmektedirler. Ancak bu davranışlar kısa vadede kaygıyı azaltıyor gibi görünse de uzun vadede olumsuz inançların sürmesine neden olmaktadır (Clark ve Wells, 1995).

Rapee ve Heimberg'e (1997) göre sosyal kaygının temelinde bireyin sosyal ortamda nasıl göründüğüne ilişkin oluşturduğu zihinsel temsil bulunmaktadır. Sosyal bir durumda birey, kendi performansına ilişkin bir zihinsel model oluşturmakta ve bu modeli başkalarının beklentileriyle karşılaştırmaktadır. Sosyal kaygılı bireyler bu karşılaştırmayı genellikle kendi aleyhlerine yapmaktadırlar.

Modelin önemli yönlerinden biri de bireyin yalnızca kendisi hakkında değil, dinleyici veya gözlemciler hakkında da zihinsel temsiller oluşturduğunu ileri sürmesidir. Sosyal kaygılı bireyler çevrelerindeki insanların son derece eleştirel, talepkâr ve olumsuz değerlendirici olduklarını varsaymaktadırlar. Böylece hem olumsuz benlik temsili hem de olumsuz dinleyici temsili sosyal tehdidin olduğundan daha yüksek algılanmasına neden olmaktadır. Bu süreç dikkat yanlılıkları, kaçınma davranışları ve olumsuz bilişsel değerlendirmeler aracılığıyla sosyal kaygının sürdürülmesine katkıda bulunmaktadır (Rapee ve Heimberg, 1997).

Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlardan biri de evrimsel perspektiftir. Gilbert'e (2001) göre sosyal kaygı, insanın evrimsel geçmişinde grup içerisinde kabul görme ve sosyal statüsünü koruma ihtiyacına dayanmaktadır. İnsanlar tarih boyunca sosyal gruplar içerisinde yaşamış ve grup tarafından dışlanmak hayatta kalma açısından önemli riskler oluşturmuştur. Bu nedenle bireyler sosyal reddedilme, statü kaybı ve olumsuz değerlendirilme belirtilerine karşı duyarlı hale gelmişlerdir.

Evrimsel yaklaşıma göre sosyal kaygı, bireyin sosyal hiyerarşi içerisindeki konumunu kaybetme korkusuyla ilişkilidir. Özellikle başkaları tarafından yetersiz, değersiz veya başarısız görülme ihtimali sosyal tehdit olarak algılanmaktadır. Bu durum EDUŞla da ilişkilendirilebilir. Örneğin kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon/yabancılaşma, terk edilme ve başarısızlık şemaları, bireyin sosyal kabulünü kaybetme ve grup içerisinde değersiz görülme korkusunu artırabilmektedir. Bu nedenle sosyal kaygının yalnızca bilişsel çarpıtmalarla değil, aynı zamanda sosyal kabul ve statüye ilişkin evrimsel duyarlılıklarla birlikte değerlendirilmesi gerektiği ileri sürülmektedir (Gilbert, 2001).

Öğrenme kuramları, sosyal kaygının bireyin yaşamı boyunca tekrar eden olumsuz sosyal yaşantılar, deneyimler sonucunda gelişebileceğini ileri sürmektedir. Bu yaklaşıma göre özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan olumsuz sosyal deneyimler, bireyin sosyal durumları tehdit edici olarak algılamasına neden olabilmektedir. Eleştirilme, alay edilme, küçük düşürülme, reddedilme veya akran zorbalığına maruz kalma gibi deneyimlerin sosyal kaygının gelişiminde önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Spence ve Rapee, 2016).

Davranışçı yaklaşım doğrultusunda sosyal kaygının klasik koşullanma yoluyla öğrenilebildiği ifade edilmektedir. Kişi, geçmişte yaşadığı utanç verici sosyal deneyimleri sosyal ortamlarla ilişkilendirmekte ve zamanla benzer durumlarda yoğun kaygı yaşamaya başlamaktadır. Örneğin, topluluk önünde konuşurken olumsuz tepki alan bir bireyin ilerleyen dönemlerde sosyal performans gerektiren durumlardan kaçınabildiği belirtilmektedir (Mineka ve Zinbarg, 2006).

Albert Bandura'nın sosyal öğrenme kuramına göre ise bireyler kaygılı davranışları yalnızca kendi deneyimleriyle değil, gözlem yoluyla da öğrenebilmektedirler. Özellikle sosyal ortamlardan kaçınan, aşırı kaygılı veya çekingen ebeveyn modellerine maruz kalan çocukların benzer davranış örüntülerini geliştirebildikleri belirtilmektedir (Bandura, 1971).

Psikodinamik kurama göre sosyal kaygının temelinde, yasaklanmış dürtülerin ve bilinçdışı arzuların yarattığı içsel çatışmalar bulunmaktadır. Sosyal fobik bireylerde, başkalarının dikkatini çekme ve onay alma arzusu güçlüdür; ancak bu arzunun beraberinde eleştirilme, aşağılanma ve reddedilme korkusu ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle birey, sosyal ortamlarda küçük düşeceği ya da yetersiz bulunacağı düşüncesiyle yoğun kaygı yaşamaktadır (Türkçapar, 1999).

Freudcu perspektifte kişi, kabul edilemez olarak algıladığı cinsel ya da saldırgan dürtülerinin ortaya çıkması durumunda cezalandırılacağı veya utandırılacağı korkusu yaşamaktadır. Bu çatışma sonucunda kaygı ortaya çıkmakta; birey ise kaçınma, bastırma ve savunma mekanizmaları geliştirerek kendisini korumaya çalışmaktadır (Feist vd., 2018).

Türkçapar'a (1999) göre, psikodinamik kuramda sosyal kaygı, ayrılma anksiyetesiyle de ilişkilendirilmektedir. Birey, bağımsız davranmasının sevgi kaybına veya terk edilmeye yol açacağından korkmaktadır. Özellikle çocukluk döneminde otonomi girişimlerinin reddedilmesi ya da cezalandırılması bireyin ilerleyen yaşlarda sosyal ilişkilerden kaçınmasına ve sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşamasına zemin hazırlamaktadır.

Sosyal kaygının gelişimini açıklamaya yönelik biyolojik, bağlanma, bilişsel, davranışsal ve psikodinamik yaklaşımlar önemli katkılar sunmuş olsa da bu açıklamalar çoğunlukla olgunun belirli boyutlarına odaklanmaktadır. Şema Kuramı ise erken yaşam deneyimleri ile bilişsel, duygusal ve kişilerarası süreçleri bütünleştirerek sosyal kaygının kökenini ve sürdürülme mekanizmalarını daha kapsamlı biçimde açıklayan bütüncül bir kuramsal model sunmaktadır.

Erken Dönem Uyumsuz Şema Kavramı ve Özellikleri

Şema kuramı bilişsel davranışçı yaklaşımın temel varsayımlarını paylaşmakla birlikte, bazı yönleriyle klasik bilişsel kuramdan ayrılmaktadır. Beck'in bilişsel kuramı psikolojik sorunların sürdürülmesinde otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançların rolüne odaklanırken, Young'ın şema kuramı çocukluk döneminde gelişen ve yaşam boyu etkisini sürdürebilen daha derin bilişsel-duygusal örüntüleri açıklamaya çalışmaktadır (Beck, 1976; Young vd., 2003). Bu yönüyle şema kuramı, bilişsel davranışçı yaklaşımın genişletilmiş bir formu olarak değerlendirilmektedir.

Young'ın geliştirdiği şema kuramı, bilişsel davranışçı yaklaşım başta olmak üzere bağlanma kuramı, nesne ilişkileri kuramı ve geştalt terapisi gibi çeşitli kuramsal yaklaşımları bütüncül biçimde bir araya getiren eklektik bir model olarak değerlendirilmektedir (Yancar Demir ve Soygüt, 2014; Young vd., 2003).

Young'a (1994) göre EDUŞ; çocukluk ve ergenlik dönemindeki olumsuz yaşantılar temelinde gelişen, bireyin kendisi ve başkalarıyla olan ilişkileri hakkında geliştirdiği, önemli ölçüde işlevsel olmayan, yaşam boyu devam eden, kalıcı ve olumsuz bilişsel-duygusal örüntülerdir. EDUŞ anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumların birleşiminden meydana gelmektedir.

Young, vd.'ne (2003) göre EDUŞ aşağıda bahsedilen özelliklere sahiptir;

Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Oluşum: Şemalar çocukluk veya ergenlik döneminde gelişir ve bireyin yaşamı boyunca zenginleşerek devam etmektedir.

Başlangıçtaki Uyum Kaynağı: Şemalar ilk ortaya çıktıklarında, aslında çocuğun içinde bulunduğu çevrenin uyumlu ve nispeten doğru bir yansıması olarak başlamaktadır. Örneğin, istismarcı bir ailede büyüyen bir çocuğun geliştirdiği "Kuşkuculuk/Kötüye Kullanılma" şeması o dönem için kendisini korumasına yarayan gerçekçi bir algıdır. Ancak çocuk büyüdükçe bu şemalar, değişen yeni çevreye uymadığı için uyumsuz hale gelmektedir.

Hayatta Kalma Mücadelesi ve İstikrar Arayışı: İnsan zihninin tutarlık arayışının bir parçası olarak şemalar, varlıklarını sürdürmek için adeta savaşmaktadır. Birey, şemasını çürüten kanıtlar olsa bile şemayı haklı çıkaracak şekilde bilgiyi seçici olarak algılama eğilimindedir. Bu yüzden şemalar her zaman gerçeği doğru biçimde yansıtmasa bile birey açısından tanıdık ve güvenilir algılanabilmekte, böylece uzun yıllar boyunca varlığını sürdürebilmektedir. Bireylerin nasıl hissettiği, düşündüğü, davrandığı ve başkalarıyla nasıl ilişki kurduğu üzerinde büyük bir rol oynamaktadır.

Tetiklenme Mekanizması: Şemalar, bireyler çocuklukta bu şemaları üreten orijinal çevreleri anımsatan durum veya ortamlarla karşılaştıklarında tetiklenmektedir. Bir şema tetiklendiğinde, birey yoğun bir negatif duyguyla (kaygı, korku, yoğun üzüntü veya yalnızlık) karşı karşıya kalır.

Şemaların Gelişmesi

Şemalar, bireyin çocukluk ve ergenlik döneminde temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması sonucunda gelişmektedir. İhmal edilme, eleştirilme, reddedilme, aşırı kontrol edilme veya güvensiz aile ortamı gibi olumsuz yaşantılar bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkında olumsuz inançlar geliştirmesine neden olmaktadır. Ayrıca bireyin doğuştan getirdiği duygusal mizaç özellikleri şemaların oluşumunu ve sürdürülmesini etkileyebilmektedir (Young vd., 2003).

Temel Duygusal İhtiyaçların Karşılanmaması:

Şema Terapi kuramına göre bir çocuğun sağlıklı gelişimi için beş temel duygusal ihtiyaç tanımlanmıştır (Bach vd., 2018; Gör vd., 2017; Young vd., 2003).

Güvenli Bağlanma:

Çocuğun bakım verenleri tarafından koşulsuz kabul edilmesi, sevildiğini hissetmesi ve duygusal olarak güvende olması sağlıklı bağlanmanın temelini oluşturmaktadır. Bu ihtiyacın karşılanmadığı durumlarda birey, diğer insanların güvenilmez, reddedici veya zarar verici olduğuna dair inançlar geliştirebilmektedir.

Yetkinlik, Özerklik ve Kimlik Geliştirme:

Çocuğun bağımsız hareket edebilmesi, kendi kararlarını verebilmesi, problem çözebilmesi ve bireysel kimliğini geliştirebilmesi bu ihtiyaç alanının temelini oluşturmaktadır. Sağlıklı ebeveynlik tutumları çocuğun hem bağımsızlaşmasını hem de desteklenmesini mümkün kılmaktadır. Ancak aşırı kontrolcü, koruyucu, müdahaleci ebeveynlik tutumları çocuğun yeterlilik algısını zayıflatabilmektedir.

Duygu ve İhtiyaçları Özgürce İfade Edebilme:

Çocukların duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını özgür biçimde ifade edebilmesi sağlıklı gelişim sürecinde önemlidir. Çocuğun duygularının bastırılması, küçümsenmesi veya cezalandırılması durumunda birey kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atmayı öğrenebilmektedir. Bu süreçte birey başkalarının beklentilerine aşırı uyum göstermeye yönelebilmekte ve boyun eğme, kendini feda etme veya onay arayıcılık gibi şemalar gelişebilmektedir.

Kendiliğindenlik, Oyun ve Spontanlık:

Sağlıklı psikolojik gelişim açısından çocukların rahat davranabilmesi, eğlenebilmesi, oyun oynayabilmesi ve spontane biçimde kendini ifade edebilmesi önemlidir. Ancak aşırı kuralcı, mükemmeliyetçi veya baskıcı aile ortamlarında çocuklar sürekli kontrollü davranmaya zorlanabilmektedir. Bu durum bireyin doğal duygularını bastırmasına ve aşırı tetikte olmasına neden olabilmektedir.

Gerçekçi Sınırlar ve Öz Denetim Geliştirme:

Çocuğun başkalarının haklarına saygı göstermesi, sorumluluk almayı öğrenmesi ve dürtülerini kontrol edebilmesi için gerçekçi sınırlar içerisinde yetiştirilmesi gerekmektedir. Aşırı serbest, sınırsız veya tutarsız ebeveynlik tutumları çocuğun öz denetim geliştirmesini zorlaştırabilmektedir. Bu durum haklılık ve yetersiz öz-denetim gibi şemaların gelişmesine neden olabilmektedir.

Olumsuz Erken Yaşam Deneyimi:

Young vd. (2003) EDUŞ'ın gelişimine yol açan dört temel erken yaşam deneyimi tanımlanmıştır. Birincisi çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması, iyi şeylerin yetersizliğidir. İkinci sırada travmatik yaşantılar, ihmal, istismar veya tehdit gibi zarar verici deneyimler yer alır. Üçüncü olarak aşırı koruyuculuk veya aşırı şımartılma gibi

iyi olumsuz tutumların fazlalığıdır. Dördüncü ise çocuğun önemli figürlerin düşünce, duygu ve davranışlarını içselleştirmesi yoluyla gelişen öğrenme süreçleridir.

Duygusal Mizaç:

Young vd.'ne (2003) göre, her çocuk dünyaya kendine has bir duygusal mizaçla gelir. Mizaç, bireyin doğuştan getirdiği, biyolojik temelli ve görece süreklilik gösteren özellikler bütünü olup kişiliğin gelişiminde temel yapı taşlarından biri olarak değerlendirilmektedir (Rothbart, 2007).

Aynı olumsuz çevresel deneyimlere maruz kalan bireyler arasında bile farklı şemalar gelişebilmekte; hatta aynı aile ortamında büyüyen iki kardeşten biri erken dönem uyumsuz şema geliştirirken, diğeri geliştirmeyebilmektedir. Bunun sebebi mizaç farklılıklarıdır (Young vd., 2003)

Young vd. (2003) mizaç özelliklerini belirli boyutlarda ele almaktadır.

Çekingen/Girişken: Çekingen mizaca sahip bir çocuk, çevresel tehditlere karşı daha hassastır ve tehditler karşısında dayanıksızlık veya kusurluluk şemalarını içselleştirmeye daha yatkındır.

Duyarlı/Kopuk: Aşırı duyarlı bir çocuk, ebeveyninin ufak bir eleştirisini derin bir reddediliş olarak algılayabilmektedir.

Sakin/Kolay Uyarılabilen: Kolay kaygılanan çocuklar, çevreyi güvensiz algılamaya (dayanıksızlık şeması) daha eğilimlidir.

EDUŞ'ın Sınıflandırılması

Şema Terapi modeline göre EDUŞ, beş temel şema alanı altında incelenen toplam 18 şemadan oluşmaktadır (Arntz ve Jacob, 2013; Rafaeli vd., 2011; Young vd., 2003;).

Kopukluk ve Reddedilme Alanı. Sevgi, bakım, güvenlik, kabul edilme, aidiyet ve empati gibi temel ihtiyaçların yeterince karşılanmaması sonucunda gelişmektedir. Bireyler genellikle insanların soğuk, güvenilmez, zarar verici veya reddedici olduğuna inanmaktadır. Çocuklukta ihmal, duygusal yoksunluk, sevgisizlik, istismar veya güvensiz aile ortamı sık görülmektedir.

Terk Edilme/İstikrarsızlık Şeması. Bireyin hayatındaki önemli insanların onu her an bırakıp gideceğine, terk edeceğine, hastalanıp öleceğine veya duygusal desteğin devam etmeyeceğine inanmasıdır. Kişi ilişkilerinde sürekli bir güvensizlik ve yalnız kalma korkusu yaşamaktadır. İlişkilerde aşırı hassasiyet, yoğun bağlılık ihtiyacı ve ayrılık kaygısı görülmektedir. Çocuklukta tutarsız bakım, boşanma, ebeveyn kaybı veya sık çatışmalı aile ortamı yaygındır.

Güvensizlik/Kötüye Kullanılma Şeması. Başkalarının fırsat bulduklarında kendisine zarar vereceği, aldatacağı, yalan söyleyeceği, kullanacağı, manipüle edeceği ve aşağılayacağı dair beklentisidir. Kişi insanlara güvenmekte zorlanmakta ve sürekli tetikte olabilmektedir. Çocuklukta fiziksel, cinsel veya duygusal istismar, aldatılma ve cezalandırıcı ebeveyn tutumları görülmektedir.

Duygusal Yoksunluk Şeması. Kişinin normal düzeydeki ilgi, sevgi, anlayış, korunma, bağ kurma ve duygusal destek ihtiyaçlarının başkaları tarafından asla yeterince karşılanmayacağına inanmasıdır. Kişi kendisini anlaşılmamış, yalnız ve duygusal olarak boş hissetmesidir. Genellikle duygusal açıdan mesafeli veya soğuk ebeveynlerle ilişkilidir.

Kusurluluk/Utanç Şeması. Kişinin içsel olarak kendisini kusurlu, eksik, değersiz veya sevilmeye layık olmayan biri olarak görmesidir. Yoğun utanç duygusu ve eleştiriye, reddedilmeye, suçlanmaya aşırı duyarlılık görülmektedir. Çocuklukta eleştirilme, aşağılanma, kıyaslanma veya reddedilme deneyimleri yaygındır.

Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma Şeması. Bireyin diğer insanlardan farklı, ait değilmiş veya dışlanmış gibi hissetmesidir. Sosyal ortamlarda yabancılık hissi baskındır. Çocuklukta akran zorbalığı, dışlanma veya sosyal destek eksikliği etkilenmektedir.

Zedelenmiş Özerklik ve Performans Alanı. Bireyin ailesinden bağımsız olarak hayatta kalabilme, kendi başına karar verme ve yeterli hissetme ihtiyaçlarının yeterince gelişememesiyle ilgilidir. Genellikle aşırı koruyucu, çocuğun bağımsız adım atmasına izin vermeyen, çocuğun özgüvenini zedeleyen ya da çocukla hiç ilgilenmeyen aile ortamlarında gelişmektedir.

Bağımlılık/Yetersizlik Şeması. Kişinin günlük sorumlulukları (mali işler, kararlar, yeni görevler) tek başına yerine getiremeyeceğine ve hayatta kalamayacağına olan inancıdır. Sürekli yardım arama, karar verememe ve başkalarına aşırı bağımlılık görülebilmekte ve kendini aciz ve yetersiz hissetmektedir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması. Kişi her an felaketlerin (Hastalık, kaza, ölüm, ekonomik çöküş) meydana geleceğine ve kişinin bunun önüne geçemeyeceğine dair abartılı bir korkudur. Yoğun kaygı ve aşırı kontrol davranışları görülmektedir.

İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik Şeması. Kişinin özellikle ebeveynleriyle ve önemli ötekilerle aşırı iç içe ilişkiler geliştirmesi sonucu bireyselleşememesidir. Birey, kendi duygu, ihtiyaç ve kimliğini bağımsız biçimde geliştirmekte güçlük yaşamaktadır.

Başarısızlık Şeması. Kişinin kendi akranlarına kıyasla başarı gerektiren alanlarda (kariyer, okul, spor vb.) başarısız olduğuna, başarısız olacağına, kendisini yetersiz, beceriksiz ve diğer insanlardan daha düşük olduğuna dair inancıdır.

Zedelenmiş Sınırlar Alanı. Öz denetim, sorumluluk alma ve gerçekçi sınırlar geliştirme becerilerindeki eksikliklerle ilişkilidir. Bireyler sınır koymakta, diğer insanların haklarına saygı göstermekte, iş birliği yapmakta ve uzun vadeli hedefler için dürtülerini kontrol etmekte zorlanmaktadır. Genellikle yeterince sınır konulmayan, aşırı serbest bırakılan veya aşırı şımartılan çocuklarda gelişmektedir.

Haklılık/Büyüklenmecilik Şeması. Kişinin kendisini diğer insanlardan daha üstün görmesi ve özel haklara sahip olduğuna ve kuralların kendisi için geçerli olmadığına inanmasıdır. Empati eksikliği, kurallara uymama ve baskın davranışlar görülebilmektedir. İstediği her şeyi, başkalarına ne maliyeti olursa olsun hemen elde etmesi gerektiğini düşünmektedir.

Yetersiz Özdenetim/Özdisiplin Şeması. Bireyin kişisel amaçlarına ulaşmak için gerekli özdenetimi sergileyememesi, sıkıntıya, hayır denilmesine veya rahatsızlığa katlanamaması ve dürtülerini, öfkesini veya sıkılma duygusunu regüle etmekte büyük güçlük çekmesidir. Sorumluluktan kaçınma, kolay sıkılma, sabırsızlık ve haz odaklı

davranışlar görülmektedir. Kısa vadeli rahatlama uzun vadeli hedeflerin önüne geçebilmektedir.

Başkalarına Yönelimlilik Alanı. Bireyin kendi ihtiyaçları pahasına başkalarının arzularını, duygularını ve onayını önceler. Bunun temel amacı sevgiyi kaybetmemek, dışlanmaktan kaçınmak veya misillemeyle karşılaşmamaktır. Reddedilme veya suçluluk hissetme, sevgi kaybetme korkusu baskındır. Çocuklukta koşullu sevgi ve onay odaklı ebeveynlik sık görülmektedir.

Boyun Eğicilik Şeması. Kişinin çatışma yaşamamak veya terk edilmemek için kendi kontrolünü, arzularını, kararlarını ve duygularını (özellikle öfkesini) zorla başkalarının denetimine bırakmasıdır. Kişi kendi seçimlerini yapamadığını hissetmekte ve içten içe yoğun bir öfke biriktirmektedir. “Hayır” diyememe, pasif davranışlar ve bastırılmış öfke yaygındır.

Kendini Feda Şeması. Bireyin sürekli başkalarının acı çekmesini önlemek, suçluluk duygusundan kaçınmak ya da yardımsever görünmek adına kendi ihtiyaçlarından gönüllü olarak vazgeçip başkalarının ihtiyaçlarını gidermeye odaklanmaktır. Yardım etmeye aşırı yönelme, suçluluk duygusu ve tükenmişlik görülmektedir. Kişi çoğu zaman kendi ihtiyaçlarını fark etmekte zorlanmaktadır.

Onay Arayıcılık Şeması. Güvenli ve gerçek bir benlik algısı geliştirmek yerine, başkalarının onayını, sevgisini ve dikkatini kazanmaya aşırı odaklanmaktır. Kişinin özdeğerini başkalarının onayı üzerinden kurmasıdır ve tamamen dış tepkilere bağlıdır. Sosyal kabul, statü, başarı veya dış görünüş aşırı önem kazanmaktadır. Reddedilmeye karşı hassasiyet yüksektir.

Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama Alanı. Spontane davranışların bastırılması, katı kurallar ve aşırı kontrol eğilimleriyle ilişkilidir. Hata yapmaktan aşırı korkmaktadır. Çocuklukta kusursuzluk bekleyen ve görev odaklı, cezalandırıcı, mükemmeliyetçi veya duyguların bastırıldığı aile ortamları yaygındır.

Karamsarlık/Kötümserlik Şeması. Hayatın olumlu yönlerini görmezden gelip sürekli olarak olumsuz, kötü giden veya acı verici detaylara odaklanma eğilimidir. Her şey yolunda gitse bile, her an işlerin kötüleşeceğine dair kronik bir beklenti ve kaygı vardır.

Duyguları Bastırma Şeması. Kontrolü kaybetmekten, utanç duymaktan, eleştirilmekten veya korkulduğu için spontane eylemlerin, duyguların ve iletişimlerin (özellikle sevgi, yakınlık duygu, öfke, neşe, cinsel dürtüler veya kırılganlıklar) katı bir şekilde sınırlandırılmasıdır. Kişinin duygularını ifade etmesinin yanlış veya tehlikeli olduğuna inanmasıdır. Kişi mantıklı görünmeye aşırı önem vermektedir.

Yüksek Standartlar Şeması. Kişinin hem kendisi hem de başkaları için koyduğu, ulaşılamayacak kadar yüksek davranış, başarı veya ahlak standartlarıdır. Bu şema mükemmeliyetçilik, katı kurallar ve zaman verimliliğine aşırı odaklanma ile kendini göstermekte ve kişinin sağlığını ve hayattan keyif almasını engellemektedir. Sürekli mükemmel olmak zorunda olduğuna inanmasıdır. Hata yapma korkusu, aşırı disiplin, katı kurallar ve yoğun performans baskısı görülmektedir. Dinlenmekte zorlanma ve kronik yetersizlik hissi sık görülmektedir.

Cezalandırıcılık Şeması. Kişinin hata yapan insanların (kendisi dahil) sert şekilde cezalandırılması gerektiğine dair acımasızca bir inançtır. Hatalara karşı hoşgörüsüzlük, şefkat ve esneklik eksikliği ile karakterizedir; insan doğasındaki kusurları kabul etmekte zorlanmakta olup kendisine ve başkalarına karşı aşırı sert, eleştirel ve katı olabilmektedir. Empati kurmakta zorlanmaktadır.

Şema Kuramı Açısından Sosyal Kaygı

Şema kuramına göre sosyal kaygı, bireyin yalnızca sosyal ortamlarda yaşadığı geçici bir korku veya çekingenlik değildir. Aksine sosyal kaygı, çocukluk döneminde oluşan EDUŞ'ın sosyal durumlarda yeniden etkinleşmesi sonucunda ortaya çıkan karmaşık bir psikolojik süreçtir. Bu açıdan bakıldığında sosyal kaygı yaşayan bireyler, sosyal ortamlarda yalnızca başkalarının değerlendirmesinden korkmamakta; aynı zamanda geçmiş yaşantılarından kaynaklanan derin değersizlik, kusurluluk, reddedilme ve dışlanma

inançlarını yeniden deneyimlemektedirler. Başka bir ifadeyle sosyal kaygı, bireyin sosyal dünyayı algılama biçimini belirleyen köklü bilişsel yapıların bir yansıması olarak değerlendirilmektedir (Rafaeli vd., 2011; Young vd., 2003).

Şema kuramında sosyal kaygıyla en güçlü ilişkili olduğu belirtilen şemalardan biri kusurluluk/utanç şemasıdır. Bu şemaya sahip bireyler kendilerini özünde kusurlu, yetersiz, değersiz veya sevilmeye layık olmayan kişiler olarak algılarlar. Sosyal ortamlarda diğer insanların kendi eksikliklerini fark edeceğine ve sonunda kendilerini reddedeceğine inanırlar. Bu nedenle sosyal etkileşimler sırasında yoğun biçimde eleştirilme, küçük düşürülme veya aşağılanma korkusu yaşarlar. Sosyal kaygının temelinde bulunan olumsuz benlik değerlendirmelerinin önemli bir bölümünün bu şemadan kaynaklandığı düşünülmektedir (Calvete vd., 2013; Ekici vd.,2024; Pinto-Gouveia vd., 2006; Rada, 2018; Young vd., 2003).

Sosyal kaygıyla yakından ilişkili diğer bir şema ise sosyal izolasyon/yabancılaşma şemasıdır. Bu şemaya sahip bireyler kendilerini diğer insanlardan farklı, ait olmadığı bir dünyanın içinde yaşayan ve sosyal gruplara uyum sağlayamayan kişiler olarak görmektedirler. Bu kişiler çoğu zaman başkalarıyla ortak yönlerinin olmadığını, hiçbir gruba tam olarak kabul edilmeyeceklerini ve daima dışarıda kalacaklarını düşünmektedirler. Sonuç olarak sosyal ortamlara katılma konusunda isteksizlik geliştirmekte, kişilerarası ilişkilerden kaçınmakta ve zamanla yalnızlık duyguları güçlenmektedir. Böylece sosyal izolasyon şeması ile sosyal kaygı birbirini karşılıklı olarak besleyen bir döngü oluşturmaktadır (Calvete vd., 2013; Jamshidi vd., 2024; Pinto-Gouveia vd., 2006; Rafaeli vd., 2011; Young vd., 2003; Zadfallah vd., 2024).

Terk edilme/istikrarsızlık şeması da sosyal kaygının gelişiminde önemli rol oynayan şemalardan biridir. Bu şemaya sahip bireyler yakın ilişkiler kurduklarında diğer insanların kendilerini terk edeceğine, yeterince destek olmayacağına veya ihtiyaç duyduklarında yanlarında bulunmayacağına inanmaktadırlar. Bu nedenle kişilerarası ilişkilerde yoğun güvensizlik yaşamakta ve reddedilme ihtimaline karşı aşırı duyarlı hale gelmektedirler. Sosyal ortamlarda ortaya çıkan en küçük olumsuz işaret bile birey tarafından terk edilmenin

habercisi olarak yorumlanabilmektedir (González Díez vd., 2012; Shojaati, 2021; Young vd., 2003).

Boyun eğicilik şeması sosyal kaygılı bireylerde sık görülen başka bir bilişsel örüntüdür. Bu şemaya sahip bireyler, çatışma yaşamamak veya başkalarının sevgisini kaybetmemek amacıyla kendi ihtiyaçlarını, düşüncelerini ve duygularını bastırma eğilimindedirler. Sosyal ilişkilerde sürekli olarak diğer insanların beklentilerine uyum sağlamaya çalışırlar. Ancak kendi ihtiyaçlarını ifade etmekten kaçındıkları için sosyal ilişkilerden doyum alamaz ve giderek daha fazla kaygı yaşamaya başlarlar (González Díez vd., 2012; Pinto-Gouveia vd., 2006; Young vd., 2003).

Onay Arayıcılık şeması da sosyal kaygının sürdürülmesinde önemli bir role sahiptir. Bu şemada bireyin özsaygısı büyük ölçüde dış kaynaklardan gelen onaya bağlıdır. Kişi kendi değerini, başkalarının onu nasıl değerlendirdiğine göre belirlemektedir. Bu nedenle sosyal ortamlarda olumlu izlenim bırakmak için yoğun çaba göstermekte, hata yapmaktan korkmakta ve sürekli olarak başkalarının tepkilerini izlemektedir. Bu durum performans kaygısını ve olumsuz değerlendirilme korkusunu artırarak sosyal kaygının sürmesine katkıda bulunmaktadır (Aydoğdu ve Yılmaz, 2024; Calvete vd., 2013; Young vd., 2003).

Young vd. (2003) EDUŞ'ın tek başına psikopatolojiye yol açmadığını, bireylerin bu şemalarla başa çıkmak için geliştirdikleri baş etme tepkilerinin de belirleyici olduğunu ileri sürmektedir. Şema etkinleştiğinde birey yoğun kaygı, utanç, korku veya değersizlik duyguları yaşamaktadır. Bu duygularla başa çıkabilmek amacıyla birey üç temel baş etme biçiminden birini kullanmaktadır.

Teslim olma tepkisinde birey şemanın doğru olduğuna inanmakta ve davranışlarını bu inanca uygun biçimde sürdürmektedir. Sosyal kaygılı birey, kendisini gerçekten yetersiz veya değersiz biri olarak görmekte ve sosyal ilişkilerde pasif, çekingen ve geri planda kalan davranışlar sergilemektedir. Böylece şemanın doğruluğunu sürekli olarak pekiştiren yaşantılar ortaya çıkmaktadır (Arntz ve Jacob, 2013; González Díez vd., 2012; Rafaeli vd., 2011).

Kaçınma tepkisi sosyal kaygının sürdürülmesinde en önemli mekanizmalardan biri olarak kabul edilmektedir. Birey kaygı yaratabilecek tüm sosyal durumları, kişilerarası ilişkileri veya performans gerektiren etkinlikleri mümkün olduğunca yaşamamaya çalışmaktadır. İlk bakışta kaygıyı azaltıyor gibi görünse de kaçınma davranışı bireyin sosyal beceriler geliştirmesini engellemekte ve şemaların değişmeden kalmasına neden olmaktadır. Bu nedenle sosyal kaygının kronikleşmesinde temel rol oynayan mekanizmalardan biri olarak değerlendirilmektedir (Arntz ve Jacob, 2013; González Díez vd., 2012; Rafaeli vd., 2011).

Aşırı telafi tepkisinde ise birey şemanın tam tersini göstermeye çalışmaktadır. İçsel olarak yoğun utanç ve yetersizlik duyguları yaşamasına rağmen dışarıya karşı aşırı özgüvenli, üstünlük taslayan veya kontrolcü davranışlar sergileyebilmektedir. Ancak bu davranış biçimi kişilerarası ilişkilerde samimiyetin azalmasına ve bireyin sosyal çevresinden uzaklaşmasına neden olabilmektedir (Arntz ve Jacob, 2013; González Díez vd., 2012; Rafaeli vd., 2011).

Şema kuramının sosyal kaygıyı açıklamada kullandığı önemli kavramlardan biri de şema modlarıdır. Şema modları, belirli bir anda etkinleşen duygu, düşünce ve davranış örüntülerini ifade etmektedir. Sosyal kaygı yaşayan bireylerde en sık görülen modlardan biri Kırılgan Çocuk modudur. Bu mod etkinleştiğinde birey kendisini çaresiz, yalnız, değersiz ve reddedilmiş hissetmektedir. Sosyal kaygı sırasında yaşanan yoğun korku ve utanç duygularının önemli bir bölümü bu modla ilişkilendirilmektedir (Arntz ve Jacob, 2013; Young vd., 2003).

Cezalandırıcı Ebeveyn modu, bireyin içsel eleştirel sesini temsil etmektedir. Bu mod etkinleştiğinde kişi kendisini sürekli olarak yargılamakta, eleştirmekte ve değersizleştirmektedir. Sosyal ortamlarda yaşanan “Saçma görünüyorum”, “Herkes benimle dalga geçiyor” veya “Yeterince iyi değilim” biçimindeki otomatik düşünceler çoğu zaman bu modun etkisiyle ortaya çıkmaktadır (Arntz ve Jacob, 2013; Young vd., 2003).

Kopuk Korungan modu ise bireyin yoğun kaygıdan korunmak amacıyla duygusal olarak geri çekilmesini ifade etmektedir. Bu moddaki birey dışarıdan sakin ve mesafeli

görünse de iç dünyasında yoğun bir kaygı yaşamaktadır. İnsanlarla yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmakta ve duygusal paylaşımı sınırlandırmaktadır (Arntz ve Jacob, 2013; Young vd., 2003).

Sonuç olarak şema kuramı sosyal kaygıyı yalnızca sosyal durumlara yönelik bir korku, kaygı olarak değil; EDUŞ, baş etme tepkileri ve şema modlarının etkileşimi sonucunda ortaya çıkan karmaşık bir psikolojik süreç olarak açıklamaktadır. Bu yaklaşım, sosyal kaygının yalnızca belirtiler düzeyinde değil, altında yatan bilişsel yapılar ve çocukluk dönemine uzanan duygusal yaralar bağlamında anlaşılmasını sağlamaktadır (Calvete vd., 2013; Young vd., 2003).

Şema kuramı, erken dönem yaşam deneyimlerinin bireyin bilişsel, duygusal ve davranışsal örüntülerini nasıl şekillendirdiğini açıklayan kapsamlı bir model sunmanın aynı sırada çeşitli yönleriyle tartışılmaya devam etmektedir. Öncelikle şema kuramının bilişsel davranışçı yaklaşım ile ilişkisi literatürde sıkça ele alınan konulardan biridir. Young ve arkadaşları (2003), şema kuramını klasik bilişsel davranışçı terapinin bir uzantısı olarak geliştirmiştir. Bu nedenle kuram, Beck'in bilişsel kuramıyla önemli ölçüde örtüşmektedir. Her iki yaklaşım da psikolojik sorunların temelinde bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkındaki işlevsel olmayan bilişsel yapılarının bulunduğunu kabul etmektedir. Bununla birlikte şema kuramı, bilişsel davranışçı modelden farklı olarak çocukluk yaşantıları, temel duygusal ihtiyaçlar, bağlanma ilişkileri ve duygusal süreçlere daha fazla vurgu yapmaktadır. Bu nedenle şema kuramı, bilişsel davranışçı yaklaşımın genişletilmiş ve bütünleştirilmiş bir formu olarak değerlendirilmektedir (Beck, 1976; Young vd., 2003).

Şema kuramında EDUŞ'ın gelişiminde çocukluk deneyimlerinin yanı sıra mizaç özelliklerinin de önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Young vd., 2003). Ancak kuramda genetik ve biyolojik etkenlerin rolü sınırlı biçimde ele alınmaktadır. Güncel gelişimsel psikopatoloji yaklaşımları ise psikolojik sorunların yalnızca çevresel yaşantılarla değil, genetik yatkınlıklar ile çevresel deneyimlerin karşılıklı etkileşimi sonucunda ortaya çıktığını ileri sürmektedir (Cicchetti ve Rogosch, 2002). Özellikle sosyal kaygı araştırmalarında davranışsal ketlenme, yüksek nörotisizm ve tehdit uyaranlarına karşı artmış biyolojik

duyarlılık gibi özelliklerin önemli risk faktörleri olduğu gösterilmiştir (Kagan vd., 1988; Clauss ve Blackford, 2012). Bu nedenle EDUŞ'ın gelişimi yalnızca çocukluk yaşantılarıyla değil, bireyin doğuştan getirdiği mizaç özellikleri ve biyolojik yatkınlıklarıyla birlikte değerlendirilmelidir.

Kurama yönelik bir diğer tartışma konusu ise şemaların değişebilirliğidir. Şema kuramı, EDUŞ'ın oldukça kalıcı bilişsel yapılar olduğunu kabul etmekle birlikte, bunların değiştirilemez olmadığını vurgulamaktadır (Young vd., 2003). Son yıllarda nöroplastisite alanındaki araştırmalar, yaşam boyunca beynin yapısal ve işlevsel değişim gösterebildiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular, çocukluk döneminde gelişen bilişsel ve duygusal örüntülerin uygun psikolojik müdahaleler aracılığıyla yeniden yapılandırılabileceğini düşündürmektedir (Siegel, 2012). Ayrıca şema terapisinin çeşitli psikolojik sorunların tedavisinde etkili olduğunu gösteren araştırmalar da şemaların zaman içerisinde değiştirilebileceğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır (Bamelis vd., 2014).

Bu değerlendirmeler ışığında şema kuramının bireyin erken yaşam deneyimlerini anlamada güçlü bir açıklayıcı çerçeve sunduğu söylenebilir. Bununla birlikte şemaların oluşumunda biyolojik yatkınlıkların, genetik-çevre etkileşiminin ve yaşam boyu devam eden gelişimsel süreçlerin de dikkate alınması gerekmektedir. Bu yaklaşım, sosyal kaygı ve duygusal farkındalık gibi karmaşık psikolojik yapıların daha bütüncül biçimde anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bu psikolojik süreçte duygusal farkındalık kavramı, erken dönem yaşantılar ile bireyin güncel duygusal ve sosyal işlevselliği arasında açıklayıcı bir rol üstlenebilecek önemli bir değişken olarak değerlendirilmektedir.

Duygusal Farkındalık Kavramı ve Özellikleri

Duygusal farkındalık kavramı literatürde farklı kuramsal yaklaşımlar çerçevesinde ele alınmıştır. Bu yaklaşımlar arasında Greenberg'in Duygu Odaklı Terapi modeli ile Lane ve Schwartz'ın bilişsel-gelişimsel modeli öne çıkmaktadır. Her iki yaklaşım da bireyin duygularını tanıması ve anlamlandırmasının psikolojik işlevsellik açısından önemini vurgulamakla birlikte, duygusal farkındalığı farklı açılardan açıklamaktadır.

Greenberg'in (2012) Duygu Odaklı Terapi yaklaşımında duygusal farkındalık, bireyin duygularını yalnızca hissetmesi değil, bu duyguları tanıması, adlandırması, kabul etmesi, anlamlandırması ve davranışsal yönelimleriyle ilişkilendirmesi olarak ele alınmaktadır. Duygular bireyin ihtiyaçları, amaçları ve iyi oluşu hakkında önemli bilgiler taşmaktadır. Dolayısıyla duygusal farkındalık, kişinin bu bilgileri fark edebilmesi ve duygusal yaşantısını sembolleştirerek anlamlı bir deneyime dönüştürebilmesi açısından temel bir psikolojik kapasitedir. Greenberg'e göre duyguların fark edilmesi, kabul edilmesi, ifade edilmesi, düzenlenmesi ve dönüştürülmesi psikolojik değişimin merkezinde yer almaktadır. Duygusal farkındalık eksikliği, bireyin içsel yaşantılarını adlandıramaması, duygularından kaçınması ya da bedensel duyumlarını duygusal anlamla ilişkilendirememesiyle sonuçlanabilmektedir. Bu bakımdan duygusal farkındalık, duygu düzenleme, kendilik bütünlüğü ve psikolojik uyum açısından önemli bir yapı olarak değerlendirilmektedir.

Greenberg'e (2012) göre, duygusal farkındalığın temel özellikleri aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır:

Duygunun Farkına Varma. Duygusal farkındalığın ilk boyutu, bireyin duygusal yaşantısını fark edebilmesidir. Bu farkındalık, sadece duygunun varlığını bilmek değil, bedensel duyumlar, içsel gerginlikler ve ruh hâlindeki değişimleri bilinçli olarak algılayabilmeyi içermektedir. Birey kendi içinde ortaya çıkan duygusal hareketliliği fark etmeden, bu duygunun anlamını ve işlevini kavramakta zorlanabilmektedir.

Duyguyu Bedensel Olarak Deneyimleme. Duygunun bedensel yönünü algılamayı da kapsamaktadır. Örneğin, korku, göğüste sıkışma ya da gerginlik, öfke, kaslarda gerilme, üzüntü ise bedensel ağırlık veya enerji kaybı şeklinde deneyimlenebilmektedir. Bu nedenle bedensel duyumların fark edilmesi, duygusal deneyimin anlamlandırılması açısından önemlidir.

Duyguyu Adlandırma ve Sembolleştirme. Greenberg'in Duygu Odaklı Yaklaşımında duyguların adlandırılması ve sembolleştirilmesi temel bir süreçtir. Birey duygusunu sözel olarak ifade ettiğinde, belirsiz içsel yaşantı daha anlamlı ve düzenlenebilir bir deneyime dönüşmektedir. Örneğin, kişinin yalnızca "kötü hissediyorum" demesi yerine

yalnız hissettim, incindim, korktum, utandım, ya da öfkelendim diyebilmesi, duygusal farkındalığın daha gelişmiş bir düzeyini göstermektedir.

Duyguyu Kabul Etme. Duygusal farkındalığın bir diğer özelliği, duygunun kabul edilmesidir. Birey duygusunu bastırmak, inkâr etmek ya da ondan kaçınmak yerine onu kabul ettiğinde, duygusal deneyimin taşıdığı bilgiye ulaşabilmektedir. Bu kabul süreci, duygunun düzenlenmesi ve dönüştürülmesi için temel bir koşuldur. Bu bağlamda duygusal farkındalık, kişinin kendi içsel yaşantısına açık ve yargılayıcı olmayan bir tutumla yaklaşmasını gerektirmektedir.

Duygunun Anlamını ve İşlevini Anlama. Duygular bireyin ihtiyaçları, amaçları ve iyi oluşu hakkında bilgi sağlayan temel uyum sistemleridir. Bu nedenle duygusal farkındalık, duygunun sadece adlandırılmasını değil, bu duygunun hangi ihtiyaç, amaç, kayıp, tehdit ya da kişilerarası deneyimle ilişkili olduğunu anlamayı da içermektedir. Böylece birey, yaşadığı duygunun kendisine ne anlatmaya çalıştığını daha açık biçimde kavrayabilmektedir.

Duygu-İhtiyaç Bağlantısını Kurma. Greenberg'in yaklaşımında her duygu, karşılanmış ya da karşılanmamış bir ihtiyaca işaret etmektedir. Bu nedenle duygusal farkındalık, bireyin duyguları ile temel ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi kurabilmesini sağlamaktadır. Örneğin, öfke, sınırların korunması ya da haksızlığa karşı tepki verme ihtiyacını, korku güvenlik ihtiyacını, üzüntü destek ve yakınlık ihtiyacını, utanç ise kabul edilme ve değerli hissetme ihtiyacını gösterebilmektedir.

Lane vd. (1990) tarafından geliştirilen duygusal farkındalık kuramının temel görüşü, bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını fark edebilme, ayırt edebilme, adlandırabilme ve bu duygusal deneyimlerin anlamını kavrayabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, kişinin ne hissettiğini bilmesiyle sınırlı kalmamaktadır. Duygunun hangi olay, düşünce, ihtiyaç ya da kişilerarası deneyimle ilişkili olduğunu anlayabilmesini de içermektedir. Bu çerçevede duygusal farkındalık, bireyin içsel yaşantısını anlamlandırması, duygularını düzenlemesi ve kişilerarası ilişkilerde daha işlevsel tepkiler geliştirmesi açısından temel bir psikolojik beceri olarak görülmektedir.

Duygusal farkındalık kavramı, aleksitimi, duygusal zekâ ve duygu düzenleme gibi kavramlarla yakından ilişkili olmakla birlikte, kuramsal olarak bunlardan farklı psikolojik süreçleri ifade etmektedir. Bu nedenle duygusal farkındalığın kavramsal sınırlarının netleştirilmesi önem taşımaktadır.

Aleksitimi, bireyin duygularını tanıma, ayırt etme ve sözel olarak ifade etme güçlüğü yaşamasıyla karakterize edilen bir kişilik özelliği olarak tanımlanmaktadır (Taylor, Bagby ve Parker, 1997). Aleksitimik bireyler yaşadıkları duyguları tanımlamakta zorlanmakta, duygusal deneyimlerini bedensel duyumlarla karıştırabilmekte ve içsel yaşantılarını ifade etmek yerine dışsal olaylara odaklanma eğilimi gösterebilmektedirler. Bu yönüyle aleksitimi, duygusal farkındalığın düşük düzeyde olmasıyla ilişkili görünmekle birlikte, duygusal farkındalığın yalnızca eksikliği ya da karşıtı olarak değerlendirilmemektedir. Duygusal farkındalık bireyin duygularını ne ölçüde farklılaştırıp anlamlandırabildiğine odaklanırken, aleksitimi daha çok duyguları tanıma ve ifade etmedeki yetersizlikleri tanımlayan klinik bir yapı olarak ele alınmaktadır (Lane vd., 1990).

Duygusal zekâ ise bireyin hem kendi duygularını hem de başkalarının duygularını algılama, anlama, kullanma ve yönetme becerilerini kapsayan daha geniş bir kavramdır. Mayer ve Salovey'e (1997) göre duygusal zekâ; duyguları doğru biçimde algılama, düşünmeyi desteklemek amacıyla duyguları kullanma, duyguları anlama ve duyguları etkili biçimde yönetme olmak üzere dört temel yetenekten oluşmaktadır. Bu açıdan duygusal farkındalık, duygusal zekânın temel bileşenlerinden biri olarak değerlendirilebilir. Ancak duygusal zekâ, yalnızca duyguların fark edilmesini değil, aynı zamanda bu duyguların kişilerarası ilişkilerde ve problem çözme süreçlerinde etkili biçimde kullanılmasını da içermektedir. Dolayısıyla duygusal zekâ, duygusal farkındalıktan daha geniş ve çok boyutlu bir yapıdır.

Duygu düzenleme ise bireyin hangi duyguyu ne zaman yaşayacağını, bu duyguyu nasıl deneyimleyeceğini ve nasıl ifade edeceğini etkileyen süreçleri ifade etmektedir (Gross, 1998). Duygu düzenleme kuramına göre bireyler duygusal tepkilerini artırmak, azaltmak, sürdürmek ya da değiştirmek amacıyla çeşitli bilişsel ve davranışsal stratejiler

kullanmaktadırlar. Bu nedenle duygu düzenleme, duyguların yönetilmesine ilişkin bir süreçtir. Buna karşılık duygusal farkındalık, duyguların düzenlenmesinden önce gelen ve bireyin yaşadığı duyguları tanımasını, ayırt etmesini ve anlamlandırmasını sağlayan temel bir kapasite olarak değerlendirilmektedir. Başka bir ifadeyle bireyin yaşadığı duyguyu öncelikle fark etmesi ve anlamlandırması, daha sonra bu duyguya yönelik düzenleme stratejileri geliştirebilmesi için gerekli görülmektedir (Lane, 2015).

Bu araştırmada duygusal farkındalık, aleksitimi, duygusal zekâ veya duygu düzenleme ile eş anlamlı bir kavram olarak ele alınmamıştır. Araştırmanın kuramsal temeli, Lane ve Schwartz'ın (1987) bilişsel-gelişimsel yaklaşımına dayanmaktadır. Bu yaklaşıma göre duygusal farkındalık, bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını giderek daha karmaşık ve farklılaşmış biçimde temsil edebilme kapasitesini ifade etmektedir. Bu nedenle mevcut araştırmada duygusal farkındalık, bireyin duygusal deneyimlerini tanıma ve anlamlandırma düzeyini gösteren özgül bir psikolojik yapı olarak değerlendirilmiştir.

Duygusal Farkındalığın Gelişmesi

Psikodinamik kuram kapsamında yenidoğan bebek, doğduğu anda kendi içsel duygularını ayırt edip anlayabilecek kapasiteye sahip değildir. Bebek başlangıçta tam bağımlılık durumundadır. “Yeterince iyi anne” çocuğun duygularını yansıtıp anlamlandırmasına yardımcı olarak onun kendi içsel duygularını fark etmeyi öğrenmesini sağlamaktadır. Duyguların bastırıldığı, yok sayıldığı veya cezalandırıldığı aile ortamlarında yetişen çocukların ise duygularını tanımakta güçlük yaşayabilecekleri ifade edilmektedir (Winnicott, 1965).

Gelişim psikolojisi perspektifinden ele alındığında, Bowlby’nin bağlanma kuramına göre çocuk güvenli ve tutarlı bir ilişki ortamında büyüdüğünde, kendi içsel yaşantılarını tanıyabileceği güvenli bir psikolojik alan oluşmaktadır. Buna karşılık ihmalkâr, tutarsız ya da korku verici bakım ilişkileri çocuğun duygularını ayırt etme ve anlamlandırma kapasitesini olumsuz etkileyebilmektedir (Bowlby, 1988). Benzer şekilde, Mary Ainsworth, güvenli

bağlanma geliştiren çocukların duygularını daha açık ifade edebildiğini ve başkalarının duygularını daha iyi anlayabildiğini belirtmiştir (Ainsworth vd., 1978).

Hümanistik yaklaşımın önemli temsilcilerinden Carl Rogers ise duygusal farkındalığı bireyin kendini kabul etmesi ve "gerçek benlik" ile temas kurabilmesi sürecinin temel bir parçası olarak değerlendirmiştir. Rogers'a göre koşulsuz, olumlu kabul ortamında yetişen bireyler, duygularını inkâr etmek yerine onları fark etmeyi ve kabul etmeyi öğrenmektedir (Rogers, 1959).

Lane vd. (1990) duygusal farkındalığı Piaget'nin bilişsel gelişim kuramı çerçevesinde ele almış ve bireyin duyguları anlama kapasitesinin basit bedensel duyumlardan başlayarak daha karmaşık ve farklılaşmış duyguları kavrama düzeyine doğru geliştiğini ileri sürmüştür. Araştırmacıların geliştirdiği "Duygusal Farkındalık Düzeyleri" modeline göre duygusal farkındalık beş gelişimsel düzeyden oluşmaktadır. İlk düzeyde birey duygularını yalnızca bedensel ifadelerle (kalbim hızlı çarpıyor, midem ağrıyor) ifade ederken, üst düzeylerde hem kendi hem de başkalarının karmaşık ve çelişkili duygularını aynı anda anlayabilme ve ayırt edebilme becerisi gelişmektedir.

Lane vd.'ne (2015) göre, Duygusal farkındalığın bilinçli duygusal deneyim, bedensel duyumların algılanması ve duyguların bilişsel olarak işlenmesiyle ilişkili nörobiyolojik süreçlere dayandığını belirtmektedir. Beynin özellikle prefrontal korteks, anterior singulat korteks ve insula gibi bölgelerinin gelişimiyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Insula bedensel duyumların fark edilmesinde, anterior singulat korteks duyguların işlenmesinde, prefrontal korteks ise duyguların düzenlenmesinde önemli rol oynamaktadır.

Şema kuramı açısından bakıldığında ise duygusal farkındalığın gelişimi, bireyin erken dönem yaşantılarında temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi ile yakından ilişkilidir. Young'a (2003) göre çocukluk döneminde güvenli bağlanma, duyguların ifade edilmesine izin verilmesi, kabul görme ve uygun sınırlar, duygusal destek gibi temel ihtiyaçların yeterince karşılanmaması durumunda EDUŞ gelişebilmektedir. Bu şemalar duyguların algılanma ve işlenme biçimini etkilemektedir.

Şema kuramına göre çocukluk döneminde duyguların bastırıldığı, küçümsendiği ya da cezalandırıldığı aile ortamlarında yetişen bireyler, zamanla kendi duygularını tanıma ve ifade etme konusunda güçlük yaşayabilmektedir. Özellikle duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, kusurluluk, terk edilme, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar gibi şemaların, bireyin duygusal deneyimlerinden uzaklaşmasına ve duygularını bastırmasına yol açabileceği belirtilmektedir. Bu durum bireyin duygularını bilinçli düzeyde değerlendirme kapasitesini zayıflatmakta ve düşük düzeyde duygusal farkındalık gelişimine neden olabilmektedir (Young vd., 2003).

Duygusal Farkındalığın Sınıflandırılması

Lane ve Schwartz'ın bilişsel-gelişimsel yaklaşımına göre duygusal farkındalık, bireyin kendi ve başkalarının duygularını tanıma ve tanımlama becerisini içeren bilişsel bir kapasite olarak ele alınmakta ve duygusal farkındalık, basit bedensel duyumların fark edilmesinden başlayarak karmaşık ve farklılaşmış duygusal yaşantıların anlaşılmasına kadar ilerleyen hiyerarşik bir gelişim göstermektedir (Lane vd., 1990). Barchard vd.'ne (2011) göre duygusal farkındalık düzeyleri aşağıdaki şeklinde sınıflandırılmaktadır.

Düzey 0: Duygusal Farkındalığın Olmaması. Bu düzeyin temel özelliği, bireyin duygusal yaşantısını tanımlamak yerine durumu bilişsel olarak yorumladığı en düşük farkındalık düzeyi olarak kabul edilmektedir. Dolayısıyla bu düzey, saptanabilir duygusal farkındalığın en düşük aşamasını temsil etmekte ve birey yaşadığı duruma ilişkin herhangi bir duygu belirtmez. Çoğunlukla olayın betimlenmesi, düşünce, beklenti ya da bilişsel değerlendirme biçimindedir.

Düzey 1: Bedensel Duyumlar. Bu düzeyin temel özelliği, duygusal yaşantısını doğrudan duygu kavramlarıyla değil, bedensel duyumlar ve fiziksel durumlar üzerinden ifade etmektedir. Kişi bedeninde bir şey olduğunu fark eder, ancak bu yaşantının korku, öfke, üzüntü ya da kaygı gibi hangi duyguya karşılık geldiğini açıkça ifade edemez. Ayrıca ne hissedeceğimi bilmiyorum, hiçbir şey hissetmezdim gibi, duygusal tepki olasılığını kabul eden fakat duyguyu tanımlamayan ifadeler de bu düzeye dâhil edilmektedir.

Düzey 2: Eylem Eğilimleri ve Genel Duygulanım. İkinci düzeyde birey, yaşadığı duyguyu belirli bir duygu adıyla değil, genel olumlu/olumsuz hisler veya eylem eğilimleri aracılığıyla ifade etmektedir. Örneğin, iyi/kötü, tuhaf, berbat, harika, gibi genel ve özgül olmayan duyguları ifade etmektedir. Bunun yanında ağlamak, gülmek, duvara vurmak istemek gibi duyguyla ilişkili davranışsal ifadeler de bu düzeyde değerlendirilmektedir.

Düzey 3: Tekil ve Özgül Duygular. Bu düzeyin temel özelliği, bireyin duygusunu yalnızca genel bir iyi/kötü hissi olarak değil, belirli bir duygu kategorisi içinde adlandırabilmesidir. Örneğin, korkarım, kızgın hissederdim, üzülürdüm, pişman olurdum gibi ifadeler, duygusal yaşantının daha açık ve sembolik düzeyde temsil edildiğini göstermektedir.

Düzey 4: Duygu Karışımları ve Duygusal Farklılaşma. Dördüncü düzeyde birey, duyguların tekil değil, çok boyutlu olarak algılanmasıdır. Kişi aynı olay karşısında birden fazla duygunun birlikte bulunabileceğini fark etmektedir. Bu nedenle bu düzey, duygusal karmaşıklık, duyguları ayırt etme ve aynı anda birden fazla içsel yaşantıyı zihinsel olarak temsil edebilme kapasitesiyle ilişkilidir.

Düzey 5: Kendi ve Başkasının Karmaşık Duygularını Ayırt Edebilme. Bu düzeyin temel özelliği, bireyin yalnızca kendi karmaşık duygularını değil, aynı zamanda diğer kişinin de karmaşık ve farklı duygusal yaşantılara sahip olabileceğini kavrayabilmesidir. Bu durum, duygusal farkındalığın kişilerarası boyutunu göstermektedir. Böylece birey, kendisinin ve diğerinin aynı olay karşısında farklı duygular yaşayabileceğini anlayarak daha gelişmiş bir sosyal-duygusal değerlendirme yapabilmektedir.

Duygularını daha ayrıntılı ve farklılaşmış biçimde tanımlayabilen bireylerin, kendi içsel yaşantılarını daha iyi anlayabilecekleri ve başkalarının duygusal durumlarına daha duyarlı olabilecekleri varsayılmaktadır. Bu bakımdan duygusal farkındalık; empati, duygu düzenleme, psikolojik uyum ve sosyal ilişkiler açısından önemli bir değişken olarak değerlendirilmektedir (Lane vd., 1990).

Duygusal farkındalık düzeyleri incelendiğinde, bireyin duygularını tanıma, adlandırma ve anlamlandırma kapasitesinin kişilerarası ilişkiler ve psikolojik uyum

açısından önemli sonuçlar doğurduğu görülmektedir. Özellikle duygusal farkındalık düzeyi düşük bireylerin duygusal deneyimlerini ayırt etmekte ve düzenlemekte daha fazla güçlük yaşayabilecekleri; buna karşılık yüksek düzeyde duygusal farkındalığın bireyin duygularını daha sağlıklı biçimde işlemesine katkı sağlayabileceği belirtilmektedir.

Greenberg'in yaklaşımında duygusal farkındalık, bireyin duygusal deneyimlerine açık olması, bu deneyimleri kabul etmesi ve duygularını uyumlu biçimde işlemesiyle ilişkilendirilmektedir. Bu model daha çok duyguların terapötik süreçteki işlevine ve duygusal deneyimin dönüştürücü rolüne odaklanmaktadır. Buna karşılık Lane ve Schwartz'ın bilişsel-gelişimsel modeli, duygusal farkındalığı bilişsel gelişim gösteren bir kapasite olarak ele almakta ve bireyin duygularını giderek daha karmaşık ve farklılaşmış biçimde temsil edebildiğini ileri sürmektedir.

Mevcut araştırmada duygusal farkındalık kavramı, kullanılan ölçme aracı olan Duygusal Farkındalık Düzeyleri Ölçeği ile uyumlu olması nedeniyle ağırlıklı olarak Lane ve Schwartz'ın bilişsel-gelişimsel yaklaşımı temel alınarak ele alınmıştır. Bu doğrultuda duygusal farkındalık, bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını ayırt edebilme, adlandırabilme ve karmaşık duygusal deneyimleri bilişsel olarak temsil edebilme kapasitesi olarak tanımlanmıştır.

Kuramsal açıdan değerlendirildiğinde EDUŞ, bireyin duygusal yaşantılarını nasıl algıladığını, anlamlandırdığını ve işlediğini etkilemektedir. Young vd.'ne (2003) göre EDUŞ, çocukluk döneminde temel duygusal ihtiyaçların yeterince karşılanmaması sonucunda gelişmekte ve bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkındaki temel inançlarını oluşturmaktadır. Özellikle eleştirel, reddedici, cezalandırıcı veya duygusal açıdan erişilemeyen aile ortamlarında yetişen bireyler, bazı duygularını ifade etmenin tehlikeli, kabul edilemez veya olumsuz sonuçlara yol açacağına ilişkin inançlar geliştirebilmektedirler. Bu durum zamanla bireyin duygularını bastırmasına, görmezden gelmesine veya duygusal deneyimlerden kaçınmasına neden olabilmektedir.

Şemaların etkisi altında birey, yaşadığı duyguları açık biçimde tanımlamak yerine bunları daha genel ve belirsiz yaşantılar şeklinde algılayabilmektedir. Örneğin

kusurluluk/utanç şeması baskın olan bir birey, sosyal bir ortamda yaptığı küçük bir hatanın ardından yoğun bir utanç, kaygı veya yetersizlik duygusu yaşayabilir; ancak yaşadığı duygunun niteliğini ayırt etmek yerine kendisini genel olarak “kötü” veya “değersiz” hissettiğini düşünebilmektedir. Benzer şekilde terk edilme şeması etkin olan bir birey, yakın bir kişinin mesajına geç cevap vermesini reddedilme veya terk edilme tehdidi olarak yorumlayabilir; ancak bu durumda yaşadığı korku, üzüntü ve kaygıyı birbirinden ayırt etmekte zorlanabilmektedir. Bu nedenle EDUŞ’ın bireyin duygusal deneyimlerini çarpıtarak duyguların fark edilmesini, ayırt edilmesini ve anlamlandırılmasını güçleştirebileceği düşünülmektedir (Young vd., 2003).

Lane ve Schwartz'ın (1987) bilişsel-gelişimsel modeline göre duygusal farkındalık, bireyin duygularını tanıma, ayırt etme ve sözel olarak ifade edebilme kapasitesini ifade etmektedir. Greenberg'e (2015) göre ise duyguların sağlıklı biçimde işlenebilmesi için öncelikle fark edilmeleri ve kabul edilmeleri gerekmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde, duyguların sistematik biçimde bastırılması veya duygusal deneyimlerden kaçınılması, bireyin kendi içsel yaşantılarını tanımasını güçleştirebilir ve duygusal farkındalık düzeyinin düşmesine yol açabilmektedir.

Duygusal farkındalığın yetersiz olması ise sosyal durumların değerlendirilme biçimini etkileyebilmektedir. Duygularını yeterince tanıyamayan bireyler yaşadıkları fizyolojik ve duygusal tepkilerin kaynağını doğru biçimde yorumlamakta zorlanabilmektedirler. Örneğin sosyal bir ortamda hissedilen heyecan, gerginlik veya utanç duyguları doğru biçimde tanımlanamadığında birey bu deneyimi genel bir tehdit hissi olarak algılayabilmektedir. Bu durum sosyal ortamlardaki belirsizliği artırmakta ve sosyal durumların olduğundan daha tehlikeli değerlendirilmesine yol açabilmektedir.

Clark ve Wells'in (1995) bilişsel modeline göre sosyal kaygılı bireyler dikkatlerini kendi içsel belirtilerine yöneltmekte ve bu belirtileri olumsuz biçimde yorumlamaktadırlar. Duygusal farkındalığın düşük olması durumunda birey yaşadığı duygusal tepkilerin nedenini anlamakta zorlanmakta, bunun yerine sosyal ortamı tehdit edici olarak algılayabilmektedir. Benzer şekilde Rapee ve Heimberg'in (1997) modelinde vurgulanan

olumsuz değerlendirilme beklentileri, bireyin kendi duygusal deneyimlerini anlamlandırmakta yaşadığı güçlüklerle birleştiğinde sosyal tehdit algısını daha da güçlendirebilmektedir. Ayrıca duygusal farkındalık eksikliği, bireyin sosyal ortamlarda yaşadığı kaygıyla etkili biçimde başa çıkmasını zorlaştırmakta ve kaçınma davranışlarının daha sık kullanılmasına neden olabilmektedir. Ancak kaçınma davranışları kısa vadede rahatlama sağlasa da uzun vadede sosyal kaygının sürdürülmesine katkıda bulunmaktadır (Clark ve Wells, 1995).

Bu doğrultuda EDUŞın, duygusal deneyimlerin işlenmesini etkileyerek duygusal farkındalık düzeyini azaltabileceği; duygusal farkındalıkta ortaya çıkan bu yetersizliklerin ise sosyal tehdit algısını, olumsuz değerlendirilme beklentilerini ve kaçınma davranışlarını artırarak sosyal kaygının ortaya çıkmasına ve sürdürülmesine katkıda bulunabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle duygusal farkındalık, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin açıklanmasında önemli bir psikolojik mekanizma olarak değerlendirilmektedir.

EDUŞ, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı evrensel psikolojik yapılar olarak kabul edilmekle birlikte, bu yapıların ortaya çıkışı, ifade edilişi ve birey üzerindeki etkileri kültürel bağlamdan bağımsız değildir.

Kültürel Bağlamın EDUŞ, Duygu ve Sosyal Kaygı Üzerindeki Etkileri

Kültür, bireylerin kendilerini ve diğer insanları nasıl algıladıklarını, hangi davranışları uygun gördüklerini ve duygularını nasıl ifade ettiklerini etkileyen temel bir çerçeve sunmaktadır. Bu nedenle psikolojik yapıların kültürler arasında benzerlik göstermesi kadar farklı biçimlerde ortaya çıkabilmesi de beklenmektedir.

Kültürel farklılıkları açıklamada en yaygın kullanılan yaklaşımlardan biri bireycilik ve kolektivizm kuramıdır. Triandis'e (1995) göre bireyci kültürlerde birey kendisini diğerlerinden bağımsız bir varlık olarak algılamakta; kişisel başarı, bireysel tercihler, özerklik ve kendini gerçekleştirme gibi değerler ön plana çıkmaktadır. Bu kültürlerde bireylerin kendi duygu ve düşüncelerini açık biçimde ifade etmeleri teşvik edilmekte, kişisel hedefler çoğu zaman grup hedeflerinden daha önemli görülmektedir. Buna karşılık kolektivist kültürlerde birey

kendisini ait olduğu grubun bir parçası olarak tanımlamakta; aile, akrabalık ilişkileri, sosyal uyum, karşılıklı bağlılık ve grup bütünlüğü daha fazla önem taşımaktadır. Bu kültürlerde bireysel isteklerden çok grup beklentilerine uyum sağlamak ve sosyal ilişkileri sürdürmek öncelikli değerler arasında yer almaktadır.

Benzer şekilde Hofstede (2001), bireycilik ve kolektivizmi kültürleri birbirinden ayıran temel boyutlardan biri olarak tanımlamış ve bu boyutun bireylerin düşünce, duygu ve davranışlarını önemli ölçüde etkilediğini belirtmiştir. Hofstede'ye göre bireyci kültürlerde kişiler kendi başarıları ve bireysel özellikleri üzerinden değerlendirilirken, kolektivist kültürlerde bireyin sosyal ilişkileri ve grup içindeki konumu daha belirleyici olmaktadır. Bu nedenle kültürel değerler, bireyin kendisi ve diğer insanlarla ilgili geliştirdiği bilişsel şemaların oluşumunda önemli bir rol oynayabilmektedir.

Kültürel farklılıkların EDUŞ açısından da önemli sonuçları bulunmaktadır. Young vd.'ne (2003) göre EDUŞ, temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması sonucunda gelişmektedir. Bununla birlikte, bu ihtiyaçların nasıl karşılandığı ve bireyin sosyal çevresiyle nasıl etkileşim kurduğu kültürel bağlamdan etkilenebilmektedir. Triandis'in (1995) kolektivizm kuramı dikkate alındığında, grup uyumu, sosyal onay ve kişilerarası bağlılığın önemsendiği kültürlerde bireylerin başkalarının beklentilerine daha fazla duyarlılık geliştirebildikleri söylenebilir. Bu durumun onay arayıcılık, boyun eğicilik ve kendini feda etme gibi kişilerarası şemaların gelişimiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bireyci kültürel bağlamda bireyler erken yaşlardan itibaren bağımsız karar verme, kişisel hedefler belirleme ve bireysel başarı elde etme yönünde teşvik edilmektedirler. Bu durum bireyin kendi değerini başarıları ve performansı üzerinden değerlendirmesine yol açabilmektedir. Bu nedenle başarısızlık, yüksek standartlar ve haklılık gibi şemaların gelişimiyle ilişkili olabilecek sosyal deneyimlerin daha sık yaşanabileceği düşünülmektedir. Örneğin bireyin sürekli olarak yüksek performans göstermesinin beklendiği bir çevrede yetişmesi, hata yapmaya karşı aşırı duyarlılık geliştirmesine ve kendisi için ulaşılması güç standartlar belirlemesine neden olabilmektedir (Young vd., 2003).

Bireycilik ve kolektivizm farklılıkları duygusal farkındalık açısından da önem taşımaktadır. Kültürel normlar yalnızca bireylerin hangi davranışları uygun gördüklerini değil, aynı zamanda duygularını nasıl deneyimlediklerini ve ifade ettiklerini de etkilemektedir. Ekman ve Friesen (1969) tarafından geliştirilen “duygu ifade kuralları” (display rules) yaklaşımına göre her kültür, bireylere hangi duyguların hangi koşullarda, ne ölçüde ve kime karşı ifade edilmesinin uygun olduğuna ilişkin örtük kurallar sunmaktadır. Bu kurallar, bireylerin duygusal deneyimlerini fark etme, yorumlama ve ifade etme süreçlerini şekillendirebilmektedir.

Kolektivist kültürlerde kişilerarası uyumun korunması, grup bütünlüğünün sürdürülmesi ve sosyal ilişkilerde çatışmadan kaçınılması önemli değerler arasında yer almaktadır (Triandis, 1995). Bu nedenle bireyler özellikle öfke, hayal kırıklığı veya kişilerarası çatışmaya yol açabilecek olumsuz duygularını açık biçimde ifade etmekten kaçınabilmekte ve duygusal kontrol göstermeye teşvik edilebilmektedirler. Matsumoto ve arkadaşları (2008), kolektivist kültürlerde duyguların ifade edilmesinin sosyal bağlam ve kişilerarası ilişkiler tarafından daha güçlü biçimde düzenlendiğini belirtmektedir. Bu durum bireylerin duygusal deneyimlerini ifade etme biçimlerini etkileyebileceği gibi, zamanla duygularını algılama ve anlamlandırma süreçleri üzerinde de etkili olabilmektedir.

Buna karşılık bireyci kültürlerde bireyin özgünlüğünü ve bireyselliğini ortaya koyması daha fazla desteklenmektedir. Bu kültürlerde duyguların açık biçimde ifade edilmesi, bireysel deneyimlerin paylaşılması ve kişinin içsel yaşantısını sözel olarak dile getirmesi daha kabul edilebilir görülmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Bu nedenle bireyler kendi duygularını tanımlama ve ifade etme konusunda daha fazla fırsat bulabilmekte, bu durum da duygusal deneyimlerin fark edilmesi ve kavramsallaştırılmasını kolaylaştırabilmektedir.

Lane ve Schwartz'ın (1987) bilişsel-gelişimsel yaklaşımı dikkate alındığında, duygusal farkındalık bireyin duygularını ayırt etme, adlandırma ve karmaşık duygusal deneyimleri anlamlandırma kapasitesini ifade etmektedir. Duyguların ifade edilmesine ilişkin kültürel normların bu süreçleri etkileyebilmesi nedeniyle, farklı kültürlerde yetişen bireylerin duygusal farkındalık düzeylerinde ve duygularını ifade etme biçimlerinde farklılıklar ortaya

çıkabilmektedir. Bu nedenle duygusal farkındalığın değerlendirilmesinde kültürel bağlamın dikkate alınması önemli görülmektedir.

Sosyal kaygı açısından değerlendirildiğinde, başkalarının görüşlerine verilen önem, sosyal normlara uyum beklentisi ve olumsuz değerlendirilme korkusunun kültürel bağlamdan etkilendiği görülmektedir. Kolektivist kültürlerde kişilerarası ilişkilerin sürdürülmesi, sosyal uyumun korunması ve grup tarafından kabul görme önemli değerler arasında yer almaktadır (Triandis, 1995). Bu nedenle bireyler sosyal çevrelerinin görüşlerine daha fazla önem verebilmekte ve davranışlarını grup normlarına uygun biçimde düzenleme eğilimi gösterebilmektedirler. Markus ve Kitayama'ya (1991) göre kolektivist kültürlerde benlik, diğer insanlarla kurulan ilişkiler üzerinden tanımlanmakta ve bireyin kendisini değerlendirmesinde sosyal çevrenin geri bildirimleri önemli bir rol oynamaktadır. Bu durum, sosyal değerlendirmeye ilişkin duyarlılığı artırarak olumsuz değerlendirilme korkusunun daha belirgin yaşanmasına katkıda bulunabilmektedir.

Ayrıca sosyal normlara uyumun yüksek değer taşıdığı kültürlerde hata yapma, eleştirilme veya grup tarafından dışlanma olasılığı birey tarafından daha önemli bir sosyal tehdit olarak algılanabilmektedir. Heinrichs vd (2006), sosyal kaygının ifade ediliş biçiminin kültürel normlardan etkilendiğini ve sosyal uyuma verilen önemin yüksek olduğu toplumlarda sosyal değerlendirmeye ilişkin hassasiyetin daha belirgin olabileceğini belirtmektedirler. Benzer şekilde Hofstede'nin (2001) kültürel boyutlar yaklaşımı da bireylerin sosyal ilişkiler, otorite ve toplumsal beklentilere ilişkin tutumlarının kültürel değerlerden etkilendiğini ileri sürmektedir.

Bu bağlamda sosyal kaygı yalnızca bireysel özelliklerden kaynaklanan bir olgu olarak değil, aynı zamanda kültürel normlar ve sosyal beklentiler çerçevesinde şekillenen bir psikolojik süreç olarak değerlendirilebilmektedir. Dolayısıyla EDUŞ, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin kültürel bağlam dikkate alınarak incelenmesi, bu yapıların farklı kültürlerde nasıl ortaya çıktığını ve birbirleriyle nasıl ilişkilendiğini anlamak açısından önem taşımaktadır.

Moğol Kültürü ve Değerler

Moğol kültürü, tarihsel olarak göçebe yaşam biçimi üzerine şekillenmiş olmakla birlikte, etik değerleri, toplumsal normları, sembolik ritüelleri ve güçlü bir ulusal kimliği içeren bütüncül bir uygarlık anlayışını temsil etmektedir. Günümüzde gerçekleştirilen kültürlerarası psikoloji, sosyoloji ve antropoloji araştırmaları, modern Moğol toplumunun geleneksel göçebe mirasını korurken öte yandan küreselleşme ve modernleşme süreçleriyle uyum sağlayan dinamik bir kültürel yapı geliştirdiğini göstermektedir. Modern Moğol kimliği; bağımsızlık, kültürel miras, ana dil, devlet geleneği ve ulusal birlik gibi ortak değerler üzerine inşa edilmektedir. (Ichinkhorloo, 2025; Minkov vd., 2023; Munkhtseren, 2025).

Munkhtseren (2025) tarafından yürütülen ulusal araştırma, Moğolların en fazla önem verdiği değerlerin sağlık, insan sevgisi, aile refahı ve adalet olduğunu ortaya koymuştur. Üniversite öğrencileri arasında ahlak, terbiye ve eğitimin en öncelikli değerler olduğu belirlenmiş; ayrıca Moğolistan'ın Vision-2050 kalkınma programında geleneksel göçebe kültürün korunarak çağdaş gelişimle bütünleştirilmesinin temel hedeflerden biri olduğu vurgulanmıştır. Moğol toplumunda kültürel süreklilik ile modernleşmenin birbirini dışlayan değil, birbirini tamamlayan süreçler olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

Moğol göçebe uygarlığının temelini ise yos judag (ёс жудаг) olarak adlandırılan etik anlayış oluşturmaktadır. Ichinkhorloo'ya (2025) göre yos judag; dürüstlük, güvenilirlik, adalet, sözünde durma, onur ve karşılıklı saygıyı kapsayan temel bir ahlaki ilkedir. Göçebe yaşam koşullarında bireylerin birbirlerine verdikleri söz kişisel bir vaat olarak değil, toplumsal güvenin temelini oluşturan ahlaki bir yükümlülük olarak görülmektedir. Bu nedenle Moğol kültüründe sözünü tutmak, güvenilir olmak ve adil davranmak bireyin toplumsal saygınlığını belirleyen temel ölçütler arasında yer almaktadır. Naadam Festivali sırasında düzenlenen geleneksel güreş müsabakalarında da hem fiziksel güç hem de onurlu ve dürüst (judagtai) davranış sergilemek büyük önem taşımaktadır. Toplum tarafından saygı gören sporcular sadece başarılı olanlar değil, yanı sıra rakiplerine ve topluma karşı etik davranış gösteren kişiler olarak kabul edilmektedir.

Göçebe yaşam biçimi, hayvanlar, insanlar ve doğa arasında karşılıklı bağımlılığa dayalı bir yaşam anlayışını da beraberinde getirmiştir. Bu nedenle doğaya zarar vermemek, kutsal kabul edilen alanlara saygı göstermek ve çevreyle uyum içinde yaşamak Moğol kültürünün temel etik ilkeleri arasında yer almaktadır. İnsan ile doğanın birlikte var olduğu bu yaşam anlayışı, doğayla uyum içinde yaşamayı teşvik ettiği gibi, kişilerarası ilişkilerde karşılıklı saygı ve toplumsal dayanışmayı da desteklemektedir. Araştırmalar, bu değerlerin günlük yaşamda gerçekleştirilen ritüeller ve sembolik davranışlar aracılığıyla kuşaktan kuşağa aktarıldığını göstermektedir. Ger'e giriş kuralları, misafire iki elle ikramda bulunulması ve ovoo ritüelleri gibi çeşitli geleneksel davranış kalıpları bireylere saygı, nezaket ve toplumsal uyumun sembolik olarak öğretildiği kültürel uygulamalar olarak değerlendirilmektedir (Ichinkhorloo, 2025).

Kültürlerarası psikoloji alanında gerçekleştirilen araştırmalar da Moğol kültürünün psikolojik özelliklerini daha ayrıntılı biçimde ortaya koymaktadır. Minkov vd. (2023) Hofstede'nin kültürel boyutlarını bireysel düzeyde inceleyerek Moğol kültürünün tek boyutlu bir toplulukçuluk anlayışıyla açıklanamayacağını göstermiştir. Araştırma bulgularına göre Moğol toplumunda kültürel yönelimler; cömertlik, özsaygı, kişisel tutarlılık, geleneklere uyum, yakın çevreyi koruma eğilimi ve toplumsal statü arayışı olmak üzere altı temel boyutta örgütlenmektedir. Özellikle göçebe yaşam koşullarının tarihsel olarak karşılıklı yardımlaşmayı ve cömertliği teşvik ettiği; zorlu çevre koşullarının ise bireylerin cesaret, dayanıklılık ve güçlü benlik algısı geliştirmelerine katkı sağladığı belirtilmektedir. Bunun yanında geleneklere ve toplumsal kurallara bağlılık, toplumsal düzenin korunmasında önemli bir kültürel unsur olarak değerlendirilmektedir.

Din ve maneviyat da Moğol kültürünün önemli bileşenlerinden biridir. Budizm, Moğol toplumunun tarihsel kimliğini, kültürel mirasını ve etik değerlerini şekillendiren başlıca kültürel kaynaklardan biridir. Munkhtseren'in (2025) araştırmasına göre Moğol toplumunda din özgürlüğü ve farklı inançlara saygı yaygın biçimde benimsenmektedir. Budist öğretiler, bireyin zihinsel disiplin geliştirmesi, iç huzura ulaşması, merhamet ve hoşgörü gibi değerleri

benimsemesi açısından önemli görülmektedir. Bu durum, Moğol kültüründe maneviyatın bireysel gelişim ile toplumsal uyum arasında köprü görevi üstlendiğini göstermektedir.

Modern Moğol değerler sistemi, geleneksel göçebe kültür ile çağdaş demokratik ve çoğulcu değerlerin bütünleştiği dinamik bir yapı sergilemektedir. Moğol dili, geleneksel kıyafetler, ger, kültürel miras ve ulusal semboller, ulusal kimliğin temel unsurları olmaya devam ederken; yos judag, karşılıklı saygı, dürüstlük, adalet ve toplumsal dayanışma gibi etik ilkeler de Moğol toplumunun sosyal ilişkilerini düzenleyen temel kültürel değerler olarak varlığını sürdürmektedir.

Moğolistan örneklemi, EDUŞ'ın Batı merkezli olmayan kültürel bir bağlamda değerlendirilmesi açısından önem taşımaktadır. Geleneksel Moğol kültürü, tarihsel olarak göçebe yaşam biçimi, aile ve akrabalık bağları, karşılıklı yardımlaşma ve zorlu çevresel koşullara uyum sağlama gerekliliği çerçevesinde şekillenmiştir (Humphrey, 1996). Moğol kültüründe duyguların ifade edilme biçimi geleneksel değerler, toplumsal normlar ve kişilerarası ilişkilere verilen önem tarafından şekillenmektedir. Araştırmalar, Moğolların duygularını açık biçimde ifade etmekten çok duygusal kontrolü, sabrı ve kişilerarası uyumu önemsediklerini göstermektedir. Özellikle duyguların açık biçimde dışa vurulmasından kaçınılması, ilişkilerde saygı ve nezaketin korunması ve toplumsal çıkarların bireysel çıkarlardan üstün tutulması önemli kültürel değerler arasında yer almaktadır (Purev vd., 2025).

Benzer şekilde Moğol kültüründe iletişimin çoğu zaman dolaylı ve örtük biçimde gerçekleştiği, duyguların aşırı biçimde ifade edilmesinin uygun karşılanmadığı ve kişilerarası çatışmaların açık biçimde yaşanmasından kaçınıldığı belirtilmektedir (Purev vd., 2025). Ayrıca "ichih" (utanmak/çekinmek) kavramı, bireyin düşünce ve duygularını doğrudan ifade etmekten kaçınmasını ve alçakgönüllülük normlarına uygun davranmasını ifade eden önemli kültürel özelliklerden biri olarak görülmektedir (Baljir ve Dorjsembe, 2023). Bu özellikler, duygusal deneyimlerin fark edilmesi, ifade edilmesi ve sosyal değerlendirmelerin algılanma biçimi üzerinde etkili olabileceğinden, EDUŞ, duygusal

farkındalık ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin kültürel bağlam içerisinde değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır.

Türk Kültürü ve Değerleri

Türkiye, Asya ile Avrupa arasında yer alan ve tarih boyunca farklı uygarlıkların etkisi altında şekillenen çok katmanlı bir kültürel yapıya sahiptir. Osmanlı mirası ile Cumhuriyet döneminde gerçekleştirilen modernleşme reformlarının birlikte etkisi sonucunda geleneksel değerlerle modern yaşam biçimleri bir arada varlığını sürdürmektedir. Bu nedenle Türk kültürünü yalnızca geleneksel ya da modern, bireyci ya da toplulukçu biçiminde tek bir kategoriyle tanımlamak yeterli değildir. Türkiye'de kentleşme, sanayileşme ve eğitim olanaklarının yaygınlaşması bireysel özerklik ve kişisel tercihlere verilen önemi artırırken aile bağlılığı, toplumsal aidiyet, otoriteye saygı ve karşılıklı sorumluluk gibi geleneksel değerler önemini korumaktadır (Sunar & Fişek, 2005).

Türk toplumunda ekonomik ve yapısal değişikliklerin kültürel değerlerden daha hızlı gerçekleştiği görülmektedir. Toplumsal yapı geleneksel, kırsal, tarımsal ve ataerkil bir özellikten daha kentli, sanayileşmiş ve eşitlikçi bir yapıya doğru dönüşmekle birlikte kişilerarası ilişkiler, aile ilişkileri ve toplumsal cinsiyet rolleriyle ilgili bazı geleneksel normlar devam etmektedir. Dolayısıyla çağdaş Türk toplumu geleneksel ve modern değerlerin aynı anda bulunduğu dinamik ve heterojen bir yapı sergilemektedir (Sunar ve Fişek, 2005).

Aile, ailecilik ve toplulukçuluk: Türk kültürünün temel özelliklerinden biri ailenin bireyin yaşamındaki merkezi konumudur. Aile, bireye ekonomik destek sağlayan, duygusal yakınlık, güvenlik, toplumsal kimlik ve aidiyet sunan temel bir kurumdur. Kentleşme sürecinde çekirdek aile yapısı yaygınlaşmış olsa da yakın akrabalar arasındaki karşılıklı destek, iletişim ve dayanışma büyük ölçüde korunmuştur. Bu nedenle Türk ailesi hane yapısı bakımından çekirdek olsa bile akrabalar arasındaki güçlü ilişkiler nedeniyle işlevsel olarak geniş aile niteliği gösterebilmektedir (Sunar ve Fişek, 2005).

Türk kültürü, kültürlerarası araştırmalarda genel olarak toplulukçu bir kültür olarak değerlendirilmiştir. Toplulukçu yapılarda birey kendisini ait olduğu aile ve sosyal gruplarla

kurduğu ilişkiler üzerinden tanımlamaktadır. Aile sadakati, yakın ilişkilerin korunması, karşılıklı sorumluluk ve bireysel çıkarların gerektiğinde aile yararına göre düzenlenmesi bu yapının önemli özellikleridir. Bununla birlikte yapılan çalışmalar, Türk toplumunun yalnızca toplulukçu olarak tanımlanmasının mevcut kültürel çeşitliliği tam olarak yansıtmadığını göstermektedir. Özellikle kentli ve eğitimli kesimlerde bireyci ve toplulukçu yönelimler aynı anda bulunabilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996, 2005; Sunar ve Fişek, 2005).

Türk kültüründeki toplulukçuluğun önemli boyutlarından biri dikey toplulukçuluktur. Dikey toplulukçuluk, bireyin kendisini grubun bir parçası olarak algılamasının yanında grup içerisindeki hiyerarşiyi kabul etmesini, otorite figürlerine saygı göstermesini ve gerektiğinde kişisel hedeflerini grubun beklentilerine göre düzenlemesini ifade etmektedir. Ayçiçeği-Dinn ve Caldwell-Harris'in (2013) Türkiye'nin farklı bölgelerindeki üniversite öğrencileriyle yürüttükleri araştırma, aileciliğin ve dikey toplulukçuluğun kırsal bölgelerde ve küçük yerleşim alanlarında daha fazla desteklendiğini; büyük kentlerde ise bu eğilimlerin görece azaldığını göstermiştir. Bununla birlikte kentleşmenin toplulukçuluğu tamamen ortadan kaldırmadığı, özellikle aileye yönelik duygusal bağlılığın devam ettiği anlaşılmaktadır (Ayçiçeği-Dinn ve Caldwell-Harris, 2013).

Önder Erol ve Altınoluk Düztaş'ın (2016) Türk üniversite öğrencileri üzerinde yürüttükleri araştırmada da aileci ve bireyci eğilimlerin aile içi ilişkilerde birlikte bulunabildiği belirlenmiştir. Gençler bir taraftan ailelerine bağlılıklarını ve aile içindeki sorumluluklarını sürdürürken diğer taraftan kendi yaşamlarına ilişkin kararları daha bağımsız biçimde vermeye çalışmaktadır. Bu sonuç, Türkiye'de bireyselleşmenin aile bağlarının tamamen zayıflaması biçiminde değil, aile bağlılığı ile kişisel özerkliğin uzlaştırılması şeklinde geliştiğini göstermektedir (Önder Erol ve Altınoluk Düztaş, 2016).

Özerk-ilişkisel benlik: Türk kültüründeki aile bağlılığı ile bireysel özerkliğin bir arada bulunmasını açıklayan temel yaklaşımlardan biri Kağıtçıbaşı'nın geliştirdiği özerk-ilişkisel benlik modelidir. Bu modele göre özerklik ile ilişkisellik birbirinin karşıtı değildir. Özerklik, bireyin kendi kararlarını verebilmesi ve kendi iradesine göre hareket edebilmesiyle; ilişkisellik ise ailesi ve yakın çevresiyle güçlü duygusal bağlar kurmasıyla

ilgilidir. Bu nedenle bir birey ailesine duygusal olarak bağlı kalırken aynı zamanda kendi hedeflerini belirleyen ve kararlarını bağımsız biçimde verebilen özerk bir kişi olabilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996, 2005).

Geleneksel tarım toplumlarında aile üyeleri arasında hem maddi hem de duygusal karşılıklı bağımlılık bulunmaktadır. Kentleşme, eğitim düzeyinin yükselmesi ve ekonomik gelişmeyle birlikte çocukların aileye sağlayacağı maddi katkıya verilen önem azalırken çocukların sevgi, yakınlık ve yaşam anlamı sağlamasıyla ilişkili psikolojik değeri devam etmektedir. Böylece maddi bağımsızlığın arttığı ancak aile üyeleri arasındaki duygusal bağlılığın sürdüğü duygusal karşılıklı bağımlılık modeli ortaya çıkmaktadır. Bu aile yapısı çocukların hem özerk hem de ilişkisel bir benlik geliştirmelerini desteklemektedir (Kağıtçıbaşı, 1996, 2005).

Namus, şeref ve toplumsal itibar: Namus kültüründe bireyin toplum içindeki değeri, kişinin kendisini nasıl gördüğü kadar, ailesi ve içinde bulunduğu sosyal çevre tarafından nasıl değerlendirildiğine de bağlıdır. Bu nedenle kişinin davranışları bireysel bir tercih olarak görülmeyebilmektedir; davranışların ailenin ve yakın çevrenin toplumsal saygınlığını da etkilediği düşünülebilmektedir. Elgin'e (2016) göre Türkiye, yalnızca grup uyumunun değil, kişi ve ailenin toplumsal saygınlığını korumanın da önemli olduğu namus temelli toplulukçuluk özellikleri göstermektedir.

Türkçede birbirine yakın anlamlarda kullanılan şeref, onur ve namus kavramları arasında bazı kültürel farklılıklar bulunmaktadır. Şeref ve onur, kişinin davranışları ve başarıları sonucunda kazandığı, artabilen veya azalabilen toplumsal saygınlıkla ilişkilendirilmektedir. Namus ise kişinin ve ailesinin sahip olduğu, ancak toplumsal ve ahlaki normlara aykırı kabul edilen davranışlar nedeniyle kaybedilebileceği düşünülen kolektif bir değer olarak değerlendirilmektedir. Namus kavramı dürüstlük, ahlak, toplumsal kurallara bağlılık, aile saygınlığı ve geleneksel bağlamlarda kadınların cinsel davranışlarıyla ilişkilendirilebilmektedir (Elgin, 2016). Namusun kişinin hem kendi gözündeki hem de diğer insanların gözündeki değerini kapsaması, namus kültürlerinde sosyal imajın ve başkalarının değerlendirmelerinin önemini artırmaktadır (Elgin, 2016).

Geleneksel Türk aile yapısında namus bireye ait bir özellik olarak görülmemekte, aile üyelerinin davranışlarından etkilenen ortak bir değer olarak değerlendirilmektedir. Özellikle kadınların davranışlarının erkek aile üyelerinin ve bütün ailenin saygınlığıyla ilişkilendirildiği geleneksel bir anlayış bulunmaktadır. Bununla birlikte namus değerinin etkisi Türkiye'nin bütün kesimlerinde aynı düzeyde değildir. Kentleşme, eğitim ve ekonomik bağımsızlığın artmasıyla birlikte kentli ve eğitimli gruplarda kişisel tercih, sevgi, bireysel mutluluk ve özerklik daha fazla önem kazanmakta; geleneksel namus normlarının kişilerarası ilişkiler üzerindeki etkisi görece azalmaktadır (Sunar ve Fişek, 2005).

Sev'er ve Yurdakul (2001), kırsal Türkiye bağlamında namus anlayışının kadınların davranışları ve cinselliği üzerindeki ataerkil denetimle ilişkilendirilebildiğini belirtmektedir. Bazı geleneksel çevrelerde aile namusunun zarar gördüğü düşüncesi ağır şiddetin kültürel olarak gerekçelendirilmesine zemin hazırlayabilmektedir. Ancak bu durum Türk kültürünün tamamına genellenmemeli; belirli kırsal, ataerkil ve sosyoekonomik koşullarla ilişkili ciddi bir toplumsal sorun olarak ele alınmalıdır (Sev'er ve Yurdakul, 2001).

Erkeklik ve toplumsal beklentiler: Geleneksel Türk kültüründe erkeklik; güç, cesaret, dayanıklılık, aileyi koruma, ailenin ekonomik sorumluluğunu üstlenme ve tehdit karşısında geri çekilmeme gibi özelliklerle ilişkilendirilmektedir. Erkekten ailesinin geçimini sağlaması, yakınlarını koruması ve ailesinin toplumsal saygınlığını sürdürmesi beklenmektedir. Bu nedenle erkeklik toplumsal beklentiler doğrultusunda sürekli olarak gösterilmesi ve korunması gereken sosyal bir konum şeklinde değerlendirilebilmektedir (Elgin, 2016; Sunar ve Fişek, 2005).

Elgin'in (2016) Türkiye'de üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada namus, erkeklik ve erkekler arası hakarete tepki verme eğilimlerinin birbiriyle güçlü biçimde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca erkeklik anlayışının namusa verilen değer ile hakarete tepki arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı belirlenmiştir. Kadın katılımcıların namusa verdikleri değerin erkeklerden daha yüksek olduğu; buna karşılık erkek katılımcıların erkeklik ideolojisini ve erkekler arası hakarete tepkiyi daha fazla destekledikleri görülmüştür (Elgin, 2016).

Din, gelenek ve muhafazakâr değerler: Çukur ve arkadaşlarının (2004) gerçekleştirdiği kültürlerarası araştırmada, Türkiye örnekleminde dindarlık düzeyi arttıkça gelenek, toplumsal kurallara uyma, güvenlik ve yardımseverlik gibi toplulukçu değerlere verilen önemin de arttığı görülmüştür. Buna karşılık bireysel haz, bağımsız karar verme ve değişime açıklık gibi bireyci yönelimlerle dindarlık arasında daha zayıf ilişkiler bulunmuştur. Araştırmada ayrıca dindarlığın hem yatay hem de dikey toplulukçulukla ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Toplumsal değişim ve değerlerin dönüşümü: Türkiye'de özellikle 1950'lerden itibaren hızlanan kırsaldan kente göç, sanayileşme, eğitimin yaygınlaşması ve kadınların toplumsal yaşama katılımının artması aile yapısını ve kültürel değerleri önemli ölçüde dönüştürmüştür. Aileler yapısal açıdan küçülmüş, gençlerin ekonomik bağımsızlığı ve kendi yaşamlarına ilişkin kararlara katılımı artmıştır. Bununla birlikte kültürel değerlerdeki dönüşüm yapısal değişiklikler kadar hızlı gerçekleşmemiş; ebeveyn otoritesi, aile onayı, yakın akrabalık bağları ve aile üyelerine karşı sorumluluk önemini korumuştur (Önder Erol ve Altınoluk Düztaş, 2016; Sunar ve Fişek, 2005).

Kentleşme özellikle dikey toplulukçuluk, aile içi hiyerarşi ve grup otoritesine bağlılık gibi değerlerin zayıflamasıyla ilişkilidir. Ancak bu değişim, Batı tipi bağımsız bireyciliğe bütünüyle geçildiği anlamına gelmemektedir. Büyük kentlerde yaşayan ve eğitim düzeyi daha yüksek olan bireyler daha fazla özerklik göstermekle birlikte aileleriyle olan duygusal yakınlıklarını sürdürebilmektedirler (Ayçiçeği-Dinn ve Caldwell-Harris, 2013; Kağıtçıbaşı, 2005).

İlgili araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde Türk kültüründe aile bağlılığı, karşılıklı sorumluluk, toplumsal aidiyet, yakın ilişkilere verilen önem, otorite figürlerine saygı, toplumsal düzen, gelenek, namus ve sosyal itibar gibi değerlerin belirgin olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kentleşme, eğitim ve modernleşme süreçleri kişisel özerklik, eşitlik, bireysel başarı ve kişinin kendi yaşamına ilişkin karar verme eğilimlerini güçlendirmektedir. Dolayısıyla çağdaş Türk kültürü, geleneksel toplulukçuluk ile bireysel özerkliğin birbirini tamamen dışlamadığı; aileye duygusal bağlılık ile bireysel karar verme

isteğinin birlikte bulunduğu özerk-ilişkisel bir kültürel yapı olarak değerlendirilebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996, 2005; Önder Erol ve Altınoluk Düztaş, 2016; Sunar ve Fişek, 2005).

Bu kültürel özellikler sosyal kaygı, duygusal farkındalık ve erken dönem uyumsuz şemaların kültürel bağlamda değerlendirilmesi açısından önemlidir. Türk toplumunda aile üyeleri arasındaki duygusal yakınlık, karşılıklı destek ve bağlılık güçlü biçimde teşvik edilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996). Bu durum bireyin aidiyet ve güvenlik ihtiyaçlarının karşılanmasında önemli bir işlev görmekle birlikte, sosyal kabul ve başkalarının değerlendirmelerine verilen önemin de artmasına neden olabilmektedir. Özellikle aile ve yakın çevrenin beklentileri, bireyin kendisini değerlendirme biçimini etkileyebilmekte ve sosyal ilişkilerde kabul görme isteğini güçlendirebilmektedir.

Türk kültüründe duyguların ifade edilmesi genel olarak mümkün olmakla birlikte, bu ifadenin kime, hangi ortamda ve hangi sosyal ilişki içinde gerçekleştiği önem taşımaktadır. Duygu ifade kuralları yaklaşımına göre bireyler duygularını sosyal bağlama uygun biçimde düzenlemekte; bazı durumlarda duygularını açıkça ifade ederken, bazı durumlarda ilişkileri korumak, saygıyı sürdürmek veya çatışmadan kaçınmak amacıyla duygusal tepkilerini kontrol edebilmektedirler (Boratav, 2011). Bu bağlamda Türk kültüründe duygusal ifade ve duygusal kontrolün karşıt süreçler olmaktan çok, sosyal bağlama göre birlikte işleyen süreçler olduğu söylenebilmektedir.

İlgili Araştırmalar

EDUŞ, sosyal kaygı ve duygusal farkındalık değişkenlerini birlikte ele alan kültürlerarası araştırmalar incelendiğinde, bu dört değişken arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Öte yandan, duygusal farkındalık değişkenini doğrudan ele alan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Mevcut araştırmaların daha çok aleksitimi, duygu düzenleme güçlüğü, duygusal zekâ, bilinçli farkındalık ve öz-şefkat gibi duygusal süreçler üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu nedenle öncelikle mevcut araştırmaya en yakın olduğu düşünülen, üç değişkeni birlikte inceleyen çalışmalar ele alınmıştır.

Mevcut Araştırmaya En Yakın Çalışmalar.

EDUŞ, sosyal kaygı ve duygusal süreçlerle ilgili araştırmaları.

Hosseini vd. (2014) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile duygu düzenleme güçlüklerinin kaygı düzeylerini yordamadaki rolü incelenmiştir. Araştırma İran'daki 200 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre kaygıyı yordayan en önemli EDUŞ'ın Tehlikelere Karşı Dayanıksızlık ve Terk Edilme şemaları olduğu belirlenmiştir. Duygu düzenleme güçlükleri açısından değerlendirildiğinde ise sınırlı duygu düzenleme stratejileri ve dürtü kontrol güçlüğü değişkenlerinin kaygıyı anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Karjouh vd. (2022) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, ebeveyn tutumları, EDUŞ, aleksitimi ve kaygı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Fas'ın Rabat kentindeki bağımlılık tedavi merkezinde yürütülmüş, 451 psikoaktif madde kullanıcısı çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda aleksitimik bireylerin tüm erken dönem uyumsuz şema alanlarında daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca EDUŞ ile aleksitimi ve kaygı arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur. Özellikle toplam erken dönem uyumsuz şema düzeyi arttıkça aleksitimi düzeyinin de arttığı, Kopukluk/Reddedilme şema alanının ise aleksitimi ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Zadfallah vd. (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide bilişsel duygu düzenlemenin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma, İran'daki 367 kadın üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda EDUŞ ile sosyal kaygı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Ayrıca bilişsel duygu düzenlemenin bu ilişkide anlamlı bir aracı role sahip olduğu belirlenmiştir.

Bu araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, EDUŞ'ın sosyal kaygı ve kaygı belirtileriyle anlamlı düzeyde ilişkili olduğu; duygusal süreçlerin ise bu ilişkinin açıklanmasında aracı ve açıklayıcı bir mekanizma olarak işlev gördüğü anlaşılmaktadır.

EDUŞ, sosyal kaygı ve kültürel farklılıklar arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar.

Rada, (2018) tarafından gerçekleştirilen yüksek lisans tezinde, EDUŞ ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki Türkiye ve Belçika örneklemleri üzerinden kültürlerarası açıdan incelenmiştir. Araştırma Türkiye'den 166, Belçika'dan 153 olmak üzere toplam 319 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda EDUŞ ile sosyal kaygı arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler bulunduğu belirlenmiştir. Özellikle Terk Edilme, Kusurluluk/Utanç, Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma, Başarısızlık ve Onay Arayıcılık şemalarının sosyal kaygı düzeyiyle daha güçlü ilişkili olduğu saptanmıştır.

Ayrıca kültürel farklılıkların şemaların görünümü üzerinde etkili olduğu da belirtilmiştir Türk örnekleminde özellikle onay arayıcılık, kendini feda, boyun eğicilik, kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon/yabancılaşma gibi şemaların daha belirgin olduğu ifade edilmiştir. Belçika örnekleminde ise bağımlılık/yetersizlik, başarısızlık ve iç içe geçme/gelişmemiş benlik şemaların farklı biçimde ortaya çıktığı belirtilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda sosyal kaygı ile EDUŞ arasındaki ilişkinin kültürler arasında genel olarak benzerlik gösterdiğini; ancak hangi şemaların daha baskın şekilde ortaya çıktığının kültürel bağlama göre değişebileceğini ifade etmişlerdir. Araştırmacı, Türk kültürünün daha kolektivist özellikler göstermesi nedeniyle kişilerarası değerlendirme ve sosyal onay ile ilişkili şemaların daha görünür olabileceğini; Belçika gibi daha bireyci kültürlerde ise özerklik ve bireysel yeterlilikle ilişkili şemaların farklılaşabileceğini vurgulamıştır (Rada, 2018).

Borges vd. (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ'ın ergenlerde kültürlerarası geçerliliği Portekiz ve Brezilya örneklemleri üzerinden incelenmiştir. Araştırmaya 1013 ergen katılmıştır. Araştırma sonucunda EDUŞ'ın kaygıyla anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Kültürel farklılıklar açısından Brezilyalı ergenlerde Kendini Feda, Onay Arayıcılık ve Yüksek Standartlar şemalarının; Portekizli ergenlerde ise Bağımlılık/Yetersizlik, Cezalandırıcılık ve Kusurluluk/Utanç şemalarının daha belirgin olduğu saptanmıştır (Borges vd., 2020).

Bu araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin farklı kültürel örneklemlerde tutarlı biçimde ortaya çıktığı görülmektedir. Bununla birlikte, kültürler arasında şemaların ortaya çıkış biçimi ve baskınlık düzeylerinde farklılıklar bulunduğu

görülmektedir. Bu ilişkinin daha ayrıntılı anlaşılabilmesi amacıyla aşağıda EDUŞ ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen araştırmalara yer verilmiştir.

EDUŞ, sosyal kaygı arasındaki ilişkileri inceleyen önemli çalışmaları.

Pinto-Gouveia vd. (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, sosyal fobi tanısı almış bireylerde EDUŞ'ın yapısı incelenmiş ve bu yapı diğer kaygı bozuklukları ile sağlıklı kontrol grubuyla karşılaştırılmıştır. Araştırma sosyal fobi tanısı almış 62 birey, diğer kaygı bozukluklarına sahip 41 birey ve 55 sağlıklı katılımcı olmak üzere toplam 158 kişi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda sosyal fobi grubunun, özellikle Kopukluk/Reddedilme şema alanında yer alan Duygusal Yoksunluk, Güvensizlik/İstismar, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk/Utanç ve Boyun eğicilik şemalarında diğer kaygı bozukluğu grubu ve sağlıklı kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir. Ayrıca regresyon analizi sonucunda Güvensizlik/İstismar, Kusurluluk/Utanç, Duygusal Yoksunluk ve Yüksek Standartlar şemalarının sosyal ortamlarda hissedilen kaygı ile olumsuz değerlendirilme korkusunu anlamlı biçimde yordadığı bulunmuştur.

González Díez vd. (2012) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide başa çıkma stillerinin düzenleyici rolü incelenmiştir. Araştırma İspanya'da 539 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda sosyal kaygının Boyun Eğicilik, Karamsarlık, Duygusal Bastırma, Terk Edilme, İç İçe Geçme ve Kendini Feda Etme şemalarıyla pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur.

Calvete vd. (2013) EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide kaygılı otomatik düşüncelerin aracı rolünü incelemiştir. İspanya'da 1052 ergenle gerçekleştirilen boylamsal araştırma sonucunda, özellikle kopukluk/reddedilme ve diğerleri Yönelimlilik şema alanlarının sosyal kaygıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca başkalarının olumsuz değerlendirmesine yönelik otomatik düşüncelerin sosyal kaygıyı anlamlı biçimde yordadığı bulunmuştur.

Calvete vd. (2014) tarafından gerçekleştirilen boylamsal araştırmada, duygusal istismar, EDUŞ ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma İspanya'da 1052 ergen ile üç zaman noktasında ve altı ay arayla yürütülmüştür. Araştırma sonucunda,

özellikle akran kaynaklı duygusal istismar ve zorbalığın EDUŞ'ı anlamlı biçimde yordadığı, şemaların ise sosyal kaygı belirtilerini artırdığı belirlenmiştir. Özellikle Diğerleri Yönelimlilik şema alanının sosyal kaygı ile güçlü ilişkili olduğu bulunmuştur.

Shojaati (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, duygusal istismar, EDUŞ ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İran'da 210 çocuk ile yürütülen araştırma sonucunda, çocukluk dönemindeki duygusal istismarın EDUŞ aracılığıyla sosyal kaygının gelişiminde önemli rol oynadığını göstermektedir. Özellikle kopukluk/reddedilme, zedelenmiş özerklik ve diğerleri yönelimlilik şema alanlarının sosyal kaygıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Poorabed ve Bahrami (2022) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile sporcuların sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkide fiziksel benlik algısının aracı rolü incelenmiştir. Araştırma İran'da 280 sporcu ile yürütülen araştırma sonucunda tüm şema alanlarının sosyal kaygıyla pozitif ve anlamlı ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bintaş-Zörer ve Dirik (2023) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, bağlanma örüntüleri ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şema alanları ve reddedilme duyarlılığının aracı rolleri incelenmiştir. Araştırma Türkiye'de 557 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda sosyal kaygının Kopukluk/Reddedilme, Zedelenmiş Özerklik, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma/Baskılama şema alanları ile pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca güvensiz bağlanma örüntülerinin sosyal kaygıyı doğrudan değil, erken dönem uyumsuz şema alanları ve reddedilme duyarlılığı aracılığıyla etkilediği belirlenmiştir. Özellikle Zedelenmiş Özerklik şema alanı ile reddedilme duyarlılığının, olumsuz benlik modeli ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide anlamlı aracı role sahip olduğu saptanmıştır. Bunun yanı sıra Zedelenmiş Özerklik, Zedelenmiş Sınırlar ve Aşırı Tetikte Olma/Baskılama şema alanlarının, olumsuz benlik modeli ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı bulunmuştur.

Aydoğdu ve Yılmaz (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ'ın sosyal kaygı belirtilerini yordama düzeyi ile bilinçli farkındalık ve öz-şefkatin bu ilişkideki aracı rolleri incelenmiştir. Araştırma Türkiye'de 440 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma

sonucunda Kopukluk/Reddedilme, Zedelenmiş Özerklik ve Aşırı Tetikte Olma/Baskılama şema alanları ile şemasının sosyal kaygıyı pozitif ve anlamlı biçimde yordadığı belirlenmiştir. Ayrıca bilinçli farkındalık düzeyinin bu şema alanları ve şema ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide aracı rol üstlendiği bulunmuştur. Öz-şefkatin ise özellikle Zedelenmiş Özerklik şema alanı ve Yüksek Standartlar şeması ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı saptanmıştır. Bulgular, EDUŞ'ın sosyal kaygının gelişiminde önemli bilişsel yapılar olduğunu ve bilinçli farkındalık ile öz-şefkatin sosyal kaygıya karşı koruyucu psikolojik mekanizmalar olabileceğini göstermektedir.

Ekici vd. (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, sosyal kaygı bozukluğu alt türleri ile EDUŞ arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma; performans odaklı sosyal kaygı bozukluğu, yaygın/belirtilmemiş sosyal kaygı bozukluğu ve klinik olmayan örneklem olmak üzere üç grup üzerinde toplam 275 katılımcı katılmıştır. Araştırma sonucunda, sosyal kaygı bozukluğu bulunan bireylerin erken dönem uyumsuz şema düzeylerinin klinik olmayan örnekleme göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Özellikle kopukluk/reddedilme ve zedelenmiş özerklik şema alanlarının sosyal kaygı belirtileriyle güçlü ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca yaygın sosyal kaygı bozukluğunda tüm şema alanlarının sosyal kaygı şiddetiyle ilişkili olduğu, performans odaklı sosyal kaygıda ise özellikle kopukluk/reddedilme şema alanının belirleyici olduğu saptanmıştır.

Jamshidi vd. (2024) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ'ın sosyal kaygıyı yordama düzeyi incelenmiştir. Araştırma İran'daki 197 öğrenci üzerinden gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda EDUŞ'ın sosyal kaygıdaki varyansın %25'ini açıkladığı belirlenmiştir. Özellikle Kopukluk/Reddedilme şema alanının sosyal kaygıyı en güçlü biçimde yordadığı, Zedelenmiş Özerklik/Performans şema alanının ise ikinci güçlü yordayıcı olduğu bulunmuştur. Araştırmacılar reddedilme beklentisi, yetersizlik algısı ve sosyal izolasyon temelli şemaların sosyal kaygıyı artırabileceğini vurgulamışlardır.

Bu araştırmaları genel olarak değerlendirildiğinde, EDUŞ'ın sosyal kaygı ile güçlü ve tutarlı biçimde ilişkili olduğu görülmektedir. Özellikle kopukluk/reddedilme ve zedelenmiş özerklik şema alanlarının sosyal kaygıyı en güçlü biçimde yordayan yapılar arasında yer

aldığı birçok araştırmada ortak olarak vurgulanmıştır. Bununla birlikte, son yıllarda araştırmacılar EDUŞ'ın sosyal kaygı ile sınırlı kalmayıp, bireyin duygusal işleyişini yansıtan çeşitli süreçlerle de ilişkili olabileceğini ileri sürmektedirler. Bu doğrultuda aşağıda EDUŞ ile aleksitimi, duygu düzenleme güçlükleri ve duygusal zekâ gibi duygusal süreçler arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara yer verilmiştir.

EDUŞ ile duygusal süreçler (aleksitimi, duygusal zekâ, duygu düzenleme güçlük) arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaları.

Saariaho vd. (2015) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, aleksitimi ile EDUŞ arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma Finlandiya'daki altı farklı ağrı kliniğine ilk kez başvuran toplam 271 kronik ağrı hastası üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre aleksitimik kronik ağrı hastaları, aleksitimik olmayan hastalara kıyasla neredeyse tüm EDUŞ'da anlamlı düzeyde daha yüksek puan almışlardır. Aleksitimi ile en güçlü ilişkilerin kopukluk/reddedilme şema alan ve duygusal bastırma şeması olduğunu belirlenmiştir.

Abdolmohammadi vd. (2016) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, aleksitimi ile EDUŞ arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma İran'da 200 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre tüm şema alanlarının aleksitimi ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Özellikle zedelenmiş özerklik/performans ile aşırı tetikte olma/bastırılmışlık şema alanlarının aleksitiminin anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Mc Donnell vd. (2018) tarafından EDUŞ, duygu düzenleme güçlükleri, başa çıkma stratejileri ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma, opioid substitüsyon tedavisi alan 52 opioid bağımlısı çoklu madde kullanıcısı ile 70 sağlıklı bireyden oluşan karşılaştırma grubu üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre opioid bağımlısı çoklu madde kullanıcılarının Tehdit Karşısında Dayanıksızlık, Güvensizlik/İstismar, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç, Boyun Eğicilik ve Karamsarlık şemalarında sağlıklı karşılaştırma grubuna göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Opioid bağımlısı grubun duygu düzenleme güçlüklerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tehdit Karşısında Dayanıksızlık ve Yüksek

Standartlar şemalarının duygu düzenleme güçlüklerinin en güçlü yordayıcıları olduğu belirlenmiştir.

Sade ve Zabihi (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile başa çıkma stilleri arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracı rolü incelenmiştir. Araştırma, İran'daki 380 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda duygusal zekânın, EDUŞ ile başa çıkma stilleri arasındaki ilişkide aracı rol üstlendiği ortaya konmuştur. EDUŞ öğrencilerin duygusal zekâ düzeyini anlamlı ve negatif yönde yordamaktadır.

Yakın vd. (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile psikopatolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlükleri ile öz-şefkatin aracı rolleri incelenmiştir. Araştırma Türkiye'de 296 yetişkin yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre duygu düzenleme güçlüklerinin, EDUŞ ile psikopatolojik belirtiler arasındaki ilişkide anlamlı aracı rol üstlendiği bulunmuştur.

Faustino ve Vasco (2020) tarafından duygusal işleme güçlükleri, EDUŞ ve psikolojik ihtiyaçların düzenlenmesi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Portekiz'de çeşitli psikiyatrik tanılara sahip 66 klinik katılımcı üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre duygusal işleme güçlükleri ile EDUŞ arasında güçlü ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. EDUŞ ile duygusal işleme güçlüklerinin birlikte yoğun duygusal sıkıntıya yol açtığını ve bireyin duygusal yaşantılarını tanımlama, ayırt etme ve bütünleştirme becerilerini olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Özellikle Terk edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon gibi şemaların duygusal işleme süreçlerinde bozulmalara yol açarak psikolojik ihtiyaçların sağlıklı biçimde düzenlenmesini güçleştirdiği ifade edilmiştir.

Ke ve Barlas (2020) tarafından gerçekleştirilen EDUŞ, özellik duygusal zekâ ve başa çıkma stilleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Singapur'da142 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüş ve araştırma sonucunda duygusal zekâ düzeyi ile EDUŞ arasında güçlü ve negatif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır.

Nicol vd. (2022) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ ile kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma, Avustralya'da 16–25 yaş aralığındaki 404 genç birey üzerinde yürütülmüştür.

Araştırmada özellikle Terk Edilme/İstikrarsızlık ve Kusurluluk/Utanç şemalarına odaklanılmıştır ve bulgularına göre EDUŞ ile duygu düzenleme güçlükleri arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Duygu düzenleme güçlüklerinin EDUŞ ile kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkide aracı rol üstlenmesidir.

Farahi vd. (2023) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, EDUŞ, aleksitimi, duygusal zekâ ve bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Tahran'daki Taleghani Hastanesi'nin psikosomatik bölümüne başvuran 360 somatik semptom bozukluğu tanılı birey üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda EDUŞ ve aleksitimi arttıkça olumlu duygu düzenleme stratejilerinin azaldığı, olumsuz duygu düzenleme stratejilerinin ise arttığı saptanmıştır.

Pilkington vd. (2024) tarafından gerçekleştirilen sistematik derleme ve meta-analiz çalışmasında, EDUŞ ile duygu düzenleme güçlükleri ve aleksitimi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada 2008–2022 yılları arasında yayımlanan 19 çalışma değerlendirilmiş ve toplam 5,957 katılımcının verileri analiz edilmiştir. Meta-analiz bulgularına göre duygu düzenleme güçlüklerinin tüm EDUŞ ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Özellikle olumsuzluk/karamsarlık ve kusurluluk/utanç şemalarının duygu düzenleme güçlükleriyle en güçlü ilişkileri gösterdiği belirlenmiştir. şema alanları düzeyinde ise kopukluk/reddedilme, zedelenmiş özerklik/performans ve aşırı tetikte olma/bastırılmışlık alanlarının duygusal güçlüklerle en yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Aleksitiminin özellikle duygusal baskılama ve olumsuzluk/karamsarlık şemalarıyla güçlü düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Kısaca EDUŞ'ın duygu düzenleme güçlükleri ve aleksitimi ile tutarlı biçimde ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Bu araştırmaların genel bulguları birlikte değerlendirildiğinde, EDUŞ'ın duygu düzenleme, aleksitimi ve duygusal zekâ gibi duygusal süreçlerle yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Özellikle EDUŞ'ın artmasının bireylerin duygularını tanıma, anlama, ifade etme ve düzenleme becerilerini olumsuz etkilediği; buna karşılık aleksitimi ve duygu düzenleme güçlüklerini artırdığı birçok araştırmada ortak biçimde ortaya konmuştur. Özellikle kopukluk/reddedilme, zedelenmiş özerklik/performans ve aşırı tetikte

olma/bastırılmışlık şema alanlarının duygusal güçlüklerle en güçlü ilişkileri gösterdiği belirlenmiştir. EDUŞ ile duygusal süreçler arasındaki ilişkileri ortaya koyan bu bulgular, duygusal işleyişin sosyal kaygının anlaşılmasında da önemli bir yere sahip olabileceğini düşündürmektedir. Bu noktada, aşağıda duygusal süreçler ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar ele alınmıştır.

Duygusal süreçler ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaları.

Edel vd. (2010) tarafından dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan yetişkinlerde aleksitimi, duygu işleme süreçleri ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma Almanya'da Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış 73 yetişkin birey üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda Sosyal kaygı düzeylerinin duyguları tanımlama güçlüğü, duyguları ifade etme güçlüğü ve duygusal karmaşa yaşama ile pozitif yönde ilişkili olduğu; kişinin kendi duygularını kabul etme düzeyi ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bireyin kendi duygularını tanıma, kabul etme, düzenleme ve ifade etme becerilerindeki yetersizliklerin sosyal kaygının gelişimi ve sürdürülmesinde önemli rol oynayabileceğini belirtmişlerdir.

Uslu ve Gizir (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, duygusal farkındalığın sosyal kaygı üzerindeki yordayıcı rolü incelenmiştir. Araştırma, Türkiye'de öğrenim gören 801 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda duygusal netlik ve duygusal onarımın sosyal kaygıyı anlamlı ve negatif yönde yordadığı belirlenmiştir. Araştırmacılar, duygularını anlamakta ve düzenlemekte güçlük yaşayan bireylerin sosyal durumları daha tehdit edici algılayabildiklerini ve bu nedenle daha yüksek düzeyde sosyal kaygı yaşayabildiklerini belirtmişlerdir.

Packard vd. (2022) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, bilinçli farkındalık, sosyal kaygı ve problemli sosyal ağ kullanımı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonucunda bilinçli farkındalık ile sosyal kaygı arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Buna göre, bilinçli farkındalık düzeyi düşük olan bireylerin daha yüksek düzeyde sosyal kaygı belirtileri gösterdikleri saptanmıştır. Buna karşılık bilinçli

farkındalık düzeyindeki yetersizliklerin kaygı belirtilerinin artmasına ve sosyal durumların daha tehdit edici algılanmasına yol açabileceği ifade edilmiştir.

Tsarpalis-Fragkoulidis vd. (2025) tarafından gerçekleştirilen sosyal kaygı ile duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiler günlük yaşam bağlamında incelenmiştir. Araştırma Avusturya ve Almanya'da yaşayan 47 ergen ile yürütülmüş ve katılımcılardan 14 gün boyunca günde dört kez veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda depresif belirtilerin etkisi kontrol altına alındıktan sonra da sosyal kaygının duygu düzenleme süreçleri üzerindeki etkisinin devam ettiği bulunmuştur. Bu durum, duygu düzenleme güçlüklerinin doğrudan sosyal kaygı ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bu araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, duygusal süreçler ile sosyal kaygı arasında anlamlı ve tutarlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Aleksitimi, duygu düzenleme güçlükleri, duygusal farkındalık ve bilinçli farkındalık gibi farklı duygusal süreçlerin sosyal kaygı ile yakından ilişkili olduğu birçok araştırmada ortaya konmuştur. Özellikle bireylerin duygularını tanıma, anlama, kabul etme, ifade etme ve düzenleme becerilerindeki yetersizliklerin sosyal kaygı düzeylerinin artmasıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ancak EDUŞ, duygusal süreçler ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin farklı kültürel bağlamlarda nasıl şekillendiği sorusu önemini korumaktadır. Bu nedenle sonraki bölümde EDUŞ'a yönelik kültürlerarası araştırmalar ele alınmıştır.

EDUŞ'a yönelik kültürlerarası çalışmalar.

Moghaddam ve Jomehri (2016) tarafından gerçekleştirilen kültürlerarası araştırmada, İranlı ve Alman üniversite öğrencilerinin EDUŞı, psikolojik sağlamlık ve yaşam kalitesi düzeyleri karşılaştırılmıştır. Araştırma, İran'dan 100 ve Almanya'dan 100 olmak üzere toplam 200 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda İranlı ve Alman öğrencilerin EDUŞ'ı arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu belirlenmiştir. Özellikle terk edilme, bağımlılık/yetersizlik, boyun eğicilik, duygusal bastırma, yüksek standartlar, yetersiz özdenetim, haklılık ve başarısızlık şemalarında kültürlerarası farklılıkların daha belirgin olduğu görülmüştür. Ayrıca İranlı öğrencilerin toplam erken dönem uyumsuz şema puanlarının Alman öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yu vd. (2026) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, bağlanma stilleri ile EDUŞ arasındaki ilişkiler kültürel ve ırksal bağlam çerçevesinde incelenmiştir. Araştırma Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan 144 yetişkin birey üzerinde yürütülmüş ve katılımcılar Beyaz ve Beyaz olmayan grupları şeklinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda kültürel ve ırksal farklılıkların şema örüntüleri üzerinde etkili olduğu da görülmüştür. Beyaz katılımcılarda Kusurluluk/Utanç, Başarısızlık, Tehdit karşısında Dayanıksızlık ve Cezalandırıcılık şemalarıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Buna karşın Beyaz olmayan katılımcılarda Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma ve Duygusal Bastırma şemalarıyla daha güçlü ilişkiler gösterdiği bulunmuştur.

Genel olarak değerlendirildiğinde, kültürlerarası araştırmalar EDUŞ'ın farklı kültürel bağlamlarda benzer yapılar göstermekle birlikte, kültüre göre farklılaşabileceğini ortaya koymaktadır.

Literatürün değerlendirilmesi ve araştırma boşluğu.

Literatürde EDUŞ, sosyal kaygı, duygusal farkındalık ve kültürel bağlam değişkenlerini aynı araştırma modeli içerisinde ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca, EDUŞ, sosyal kaygı ve duygusal farkındalık değişkenlerini doğrudan birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Mevcut araştırmalar, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide duygusal süreçlerin önemine işaret etse de duygusal farkındalığın etkisi kontrol altına alındığında bu ilişkinin yapısının nasıl şekillendiği henüz yeterince açıklığa kavuşturulmamıştır. Bireyin kendi duygularını fark etme ve adlandırma kapasitesi olarak duygusal farkındalık hem EDUŞ'ın duygusal içeriğinin işlenmesinde hem de sosyal kaygının ortaya çıkışında belirleyici bir rol üstlendiğinden, bu değişken hesaba katılmadığında şemalar ile sosyal kaygı arasında gözlenen ilişkinin gerçekte duygusal farkındalıktaki yetersizlikten kaynaklanıp kaynaklanmadığı ayırt edilememektedir. Dolayısıyla duygusal farkındalığın araştırmaya dahil edilmesi, bu ilişkinin gerçek yapısını ortaya koyabilmek için yöntemsel bir zorunluluk hâline gelmektedir. Bu durum, alanyazında önemli bir araştırma boşluğuna işaret etmektedir.

Literatürde erken dönem uyumsuz şema kavramı ve bu kavramı ölçmeye yönelik araçlar Moğolistan alanyazını açısından oldukça yeni olup, ulaşılabilen literatürde EDUŞ'ı konu alan herhangi bir ampirik araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma kapsamında YŞÖ-KF-3'ün Moğol örneklemine uyarlanması ve ilk kez uygulanması da dikkate alındığında, EDUŞ, duygusal farkındalık ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin Moğolistan örnekleminde incelenmesinin alanyazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu durum, söz konusu değişkenlerin kültürlerarası bağlamda ele alınmasına yönelik önemli bir araştırma boşluğuna işaret etmektedir.

Bu nedenle bu çalışmada, Türkiye ve Moğolistan'daki üniversite öğrencileri örnekleminde, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide duygusal farkındalığın durumsal rolü incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu araştırma, kültürel farklılıkların psikolojik yapılardaki etkisini ortaya koyarken, aynı zamanda psikolojik müdahale süreçlerinde kültürel uyarlamaların önemine de ışık tutacaktır.

Bölüm 3

Yöntem

Bu bölümde, araştırmada hangi ölçekleri kullanıldığı, ölçeklerin Moğolcaya uyarlama sürecinin nasıl gerçekleştirildiği, örneklemin nereden ve nasıl toplandığı, kaç katılımcının dahil edildiği ve hangi analizlerin yapıldığına ilişkin bilgiler sunulmaktadır.

Araştırma modeli

Bu nicel araştırma iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde ölçme araçlarının Moğol diline uyarlanması sürecine yer verilmiş; Moğol ve Türk örneklemlerinden elde edilen veriler üzerinden geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yürütülmüş, çapraz geçerlik analizleri de bu kapsamda gerçekleştirilmiştir. İkinci bölümde ise cinsiyet ve duygusal farkındalığın etkileri kontrol altına alınarak EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiler kısmi kanonik korelasyon analizi (KKKA) aracılığıyla sınanmıştır.

Araştırmanın yöntemsel çerçevesi, değişkenler arasındaki ilişkilerin nesnel ölçüm araçları ve istatistiksel analizler yoluyla incelenmesine dayanan nicel araştırma yaklaşımı temelinde yapılandırılmıştır. Nicel araştırma, gözlemlenebilir olgular üzerinde sistematik ölçüme dayanan ve pozitivist paradigma doğrultusunda şekillenen bir yaklaşımdır. Araştırmacının öznel yorumunu süreçten mümkün olduğunca dışlar; anket, test ve gözlem formu gibi standartlaştırılmış araçlarla toplanan veriler istatistiksel yöntemlerle çözümlenir. Temel amaç, önceden belirlenen varsayımları sınamak ve tekrar edilebilir, tarafsız bulgular üretmektir (Garip, 2023).

Araştırmanın birinci bölümünde, ölçme araçlarının kültürler arası kullanılabilirliğini sağlamak amacıyla Duygusal Farkındalık Ölçeği, SKÖ-E ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçeği'nin Moğol dili ve kültürüne uyarlama çalışmaları yürütülmüştür. Uyarlama sürecinde ileri-geri çeviri yöntemi uygulanmış, dil ve kapsam geçerliği uzman görüşleri aracılığıyla değerlendirilmiştir. Moğol ve Türk örneklemlerinden elde edilen veriler üzerinden yapı

geçerliği ve güvenirlik analizleri yürütülmüş; çapraz geçerlik analizleri ile ölçeklerin her iki kültürel bağlamda benzer psikometrik özellikler sergileyip sergilemediği sınanmıştır.

Psikometrik nitelikleri belirlenen bu ölçme araçlarıyla toplanan veriler, araştırmanın ikinci bölümünde ilişkisel tarama modeli çerçevesinde çözümlenmiştir. İlişkisel tarama modeli, değişkenlere kasıtlı bir müdahalede bulunulmaksızın iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını, gücünü ve yönünü istatistiksel olarak belirlemeyi amaçlayan deneysel olmayan bir araştırma desenidir (Mahalakshmi vd., 2023). Bu desen, nedensellik iddiasında bulunmak yerine değişkenlerin birlikte nasıl değiştiğini ortaya koymaya odaklanır. Söz konusu çerçevede EDUŞ, sosyal kaygı ve duygusal farkındalık değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiş; cinsiyet ve duygusal farkındalığın etkileri ise kontrol değişkeni olarak analize dahil edilmiştir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma, rastgele örnekleme yöntemiyle yürütülmüş olup Moğolistan'ın farklı şehirlerindeki üniversitelerde öğrenim gören 18-56 yaş arası 304 kadın ve 166 erkekten oluşan 470 üniversite öğrencisi ile Türkiye'nin Ankara şehrindeki üniversitelerde öğrenim gören 18-50 yaş arası 250 kadın ve 72 erkekten oluşan 322, toplam 792 öğrenci gönüllü olarak araştırmaya katılmıştır. Katılımcılar farklı fakülte ve sınıf düzeylerinden öğrencilerden oluşmaktadır. Moğol örnekleminde hukuk ve eğitim alanları ağırlıklı olarak temsil edilirken, Türk örnekleminde eğitim alanındaki öğrenciler çoğunluğu oluşturmaktadır. Sınıf düzeyleri incelendiğinde, Moğol örnekleminde lisans birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin, Türk örnekleminde ise lisans dördüncü sınıf öğrencilerinin daha yüksek oranda yer aldığı görülmektedir. Her iki örneklemde de yüksek lisans ve doktora öğrencileri daha düşük oranlarda temsil edilmiştir.

Verilerin toplanması

Araştırma verileri, Türkiye ve Moğolistan örneklemlerinden 04.11.2025–31.03.2026 tarihleri arasında toplanmıştır. Türkiye örneklemine ait veriler, Ankara ilinde bulunan üç

devlet ve vakıf üniversitesinde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinden elde edilmiştir. Moğolistan örneklemine ait veriler ise Ulaanbaatar, Darkhan ve Khovd bölgelerinde üniversite eğitimine aktif olarak devam eden öğrencilerden toplanmıştır. Veri toplama süreci her iki ülkede eş zamanlı olarak yürütülmüş ve yaklaşık beş aylık bir süre içerisinde tamamlanmıştır.

Veriler çevrimiçi (Google Form) ve yüz yüze toplama yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Ölçme araçları dijital ortama aktarılmış ve katılımcılara çevrimiçi form platformu aracılığıyla ulaştırılmıştır. Katılımcılar araştırma bağlantısını mobil telefon, tablet veya bilgisayar aracılığıyla doldurmuşlardır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının tamamlanma süresi ortalama 25–30 dakika arasında değişmiştir. Katılımcıların gönüllü katılımını artırmak amacıyla araştırmaya katılan öğrenciler arasında çekiliş düzenlenmiş, bireysel test sonuçları paylaşılmış ve bazı durumlarda akademik puan gibi teşvik yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın duyurulması ve veri toplama sürecinin desteklenmesi amacıyla tanıtım videoları ve broşürler hazırlanarak sosyal medya üzerinden paylaşılmış, üniversite çevresi ile kütüphanelerde dağıtılmıştır.

Veri toplama sürecinden önce katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı, gönüllülük esasları, verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve kişisel bilgilerin gizli tutulacağı konusunda bilgilendirme yapılmıştır. Katılımcılardan çevrimiçi bilgilendirilmiş onam formu aracılığıyla onay alınmıştır. Tüm veriler anonim olarak toplanmış ve gizlilik ilkesi doğrultusunda korunmuştur.

Araştırma başlamadan önce gerekli etik kurul izni alınmıştır. Çalışma, ilgili kurumun araştırma etik kurulu tarafından değerlendirilmiş ve etik açıdan uygun bulunmuştur. Etik kurul onayı Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Komisyonundan 17.09.2025 tarihinde E-51944218-050-00004483898 sayılı kararla alınmıştır. Araştırma sürecinin tüm aşamalarında Helsinki Bildirgesi'nde belirtilen etik ilke ve standartlara uygun hareket edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırma katılımcının demografik bilgileri, YŞÖ-KF-3, DFDÖ ve SKÖ-E olmak üzere bir yapıdan oluşmaktadır.

Kişisel Bilgi Formu. Kişisel bilgi formu araştırmaya katılan öğrencinin cinsiyeti, yaşı, bölümü ve fakültesi, sınıf düzeyi gibi demografik genel bilgilerden oluşmuştur.

SKÖ-E Kısa Formu. La Greca ve Lopez (1998) tarafından çocuklar için geliştirilen, 3 alt boyut ve 18 maddeden oluşan "Kısa SKÖ-E", La Greca vd. (2015) tarafından yeniden gözden geçirilmiş ve lise öğrencileri ile yetişkinlere uygun bir versiyon olarak uyarlanmıştır. Bu ölçeğin alt boyutları "olumsuz değerlendirilme korkusu", "yeni durumlarda sosyal kaygı ve rahatsızlık" ile "genel durumlarda sosyal kaygı ve rahatsızlık" şeklinde adlandırılmaktadır. Nunes vd. (2018) bu ölçeğin 18 maddelik orijinal versiyonunu yeniden düzenleyerek 12 maddelik kısa bir versiyonunu geliştirmiştir. Bu kısa versiyon, Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile test edilmiş ve 3 alt boyuttan oluşan üç faktörlü modelin doğrulandığı tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alfa katsayısı ile değerlendirilmiş ve .90 düzeyinde yüksek iç tutarlılığa sahip olduğu görülmüştür.

SKÖ-E Kısa Formunun uyarlama çalışması Can ve Bozgün (2021) tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri, 2019–2020 eğitim öğretim yılının güz döneminde, Türkiye'nin Orta Karadeniz Bölgesi'nde yer alan bir devlet üniversitesinde öğrenim gören 173 ve 121 öğrenciden iki aşamada toplanmıştır. İlk gruba AFA, ikinci gruba ise DFA analizi uygulanmış ve ölçme aracının yapısı doğrulanmıştır. Demografik açıdan, katılımcıların çoğunluğu kadınlardan oluşmakta olup, yaşları 18–27 arasında değişmektedir. Yapılan analizler sonucunda t-değerleri ve faktör yükleri yüksek, uyum indeksleri ise iyi düzeyde bulunmuştur. Güvenirlik, Cronbach α ve McDonald omega katsayıları ile değerlendirilmiş, katsayıların .78'in üzerinde, madde toplam korelasyonlarının ise .56'nın üzerinde olması nedeniyle bu ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır.

DFDÖ. Lane, vd., (1990) tarafından geliştirilen DFDÖ bireylerin duygusal yapılarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu ölçme aracı, Lane ve Schwartz'ın (1987) duygusal deneyim modeline dayanmaktadır. Ölçek, her biri iki kişi arasında geçen kısa senaryolardan oluşan toplam 20 sahneden meydana gelir. Her sahne, iki ila dört cümle ile açıklanır ve öfke, korku, mutluluk ve üzüntü olmak üzere dört temel duyguyu harekete geçirecek şekilde yapılandırılmıştır. Bu duygular, artan karmaşıklık düzeylerinde beş seviyeye göre temsil edilir. Her sayfada bir sahne bulunur ve bu sahnenin üst kısmında "Sen nasıl hissederdin?", "Diğer kişi nasıl hissederdi?" iki soru yer alır. Katılımcılar cevaplarını sayfanın kalan kısmına yazar. Her yanıt, kişinin kendisi ve karşısındaki kişi için belirtilen duygulara göre ayrı ayrı değerlendirilir ve 0 ile 4 arasında puanlandırılır. Ayrıca, üçüncü bir "toplam puan", genellikle bu iki puandan yüksek olanı alınarak belirlenir; ancak hem kendi hem de diğer kişi yanıtları 4. düzeye ulaştığında özel bir değerlendirme yapılmaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısının yeterli düzeyde olduğu (Cronbach α = .81) belirlenmiştir (Lane vd., 1990).

Kuzucu (2008) DFDÖ'yü Türkçeye uyarlamıştır. Çalışma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 405 üniversite öğrencisi (195 kadın, 210 erkek) katılmıştır. Çalışmanın sonucunda, DFDÖ'nin Türkçe formunun tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu, iç tutarlık katsayısının (Cronbach α) 0.85, test-tekrar test güvenirliğinin ise 0.78 olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin Türk üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerini değerlendirmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymuştur.

YŞÖ-KF-3. Şema terapi çerçevesinde YŞÖ-KF-3, Young (1990) tarafından geliştirilmiş, 2003 yılında güncellenmiştir. Bu ölçek, 18 alt ölçekten oluşmakta olup, bu alt ölçekler aşağıdaki 5 şema alanına dahil edilmektedir: Reddedilme, Bağımsızlık ve başarı yetersizliği, Sınırların yetersizliği , Başkalarına yönelik olma, Aşırı tetikte olma ve duygusal baskılama. Ölçek toplamda 90 maddeden oluşur ve her madde için "1 = Benim için hiç uygun değil" ile "6 = Beni tamamen ifade ediyor" şeklinde 6'lı Likert tipi derecelendirme kullanılır. Her bir alt ölçek 5 maddeden oluştuğu için, ilgili alt ölçekten alınabilecek puan 5 ile 30 arasında değişmektedir (Phillips vd., 2017).

YŞÖ-KF-3, Türkçe'ye Soygüt vd., (2009) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmayla uyarlanmıştır. Çalışmaya toplam 1,071 öğrenci katılmış, 14 faktörlü bir yapı elde edilmiş ve bu yapılar 5 ana şema alanı altında gruplanmıştır. Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları .63 ile .81 arasında, test-tekrar test güvenirliği r = .66 - .83 ($p < 0.01$) olarak bulunmuş ve psikolojik semptomlarla anlamlı ilişkili şekilde ayırt edici güce sahip olduğu kanıtlanmıştır. Türkçe versiyonunun klinik ve araştırma ortamlarında kullanılabilecek güvenilir ve geçerli bir değerlendirme aracı olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma Araçlarının Moğolcaya Uyarlanma Süreci

YSQ-S3'ün Moğolcaya çevrilmesi ve kültürel özelliklere uygun şekilde kullanılması için gerekli izinler Uluslararası Şema Terapi Derneğinden alınmıştır. Benzer şekilde, SKÖ-E için geliştiricisi La Greca'dan ve DFDÖ için Lane'den izinler alınmıştır (EK-1, EK-2 ve EK-3).

Ölçeklerin orijinal dili olan İngilizceden Moğolcaya çeviri süreci araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Çevirilerin dilsel uygunluğu, kültürel uyumu ve kapsam geçerliği, altı uzman tarafından incelenmiştir. Bu uzmanlardan beşi psikoloji alanında öğretim üyesi, biri ise okul psikoloğudur. Uzmanlar araştırmacı tarafından Moğolcaya çevrilen ölçek maddelerini Tablo 1'deki puanlama sistemi kullanılarak değerlendirilmişlerdir.

Tablo 1.

Değerlendirme Aracı

Puan	Ölçüm değeri	Açıklama
4	Tam uyumlu	Orijinal anlamını tam olarak yansıtan, Moğolca dil kullanımı ve kültürel bağlama son derece uyumlu
3	Uyumlu	Temel anlamını doğru şekilde yansıtmaktadır; ancak küçük düzeyde dilsel düzenlemeler (kelime seçimi, cümle yapısı) gerektirmektedir.
2	Kısmen uyumlu	Anlamını tam olarak ifade edememekte ve kültürel açıdan şüpheli unsurlar içermektedir.
1	Uyumsuz	Madde, orijinal anlamını tamamen kaybetmiş ya da Moğol kültürü ve toplumsal özellikleriyle hiçbir şekilde örtüşmemekte ve uygun değildir. Testte kullanılması mümkün değildir.

Uzman değerlendirmeleri sonucunda düşük puan alan ölçek maddeleri, uzmanların önerileri doğrultusunda revize edilerek yeniden değerlendirilmiştir. Yeniden değerlendirme sonrasında, kapsam geçerliğini belirlemek amacıyla Tam Uzlaşma (S-CVI/UA) ve Ortalama Uzlaşma (S-CVI/AVE) indeksleri hesaplanmıştır. Nihai sonuçlar S-CVI/UA ve S-CVI/AVE için 1.00 bulunmuştur. Bu bulgular, ilgili ölçeğin tüm maddeleri üzerinde uzmanlar arasında tam bir görüş birliği olduğunu ve kapsam geçerliğinin çok yüksek düzeyde sağlandığını göstermektedir.

Moğolca Duygusal Farkındalık Düzey Ölçek formunun puanlama güvenirliğini değerlendirmek amacıyla puanlayıcılar arası uyum analizi gerçekleştirilmiştir. DFDÖ uyarlama kılavuzunda önerilen standart yöntem izlenmiştir. Bu kapsamda, yanıtları iki bağımsız değerlendirici tarafından puanlanmış ve değerlendiricilerin verdikleri toplam puanları arasındaki ilişki sınıf içi korelasyon katsayısı (Intraclass Correlation Coefficient) kullanılarak incelenmiştir. Analizlerde iki yönlü karma etkiler modeli ve mutlak uyum ölçütü esas alınmıştır.

Analiz sonucunda değerlendiriciler arasında yüksek düzeyde uyum olduğu belirlenmiştir (ICC = .860, %95 GA [.713, .932], $F(30, 30) = 14.99$, $p < .001$). Elde edilen ICC değerinin DFDÖ uyarlama kılavuzunda önerilen .85 ölçütünün üzerinde olması,

Moğolca DFDÖ formunun güvenilir biçimde puanlanabildiğini ve puanlama yönergesinin araştırmacı tarafından tutarlı şekilde uygulanabildiğini göstermektedir.

Verilerin Analizi

Ölçeklerden elde edilen veriler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapmadan önce Türk ve Moğol örneklemler için veri kalitesine ilişkin varsayımlar sınanmıştır. Bu süreç sırasıyla kayıp veri, örneklem yeterliği, aykırı gözlem, normallik ve çoklu doğrusallık incelemelerini kapsamaktadır. Aşağıda ilk olarak DFA varsayımlarına ilişkin bulgular sunulmuştur. Son olarak Kanonik korelasyon varsayımları kontrol edilmiştir.

Sayıltıların İncelenmesi

SKÖ-E. Her iki örneklemde de kayıp veri gözlemlenmemiştir. Moğol örnekleminde (n = 470) 12 maddenin tamamında kayıp veri oranı %0 olarak saptanmış; madde ortalamaları 1.86 (G10) ile 3.08 (F2) arasında, standart sapmalar ise .98 ile 1.15 arasındadır. Türk örnekleminde de (n = 322) kayıp veri bulunmamış; madde ortalamaları 1.60 (G12) ile 2.80 (S8) arasında, standart sapmalar .94 ile 1.29 arasında kalmıştır. G12 maddesinin Türk örnekleminde belirgin biçimde düşük ortalama sergilediği gözlenmiştir (Ort. = 1.60, SS = .94).

Örneklem yeterliği, 12 maddelik modelde serbest tahmin edilecek 78 parametre üzerinden gözlem-parametre oranıyla değerlendirilmiştir. Moğol örneklemi için bu oran 6.03, Türk örneklemi için ise 4.13 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler örneklemin serbest parametre sayısının en az 5 katı kuralını (Bentler ve Chou, 1987; Bollen, 1989) ya da örneklemin 200'den büyük olması kuralını (Boomsma, 1982) karşıladığı görülmektedir.

Aykırı gözlemler tek ve çok değişkenli düzeyde incelenmiştir. Moğol örnekleminde z-puanı > 3.29 kriteri esas alınan tek değişkenli analizde hiçbir aykırı gözlem tespit edilmemiştir. Mahalanobis uzaklığına dayalı çok değişkenli analizde ise χ^2_{12} = 32.91, p = .001 kesim noktasını aşan 8 gözlem (gözlem: 74, 162, 222, 276, 338, 384, 414, 437) saptanmış ve veri setinden çıkarılmıştır; temizlenmiş örneklem 462 gözlemden

oluşmaktadır. Türk örnekleminde tek değişkenli düzeyde 7 (gözlem: 78, 139, 164, 188, 206, 252, 317), çok değişkenli (χ_8^2 = 26.12, p = .001) düzeyde 8 (gözlem: 4, 66, 139, 174, 206, 260, 291, 322) aykırı gözlem belirlenmiş; iki kümenin birleşimi 13 benzersiz gözleme karşılık gelmiştir. Aykırı değerler çıkarıldığında, Türk örnekleminin 309 gözlemden oluştuğu görülmüştür.

Tek değişkenli normallik Shapiro-Wilk testiyle sınanmış; her iki örneklemin tüm maddeleri istatistiksel önem göstermiştir (p < .001). Moğol örnekleminde W katsayıları .80 ile .92 arasında değerler almış; çarpıklık değerleri -.25 ile .96, basıklık değerleri 2.38 ile 3.32 arasında kalmıştır. Türk örnekleminde W katsayıları .67 ile .91 aralığında bulunmuş; G12 maddesi çarpıklık (1.39) ve basıklık (3.97) açısından diğer maddelerden belirgin biçimde ayrışmıştır. Çok değişkenli normallik Mardia testleriyle değerlendirilmiş; Moğol örnekleminde çarpıklık istatistiği 721.36 (p < .001), basıklık istatistiği 11.42 (p < .001); Türk örnekleminde ise çarpıklık 945.02 (p < .001), basıklık 14.45 (p < .001) olarak hesaplanmıştır. Her iki testin de normallik varsayımını reddetmesi, ordinal Likert tipi veriler için beklenen bir durumdur ve faktör analizinde Pearson yerine polychoric korelasyon matrisinin esas alınmasını zorunlu kılmaktadır.

Türk örneklemine ait polychoric korelasyon matrisi incelendiğinde, F grubu maddelerinin kendi içinde çok yüksek ilişkiler sergilediği görülmüştür (ör., F2 - F3 = .92; F1 - F4 = .91). S grubunda da benzer düzeyde tutarlık gözlenmiştir (ör., S6 - S7 = .84; S5 - S7 = .79). G grubunda ise örüntü daha heterojen bir görünüm almıştır; G9 - G10 = .73 ile görece yüksek bir çift korelasyon gözlenmiş, buna karşın G12 maddesi tüm matrisin en düşük değerlerine sahip olmuştur (ör., G12 - F1 = .30; G12 - S8 = .35). Korelasyon matrisinin determinantı 5e-06 olarak hesaplanmıştır; bu düşük değer, F grubu içindeki belirgin madde örtüşmesini yansıtmış ve faktör yapısıyla tutarlı bir çoklu doğrusallık örüntüsüne işaret etmiştir. Moğol örnekleminde korelasyonlar genel olarak daha düşük düzeyde kalmıştır (ör., F2- F3 = .55; F1- F4 = .63; S6 - S7 = .56). G grubunun yapısı Türk örneklemine kıyasla farklı bir örüntü sergilemiş; G10 maddesi özellikle düşük korelasyonlarla öne çıkmıştır (ör., G10 - S5 = .28; G10 - F2 = .29; G10 - F1 = .29). Determinant 0.000103 olarak belirlenmiştir;

bu değer Türk örneklemine göre belirgin biçimde yüksek olmuş ve matrisin tekil olmadığını, maddeler arasında yeterli düzeyde bağımsızlığın korunduğunu ortaya koymuştur.

Moğol örnekleminde VIF değerleri tüm maddeler için 3.33'ün altında kalmış; lm tabanlı bulgular esas alındığında Moğol örneklemi için ciddi bir çoklu doğrusallık sorununun bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Türk örnekleminde ise tüm VIF değerleri 1.41 ile 5.75 arasında kalmış; hiçbir madde 10 eşiğini aşmamıştır. Her iki örneklem için de çoklu doğrusallığın kabul edilebilir düzeyde olduğu değerlendirilmiştir.

DFDÖ. Türk örnekleminde (n = 322) 20 maddenin hiçbirinde kayıp veri gözlemlenmemiştir. Madde ortalamaları 2.46 (L16) ile 5.18 (L3) arasında, standart sapmalar ise .75 (L10) ile 1.45 (L13) arasında kalmıştır.

Örneklem yeterliği, 20 maddelik modelde serbest tahmin edilecek 220 parametre üzerinden gözlem-parametre oranıyla değerlendirilmiştir. Türk örneklemi için bu oran 1.46 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, örneklemin serbest parametre sayısının en az 5 katı olması kuralını (Bentler ve Chou, 1987; Bollen, 1989) karşılamamaktadır; bununla birlikte örneklemin 200'den büyük olması ölçütü (Boomsma, 1982) sağlanmaktadır.

Aykırı gözlemler tek ve çok değişkenli düzeyde incelenmiştir. z-puanı > 3.29 kriteri esas alınan tek değişkenli analizde 29 gözlem (34, 40, 63, 83, 84, 85, 93, 95, 103, 106, 135, 141, 187, 193, 204, 206, 215, 229, 231, 246, 250, 264, 269, 283, 301, 310, 313, 314, 316) aykırı olarak tespit edilmiştir. Mahalanobis uzaklığına dayalı çok değişkenli analizde ise χ^2_{20} = 45.32, p = .001 kesim noktasını aşan 24 gözlem (34, 40, 64, 85, 93, 103, 105, 190, 193, 198, 204, 206, 213, 215, 231, 246, 269, 283, 288, 310, 313, 314, 316, 320) belirlenmiştir. İki kümenin birleşimi 36 benzersiz gözleme karşılık gelmiştir. Aykırı değerler çıkarıldığında temizlenmiş örneklem 286 gözlemden oluşmuştur.

Tek değişkenli normallik Shapiro-Wilk testiyle sınanmış; 20 maddenin tamamı istatistiksel anlam göstermiştir (p < .001). W katsayıları .65 (L5) ile .82 (L4) arasında kalmıştır. Temizlenmiş örneklemde çarpıklık değerleri -1.92 (L5) ile .91 (L7) arasında, basıklık değerleri 2.81 (L20) ile 8.16 (L9) arasında seyretmiştir. L5 ve L9 maddelerinin diğer maddelerden belirgin biçimde ayrışan basıklık değerleri sergilediği görülmüştür (sırasıyla

8.109 ve 8.155). Çok değişkenli normallik Mardia testleriyle değerlendirilmiş; çarpıklık istatistiği 3282.87 ($p < .001$), basıklık istatistiği 23.16 ($p < .001$) olarak hesaplanmıştır. Her iki testin de normallik varsayımını reddetmesi, ordinal Likert tipi veriler için beklenen bir durumdur ve faktör analizinde Pearson yerine polychoric korelasyon matrisinin esas alınmasını zorunlu kılmaktadır.

Polychoric korelasyon matrisi incelendiğinde, L3 ile L7 arasındaki korelasyonun (.673) matristeki en yüksek değere ulaştığı görülmüştür. L4 - L6 = .528 ve L7 - L11 = .52 çiftleri de görece yüksek korelasyonlar arasında yer almıştır. Buna karşın L1 - L15 = .06 ve L1 - L17 = .06 değerleri matrisin en düşük çift korelasyonlarını oluşturmuş; L15 maddesinin genel olarak diğer maddelerle sınırlı ilişki sergilediği dikkat çekmiştir. Korelasyon matrisinin determinantı .000512 olarak hesaplanmıştır; bu değer, matrisin tekil olmadığına ve maddeler arasında yeterli düzeyde bağımsızlığın korunduğuna işaret etmektedir.

lm tabanlı ortalama VIF değerleri ise 1.38 ile 1.42 arasında kalmış; hiçbir madde 10 eşiğini aşmamıştır. Bu değerler çoklu doğrusallığın kabul edilebilir düzeyde olduğunu ortaya koymuştur.

Moğol örnekleminde ($n = 470$) 20 maddenin tamamında kayıp veri gözlemlenmemiştir; her maddede kayıp veri oranı %0 olarak saptanmıştır. Madde ortalamaları 1.96 (L6) ile 7.03 (L4) arasında, standart sapmalar ise .97 (L11) ile 2.44 (L4) arasında kalmıştır. L4 maddesinin yanıt aralığının ($min = 1$, $max = 11$) diğer maddelerden belirgin biçimde geniş olduğu görülmüştür; bu durum, söz konusu maddenin farklı bir yanıt formatına sahip olup olmadığının gözden geçirilmesini gerektirmektedir.

Örneklem yeterliği, 20 maddelik modelde serbest tahmin edilecek 220 parametre üzerinden gözlem-parametre oranıyla değerlendirilmiştir. Moğol örneklemi için bu oran 2.14 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, örneklemin serbest parametre sayısının en az 5 katı olması kuralını (Bentler ve Chou, 1987; Bollen, 1989) karşılamamakla birlikte, örneklemin 200'den büyük olması ölçütünü (Boomsma, 1982) sağlamaktadır.

Aykırı gözlemler tek ve çok değişkenli düzeyde incelenmiştir. z-puanı > 3.29 kriteri esas alınan tek değişkenli analizde hiçbir aykırı gözlem tespit edilmemiştir. Mahalanobis

uzaklığına dayalı çok değişkenli analizde ise χ^2_{20} = 45.32, p = .001 kesim noktasını aşan 4 gözlem (290, 427, 440, 449) belirlenmiştir. Aykırı değerler çıkarıldığında temizlenmiş örneklem 466 gözlemden oluşmuştur.

Tek değişkenli normallik Shapiro-Wilk testiyle sınanmış; 20 maddenin tamamı istatistiksel bakımdan önemli bulunmuştur (p < .001). W katsayıları .688 (L10) ile .863 (L12) arasında kalmıştır. Temizlenmiş örneklemde çarpıklık değerleri -1.35 (L10) ile .41 (L16) arasında, basıklık değerleri ise 1.28 (L14) ile 5.70 (L11) arasındadır. Çok değişkenli normallik, Mardia testleriyle değerlendirilmiş; çarpıklık istatistiği 2784.55 (p < .001), basıklık istatistiği 13.05 (p < .001) olarak hesaplanmıştır. Her iki testin de normallik varsayımını reddetmesi, ordinal Likert tipi veriler için beklenen bir durumdur ve faktör analizinde Pearson yerine polychoric korelasyon matrisinin esas alınmasını zorunlu kılmaktadır.

Polychoric korelasyon matrisi incelendiğinde, korelasyonların Türk örneklemine kıyasla genel olarak daha yüksek ve daha homojen bir dağılım sergilediği görülmüştür. En yüksek korelasyonlar L19 - L20 = .58, L17 - L18 = .56 ve L13 - L14 = .54 çiftlerinde gözlenmiştir. Matrisin en düşük değerleri ise L7 - L16 = .23, L2 - L12 = .25 ve L2 - L11 = .26 çiftlerine ait olmuştur. Korelasyon matrisinin determinantı .000153 olarak hesaplanmıştır; Türk örnekleminin determinantına (.000512) göre belirgin biçimde düşük olan bu değer, Moğol örnekleminde maddeler arası örtüşmenin görece daha güçlü olduğuna işaret etmekte; bununla birlikte matrisin tekil olmadığını ve çözümlenebilir nitelikte kaldığını göstermektedir.

lm tabanlı ortalama VIF değerleri 1.46 ile 1.49 arasında olup; hiçbir madde 10 eşiğini aşmamıştır. Bu bulgular, çoklu doğrusallığın kabul edilebilir düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır.

YŞÖ-KF-3. Türk örnekleminde (n = 322) 90 maddenin tamamında kayıp veri oranı %0 olarak saptanmıştır. Madde ortalamaları 1.58 (Z90) ile 4.24 (T50) arasında değişmiş; standart sapmalar 1.12 (H41) ile 1.73 (T50) arasında kalmıştır.

Örneklem yeterliği, 90 maddelik modelde serbest tahmin edilecek 4.095 parametre üzerinden gözlem-parametre oranıyla değerlendirilmiştir. Türk örneklemi için bu oran 0.08

olarak hesaplanmıştır. Bu değer örneklemin serbest parametre sayısının en az 5 katı olması kuralını (Bentler ve Chou, 1987; Bollen, 1989) karşılamamakta; bununla birlikte örneklemin 200'den büyük olması ölçütünü (Boomsma, 1982) sağlamaktadır.

Aykırı gözlemler tek ve çok değişkenli düzeyde incelenmiştir. z-puanı > 3.29 kriteri esas alınan tek değişkenli analizde 29 gözlem aykırı olarak tespit edilmiştir. Mahalanobis uzaklığına dayalı çok değişkenli analizde ise χ^2_{90} = 135.81, p = .001 kesim noktasını aşan 40 gözlem belirlenmiştir. İki kümenin birleşimi 55 benzersiz gözleme karşılık gelmiş; aykırı değerler çıkarıldığında temizlenmiş örneklem 267 gözlemden oluşmuştur.

Tek değişkenli normallik Shapiro-Wilk testiyle sınanmış; 90 maddenin tamamı istatistiksel bakımdan önemli bulunmuştur (p < .001). W katsayıları .53 (Z90) ile .93 (R49) arasında kalmıştır. Temizlenmiş örneklemde (n = 267) çarpıklık değerleri -0.49 (T50) ile 2.26 (Z90) arasında, basıklık değerleri 1.91 (T50) ile 7.44 (Z90) arasındadır. Z90 maddesi hem çarpıklık hem basıklık bakımından matrisin en uç değerlerini sergilerken, H41 maddesi de bu iki ölçüt açısından belirgin biçimde öne çıkmıştır (çarpıklık = 2.135, basıklık = 7.332). Çok değişkenli normallik Mardia testleriyle değerlendirilmiş; çarpıklık istatistiği 174,234.93 (p < .001), basıklık istatistiği 68.341 (p < .001) olarak hesaplanmıştır. Her iki testin de normallik varsayımını reddetmesi, ordinal Likert tipi veri yapısı göz önüne alındığında beklenen bir bulgudur ve faktör analizinde polychoric korelasyon matrisinin esas alınmasını zorunlu kılmaktadır. Ordinal Likert tipi veri yapısı göz önünde bulundurulduğunda normallik varsayımının karşılanmayacağı öngörülmekte; faktör analizinde polychoric korelasyon matrisinin esas alınması metodolojik zorunluluk olarak değerlendirilmektedir.

Polychoric korelasyon matrisi incelendiğinde, H41 ile M44 arasındaki korelasyonun (.86) matristeki en yüksek değere ulaştığı görülmüştür. J60 - J78 = .81 ve H59 - J60 = .79 çiftleri de oldukça yüksek korelasyonlar sergilemiştir. Matrisin dikkat çeken bir özelliği, negatif korelasyon çiftleri içermesidir; B56 - A19 = -.15, E27 - A1 = -.13 ve Z54 - A19 = -.12 bu örüntünün örnekleridir. R13 maddesi de H5, J6 ve J60 gibi birden fazla maddeyle negatif ilişki göstermiştir (ör., R13 - J60 = -.10). Korelasyon matrisinin determinantı 0 olarak hesaplanmış ve R tarafından otomatik düzeltme uygulanmıştır. Bu sonuç, 90 maddelik

yapıda maddeler arası doğrusal bağımlılığın matrisin tekilliğine yol açtığını ortaya koymaktadır.

lm tabanlı ortalama VIF değerleri 3.33 ile 3.39 arasında olup; hiçbir madde 10 eşiğini aşmamıştır. Bu bulgu bireysel madde düzeyinde çoklu doğrusallığın kabul edilebilir sınırlar içinde olduğuna işaret etmektedir.

Moğol örnekleminde (n = 470) bazı maddeler düşük düzeyde kayıp veri içermiştir. K43 en yüksek kayıp oranını sergilemiş (%1.06), bunu M44 (%0.64) ve W52 (%0.43) izlemiştir; geriye kalan kayıp içeren maddelerin tamamı %0.21 oranında kalmıştır. Listwise deletion uygulandığında çalışmaya dahil edilebilen gözlem sayısı 437'ye gerilemiştir. Madde ortalamaları 1.72 (Z90) ile 3.36 (R49) arasında, standart sapmalar ise 1.14 (Z90) ile 1.67 (Z36) arasında seyretmiştir.

Örneklem yeterliği değerlendirmesinde gözlem-parametre oranı 0.11 olarak hesaplanmıştır. Bu değer örneklemin serbest parametre sayısının en az 5 katı olması kuralını (Bentler ve Chou, 1987; Bollen, 1989) karşılamamakta; bununla birlikte 200'den büyük örneklem ölçütünü (Boomsma, 1982) sağlamaktadır.

Aykırı gözlemler tek ve çok değişkenli düzeyde incelenmiştir. z-puanı > 3.29 kriteri esas alınan tek değişkenli analizde 23 gözlem aykırı olarak tespit edilmiştir. Mahalanobis uzaklığına dayalı çok değişkenli analizde ise $\chi^2_{90} = 135.81$, $p = .001$ kesim noktasını aşan 83 gözlem belirlenmiştir. İki kümenin (univariate ve multivariate) birleşimi 91 benzersiz gözleme karşılık gelmiş; aykırı değerler çıkarıldığında temizlenmiş örneklem 346 gözlemden oluşmuştur.

Tek değişkenli normallik Shapiro-Wilk testiyle sınanmış; 90 maddenin tamamı istatistiksel anlam göstermiştir ($p < .001$). W katsayıları .68 (E63) ile .92 (O11 ve R49) arasında kalmıştır. Temizlenmiş örneklemde çarpıklık değerleri .11 (O11) ile 1.43 (E63) arasında, basıklık değerleri 2.10 (O11) ile 4.21 (K7) arasında seyretmiştir. Çok değişkenli normallik Mardia testleriyle değerlendirilmiş; çarpıklık istatistiği 218,451.09 ($p < .001$), basıklık istatistiği 151.33 ($p < .001$) olarak hesaplanmıştır. 90 değişkenli ordinal bir yapı için

beklenen bu sonuç, faktör analizinde polychoric korelasyon matrisinin esas alınması gerekliliğini doğrulamaktadır.

Polychoric korelasyon matrisi incelendiğinde, H41 ile M44 arasındaki korelasyonun (.86) Türk örneklemindekiyle aynı en yüksek değere ulaştığı görülmüştür; iki örneklem arasında bu madde çiftinin tutarlı biçimde öne çıkması yapısal bir örüntüye işaret etmektedir. K79 maddesi çok sayıda yüksek çift korelasyona sahip olmuştur: J78 - K79 = .84, H77 - K79 = .82, E81 - K79 = .82, N64 - K79 = .81. Matrisin en düşük değerleri A1 - R49 = .03 ve A1 - O65 = .07 çiftlerine ait olmuştur. Korelasyon matrisinin determinantı 0 olarak hesaplanmış ve R tarafından otomatik düzeltme uygulanmıştır. Bu sonuç Türk örneklemiyle örtüşmekte ve doğrusal bağımlılık sorununun her iki örneklemde de yapısal düzeyde varlığını sürdürdüğünü ortaya koymaktadır.

lm tabanlı ortalama VIF değerleri 3.79 ile 3.85 arasında kalmış; hiçbir madde 10 eşiğini aşmamıştır. Bireysel madde düzeyinde çoklu doğrusallık kabul edilebilir sınırlar içinde kalmıştır.

Kısmi Kanonik Korelasyon. Ana analizlere geçilmeden önce, kontrol değişkenlerin etkisi istatistiksel olarak kontrol edilmiştir. Duygusal farkındalık (DFDÖ) ve cinsiyet değişkenleri hem yordayıcı hem de sonuç değişkeni setlerinden regresyon yöntemiyle arındırılmış; sonraki tüm analizler elde edilen artık puanlar üzerinden yürütülmüştür. Bu yaklaşım, şema–sosyal kaygı ilişkisinin duygu farkındalığı ve cinsiyete atfedilebilecek varyanstan bağımsız biçimde incelenmesine olanak tanımaktadır.

Arındırma işleminin ardından çeşitli sayıltılar sınanmıştır. Kayıp veri her iki örneklem için ayrı ayrı incelenmiştir. Türk örnekleminde (n = 322) 22 sürekli değişkenin tamamında kayıp veri bulunmamaktadır. Moğol örnekleminde (n = 470) ise yordayıcı değişkenlere ait bazı maddelerde sınırlı düzeyde kayıp saptanmıştır; en yüksek oran PID değişkeninde gözlenmiş (n = 6, %1.28), bunu VHI (n = 4, %0.85) ile SI, DEF, TIT, REC ve PUN (her biri n = 3, %0.64) izlemiştir. Sonuç değişkenlerinde (FNE, SAD, GEN) ve DFDÖ kontrol değişkeninde kayıp veri görülmemiştir. Kayıp oranlarının tamamının %2'nin altında kalması ve dağılımın sistematik bir örüntü sergilememesi nedeniyle, tahminleyici ortalama

eşleştirme (PMM) yöntemiyle zincirlenmiş denklemler kullanılarak çoklu atama uygulanmıştır (m = 20, maxit = 50; van Buuren ve Groothuis-Oudshoorn, 2011).

Betimsel istatistikler iki örneklemde farklı dağılımlar göstermiştir. Türk örnekleminde yordayıcı değişken ortalamaları 9.15 (PID) ile 15.88 (REC) arasında değişmiş; DFDÖ kontrol değişken ortalaması 56.87 (SS = 10.68) olarak hesaplanmıştır. Moğol örnekleminde yordayıcı değişken ortalamaları 10.58 (DEF) ile 14.78 (SES) arasında kalmış; DFDÖ ortalaması 43.23 (SS = 14.70) olmuştur. Tek değişkenli normallik, çarpıklık ve basıklık istatistikleriyle değerlendirilmiş; her iki örneklemde de sorunlu çarpıklık (|çarpıklık| > 2) ya da aşırı basıklık (|basıklık| > 7) gösteren değişken saptanmamıştır.

Tek değişkenli incelemenin ardından çok değişkenli uç değerler ele alınmıştır. Bu değerler, sonuç, yordayıcı ve DFDÖ kontrol değişkenini kapsayan 22 sürekli değişken üzerinden Mahalanobis uzaklığıyla incelenmiştir. Türk örnekleminde χ^2_{22} = 48.27, p = .001 kesim noktasını aşan 12 gözlem (satırlar: 16, 89, 97, 101, 150, 157, 176, 181, 232, 235, 240, 259; D^2 = 48.62–67.03), Moğol örnekleminde ise çoklu atama tamamlanmış veri üzerinde 33 gözlem uç değer olarak belirlenmiştir. Bu vakaların çözüm üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla bir duyarlılık analizi yürütülmüş; tam veri setiyle elde edilen kanonik çözümler, uç değerler çıkarılmış veri setleriyle karşılaştırılmıştır. Kanonik korelasyon ve yapısal katsayılar her iki örneklemde de özsel değişmezlik sergilemiş (Türk: Rc1 tam = .675, Rc1 kırpılmış = .659; Moğol: Rc1 tam = .597, Rc1 kırpılmış = .599); uç değerlerin çözümü kayda değer biçimde etkilemediği görüldüğünden tüm analizler tam veri setleri üzerinden yürütülmüştür.

Duyarlılık analizi, örneklem yeterliği sorusunu da gündeme getirmektedir. Yeterlik, 18 yordayıcı ve 3 sonuç değişkenini kapsayan 21 değişkenli model için değerlendirilmiştir. Hair vd. (2019) tarafından önerilen değişken başına en az 10 gözlem ölçütüne göre minimum n = 210 gerekmektedir. Tam veri setleri esas alındığında bu oran Türk örnekleminde 15.3:1 (n = 322), Moğol örnekleminde 22.4:1 (n = 470) olarak hesaplanmış; her iki değer de söz konusu ölçütü fazlasıyla karşılamıştır.

Örneklem büyüklüğü yeterli bulunduktan sonra çok değişkenli normallik sınanmıştır. Normallik, kontrol değişkenler arındırıldıktan sonra elde edilen artık puanlar üzerinde Mardia testiyle değerlendirilmiştir. Türk örnekleminde hem sonuç hem yordayıcı artık puanları normallik varsayımını karşılamamıştır (sonuç: çarpıklık = 60.92, $p < .001$; basıklık = 2.60, $p = .009$; yordayıcı: çarpıklık = 2888.70, $p < .001$; basıklık = 30.72, $p < .001$). Moğol örnekleminde sonuç artık puanlarının çarpıklık istatistiği normallik sınırları içinde kalmış (çarpıklık = 11.58, $p = .314$), ancak basıklık istatistiği varsayımı karşılamamıştır (basıklık = 3.93, $p < .001$); yordayıcı artık puanları ise her iki ölçütte de varsayımı ihlal etmiştir (çarpıklık = 5338.76, $p < .001$; basıklık = 87.66, $p < .001$). Büyük örneklem büyüklükleri göz önünde bulundurulduğunda, bu ihlallerin gerçek bir sapmanın ötesinde testlerin yüksek istatistiksel gücünden de kaynaklanabileceği değerlendirilmiştir. Normallik ihlalinin Wilks lambdası önem testlerinin güvenilirliğini sınırlaması nedeniyle, tüm çıkarımsal yorumlarda bootstrap güven aralıkları (B = 1.000) kullanılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2019).

Normallik değerlendirmesini doğrusallık varsayımının sınanması izlemiştir. Doğrusallık, kontrol değişkenlerin kontrolü sonrası yordayıcı ile sonuç artık puanları arasındaki çapraz korelasyon matrisi incelenerek değerlendirilmiştir. Türk örnekleminde 54 korelasyonun tamamı pozitif değer almış ve .21 ile .54 arasında değişmiştir; en yüksek korelasyonlar AB × FNE (.54), SUB × FNE (.52) ve DEF × FNE (.52) çiftlerinde gözlenmiştir. Moğol örnekleminde korelasyonlar .27 ile .51 arasında kalmış; SI × GEN (.51), EMO × GEN (.51) ve SUB × GEN (.50) öne çıkan çiftler olmuştur. Her iki örneklemde de negatif ya da sıfıra yakın korelasyon gözlenmemesi, doğrusallık varsayımının karşılandığına işaret etmektedir.

Son olarak yordayıcılar arasındaki çoklu doğrusallık ele alınmıştır. Bu varsayım, her iki değişken seti için varyans şişirme faktörleri (VIF) hesaplanarak incelenmiştir. Yordayıcı setinde değerler Türk örnekleminde 1.96 (ENM) ile 4.98 (DEF), Moğol örnekleminde 2.68 (PUN) ile 4.96 (DEF) arasında kalmıştır. Sonuç setinde SAD ve GEN değişkenleri için VIF Türk örnekleminde 1.84, Moğol örnekleminde 1.86 olarak hesaplanmıştır. Her iki sette ve

her iki örneklemde hiçbir değer 10 eşiğini aşmamış; bu bulgu çoklu doğrusallığın çözümün kararlılığını tehdit etmediğine işaret etmiştir.

Sayıltı sınamalarının tamamlanmasının ardından kanonik çözümün özellikleri belirlenmiştir. Çözümün kültürlerarası yinelenebilirliği Tucker uyum katsayısıyla değerlendirilmiştir (Lorenzo-Seva ve ten Berge, 2006); .95 ve üzerindeki değerler mükemmel uyumu, .85'in altındaki değerler ise yetersiz uyumu göstermektedir. Kanonik fonksiyonların istatistiksel anlamlılığı Wilks lambdası ve Rao'nun F yaklaşımıyla sınanmıştır. Birinci kanonik fonksiyona ilişkin kanonik korelasyon katsayıları ve yapısal katsayılar için bootstrap güven aralıkları, anlamlılık testlerini kesinlik tahminleriyle desteklemek amacıyla hesaplanmıştır.

Verilerin Analizinde Kullanılan İstatistikler. Verilerin çözümlenmesi üç aşamada yürütülmüştür. İlk aşamada araştırmada kullanılan ölçeklerin her biri için ayrı ayrı doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. DFA, normallik varsayımının karşılanmaması nedeniyle Ortalama ve Varyans Düzeltmeli Ağırlıklandırılmış En Küçük Kareler Yöntemi (WLSMV) tahmincisiyle gerçekleştirilmiş; model-veri uyumu $\boldsymbol{\chi^2}$/sd, Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Tucker-Lewis İndeksi (TLI), Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) ile %90 GA ve Standartlaştırılmış Artıkların Ortalama Karekökü (SRMR) indeksleriyle değerlendirilmiştir. Yakınsak geçerlik Bileşik Güvenirlik (CR), Açıklanan Ortalama Varyans (AVE) ve faktör büyüklükleriyle; ıraksak geçerlik Maksimum Paylaşılan Varyans (MSV), Ortalama Paylaşılan Varyans (ASV) ve Farklı Özellik-Aynı Özellik Oranı (HTMT) parametreleriyle incelenmiş; güvenirlik katsayıları için McDonald Omega ($\boldsymbol{\omega}$) ve Cronbach $\boldsymbol{\alpha}$ hesaplanmıştır.

İkinci aşamada Türk ve Moğol formlarından elde edilen veriler üzerinde ölçüm değişmezliği sınanmıştır. Bu amaçla sırasıyla konfigüral, metrik ve skalar değişmezlik modelleri test edilmiş; modeller arasındaki uyum farkları ΔCFI ve ΔRMSEA ölçütleriyle karşılaştırılmıştır. SKÖ-E'nin değişmezlik analizinde, maddelerin sıralı kategorik yapısı nedeniyle polychoric korelasyon matrisine dayalı WLSMV kestiricisi kullanılmıştır. DFDÖ'nün ve YŞÖ-KF-3'ün çok gruplu analizlerinde ise WLSMV yerine robust maksimum

olabilirlik (MLR) kestiricisi tercih edilmiştir. Bu tercihin temel nedeni, WLSMV'nin sıralı maddelerde her yanıt kategorisinin her grupta dolu olmasını gerektirmesidir; DFDÖ verisinde birden çok maddede (ör., L2, L9, L14, L15) en üst yanıt kategorisi Moğol örnekleminde boş kalmış, bu durum gruplar arası eşik kestirimini olanaksız hâle getirmiştir. Kategori birleştirme yoluyla bu sorun giderilebilse de çok sayıda maddede yapılacak birleştirme yanıt ölçeğinin özgün yapısını bozma riski taşımaktadır. Maddeler altı kategorili Likert biçiminde olduğundan ve yanıt dağılımları bu yapıya uygun genişlikte olduğundan, maddeler yarı-sürekli göstergeler olarak ele alınmış ve dağılımların çok değişkenli normallikten sapması (Mardia testi, $p < .001$) dikkate alınarak standart hatalar ile test istatistiğini bu ihlale karşı düzelten MLR kestiricisi benimsenmiştir. MLR, normallik varsayımı karşılanmadığında dahi tutarlı parametre kestirimleri ve Satorra-Bentler ölçekli ki-kare istatistiği sağladığından (Satorra ve Bentler, 2001), söz konusu veri yapısı için uygun bir seçenek oluşturmaktadır.

Üçüncü aşamada erken bağlanma örüntüleri ile sosyal kaygı boyutları arasındaki ilişkiler kısmi kanonik korelasyon analizi (KKA) ile incelenmiştir. Sosyal kaygı düzeyi ve cinsiyet kontrol değişken belirlenerek her bir değişkenden regresyon artık puanları elde edilmiş; KKA bu artık puanlar üzerinde uygulanmıştır. Önemlilik Wilks Lambda testiyle sınanmış; normallik ihlalleri göz önünde bulundurularak temel çıkarımsal ölçüt olarak bootstrap güven aralıkları ($B = 1.000$, %95 GA) benimsenmiştir. İki örneklem arasındaki yapısal tutarlık Tucker uyum katsayısıyla değerlendirilmiştir.

Analizler öncesinde her iki örneklem için Mahalanobis uzaklığına dayalı çok değişkenli uç değer taraması yapılmış; uç değerlerin dahil edildiği ve dışlandığı veri setleri üzerinde duyarlılık (sensitivity) analizleri yürütülmüştür. Her iki çözümden elde edilen kanonik korelasyonlar ve yapısal katsayılar arasında önemli bir farklılık saptanmadığından nihai analizler tam veri seti üzerinden sürdürülmüştür. Tüm analizler R ortamında lavaan, psych, SemTools, tidyverse, Mvn, CCA, CCP ve mice paketleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bölüm 4

Bulgular

Bu bölümde araştırmada kullanılan ölçeklerin Türk ve Moğol örneklemlerindeki psikometrik özellikleri ayrıntılı biçimde incelenmiştir. İlk olarak iki örneklemden toplanan verilere dayalı ölçümlerin geçerlik ve güvenirlik katsayıları ile çapraz geçerlik analizlerine ilişkin bulgular verilmiştir.

İkinci olarak, cinsiyet ve duygusal farkındalık puanlarının kontrol değişkeni olarak (covariate) tanımlandığı, erken dönem uyumsuz şema boyutları ile sosyal kaygı boyutları arasındaki ilişkilere dayalı kısmi kanonik korelasyon analizi (KKKA) sonuçları verilmiştir.

SKÖ-E'nin Yapı Geçerliği ve Güvenirliği

Bu bölümde SKÖ-E'nin yapı geçerliğini ve güvenirliğini incelemek amacıyla Türk ve Moğol örneklemleri üzerinde yürütülen doğrulayıcı faktör analizi (DFA) bulgularına yer verilmiştir. Ölçek üç boyutlu bir yapıya sahip olup olumsuz değerlendirilme korkusu, yeni-sosyal korku ve huzursuzluk ve genel-sosyal korku ve huzursuzluk olmak üzere toplam üç alt faktörden ve 12 maddeden oluşmaktadır. Analiz süreci iki aşamada yürütülmüştür: (1) her iki örneklemde önerilen üç faktörlü DFA modelinin test edilmesi, (2) yakınsak ve ıraksak geçerlik ile güvenirlik katsayılarının incelenmesi.

Ölçüm Modelinin İncelenmesi. Ölçüm modeli kuramsal olarak öngörülen üç faktörlü bir yapı olarak düzenlenmiştir. Olumsuz değerlendirilme korkusu faktörü dört maddeden (1-4), yeni-sosyal korku ve huzursuzluk faktörü dört maddeden (5-8) ve genel-sosyal korku ve huzursuzluk faktörü dört maddeden (9-12) oluşmuştur. Modelde çapraz yüklere izin verilmemiş ve hata kovaryansları tanımlanmamıştır. Model uyumu ki-kare (χ^2), normlaştırılmış ki-kare (χ^2/sd), CFI, TLI, RMSEA ve SRMR indeksleri incelenerek değerlendirilmiştir. Kabul edilebilir uyum için eşik değerleri madde sayısı ≤ 12 ve kişi sayısı > 250 olması durumunda önemsiz p değerine sahip ki-kare yanında, CFI ya da TLI .95,

SRMR ve RMSEA'nın < .08 olmasını önermektedirler (Hair vd., 2019). DFA sonuçları Tablo 2'de, standartlaştırılmış faktör yükleri ise Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 2.

SKÖ-E'nin Tek Gruplu Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri

Örneklem	χ^2	sd	χ^2/sd	CFI	TLI	RMSEA	%90 GA	SRMR
Moğol	159.24	51	3.12	.993	.990	.068	[.056, .080]	.054
Türk	120.52	51	2.36	.998	.998	.067	[.051, .082]	.047

Not. χ^2: Ki-kare; Sd: Serbestlik Derecesi; GA: Güven Aralığı; CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi; TLI: Tucker-Lewis İndeksi; RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü; SRMR: Standartlaştırılmış Artıkların Ortalama Karekökü.

Moğol örneklemine ait üç faktörlü ölçüm modelinin uyumu $159.24/51$ = 3.12, CFI = .993, TLI = .990, RMSEA = .068 [%90 GA: .056, .080] ve SRMR = .054'tür. Türk örnekleminde ise $120.52/51$ = 2.36, CFI = .998, TLI = .998, RMSEA = .067 [%90 GA: .051, .082] ve SRMR = .047'dir. Her iki örneklemde de CFI ve TLI değerleri .95'in üzerindedir. RMSEA ve SRMR değerleri ise .08'in altındadır. Bu değerler model uyumunun kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir (Browne ve Cudeck, 1993; Hair vd. 2019; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2023).

Uyum indeksleri birlikte değerlendirildiğinde, SKÖ-E'nin üç faktörlü yapısının hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde doğrulandığı ve ölçeğin her iki kültürel bağlamda da kabul edilebilir düzeyde yapısal geçerlik katsayılarına sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 3.

SKÖ-E'nin Standartlaştırılmış Faktör Yükleri

Faktör	Madde	Moğol Örneklem	Türk Örneklem
F1	1	.69	.94
	2	.71	.96
	3	.88	.94
	4	.85	.93
F2	5	.82	.87
	6	.75	.89
	7	.78	.90
	8	.70	.85
	9	.70	.81

F3	10	.55	.85
	11	.79	.70
	12	.71	.60

*Not***.** F1: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, F2: Yeni-Sosyal Korku ve Huzursuzluk, F3: Genel-Sosyal Korku ve Huzursuzluk; Tüm faktör yükleri istatistiksel olarak önemlidir (P < .001).

Moğol örnekleminde standartlaştırılmış faktör yükleri .55 (M10) ile .88 (M3) arasında değişmiştir. Türk örnekleminde yükler .60 (M12) ile .96 (M2) arasında yer almıştır. Tüm yükler önerilen .50 alt sınırının üzerindedir (Hair vd., 2019).

İki örneklemin standartlaştırılmış yükleri betimsel düzeyde benzer bir örüntü göstermiştir; her iki grupta da tüm yükler .50'nin üzerindedir. Örneklemler arasındaki yük farklarının önemi, ölçüm değişmezliği analiziyle aşağıda değerlendirilmiştir.

Güvenirlik, Yakınsak ve Iraksak Geçerlik Katsayıları. Ölçümlerin güvenirlik katsayıları McDonald ω, Cronbach α, sıralı alfa ve CR katsayılarıyla değerlendirilmiştir. Yakınsak geçerlik AVE değerleri ve faktör yüklerinin büyüklükleri aracılığıyla incelenmiştir. Iraksak geçerlik ise MSV, ASV ve HTMT değerleri karşılaştırılarak incelenmiştir. Bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4.

SKÖ-E Yakınsak ve Iraksak Geçerlik Katsayıları (Moğol ve Türk)

										HTMT	
Moğol	ω	$\omega 2$	$\omega 3$	α	α (sıralı)	CR	AVE	MSV	ASV	F1	F2	F3
F1	.84	.84	.85	.82	.86	.86	.62	.80	.72	-	.82	.91
F2	.82	.82	.82	.81	.85	.85	.58	.81	.73	.81	-	.91
F3	.74	.74	.75	.72	.78	.78	.48	.81	.80	.90	.90	-

										HTMT	
Türk	ω	$\omega 2$	$\omega 3$	α	α (sıralı)	CR	AVE	MSV	ASV	F1	F2	F3
F1	.95	.95	.96	.94	.97	.97	.89	.54	.53	-	.72	.74
F2	.91	.91	.92	.90	.93	.93	.77	.66	.59	.72	-	.83
F3	.80	.80	.82	.75	.83	.83	.55	.66	.60	.73	.83	-

Not. F1: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, F2: Yeni-Sosyal Korku ve Huzursuzluk, F3: Genel-Sosyal Korku ve Huzursuzluk, ω: Omega Güvenirlik, α: Alfa Güvenirlik, CR: Bileşik Güvenirlik, AVE: Açıklanan Ortalama Varyans, MSV: Maksimum Paylaşılan Varyans, ASV: Ortalama Paylaşılan Varyans, HTMT: Farklı Özellik-Aynı Özellik Oranı; Köşegenin Altındaki Değerler HTMT2, Üstündekiler HTMT

Güvenirlik bulguları incelendiğinde, Moğol örnekleminde Cronbach α katsayılarının .72 ile .82 arasında, McDonald ω katsayılarının ise .74 ile .84 arasında değiştiği görülmektedir. Türk örnekleminde α katsayıları .75 ile .94, ω katsayıları .80 ile .95 arasındadır. Her iki örneklemde tüm güvenirlik katsayıları Hair vd.'nin (2019) Tarama/grup düzeyi araştırma için önerdiği .70 alt sınırını aşmakta; bu durum ölçümlerin yeterli iç tutarlılığa sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bu maddelerin birbiriyle tutarlı, yani aynı şeyi sordukları ve yanıtlayıcıların bunlara tutarlı cevaplar verdikleri anlamına gelmektedir. Diğer bir deyişle, birini yüksek puanlayan, ötekini de yüksek puanlama eğilimindedir. Ölçüm "hatalı" olmadığı; eldeki puana güvenebileceğimiz anlamına gelir (Hair vd., 2019). Alfanın omegaya göre düşük olması, maddelerin gizil yapıya eşit yüklerle bağlandığı (essential tau-equivalence) varsayımının karşılanmadığına işaret etmektedir; bu nedenle McDonald ω ve sıralı veride ordinal alfa daha az yanlı kabul edilmektedir (Gadermann vd., 2012; Hayes ve Coutts, 2020; Soysal, 2023).

Yakınsak geçerlik açısından Moğol örnekleminde olumsuz değerlendirilme korkusu (AVE = .62) ve yeni-sosyal korku ve huzursuzluk (AVE = .58) faktörlerinin .50 eşik değerini karşıladığı, genel-sosyal korku ve huzursuzluk faktörünün ise AVE = .48 ile bu eşiğin altında kaldığı görülmektedir. Türk örnekleminde her üç faktörün AVE değerleri .50'nin üzerindedir (F1 = .89, F2 = .77, F3 = .55). Özellikle olumsuz değerlendirilme korkusu faktörünün .89 düzeyine ulaşan AVE değeri, bu faktördeki maddelerin birbirleriyle yüksek düzeyde ortak varyans paylaştığını göstermektedir (Fornell ve Larcker, 1981; Hair vd., 2019).

Iraksak geçerlik açısından Moğol örnekleminde HTMT değerleri .81 - .91 arasında değişmekte olup iki faktör çifti (F1 - F3 ve F2 - F3) Henseler vd.'nin (2015) önerdiği .90 eşiğini aşmaktadır. Bu durum söz konusu faktörler arasındaki ayrışımın sınırlı kaldığına işaret etmektedir. Buna ek olarak, tüm faktörlerde MSV ve ASV değerlerinin AVE değerlerinden yüksek olması, faktörler arası ortak varyansın açıklanan varyanstan daha yüksek olduğunu göstermekte ve Fornell-Larcker ölçütüne göre ıraksak geçerlik açısından sorun olabileceğine dikkat çekmektedir (Fornell ve Larcker, 1981). Psikolojik yapıların ölçümünde kuramsal olarak ilişkili faktörler arasında yüksek korelasyonlar gözlenmesi

alanyazında yaygın bir bulgu olduğundan (Brown, 2015; Kline, 2023), bu sınırlılık bütünüyle değil bağlamsal olarak yorumlanmalıdır. Türk örnekleminde ise HTMT değerleri .72 ile .83 arasında olup Henseler vd.'nin (2015) .85 eşiğinin altında kalmaktadır; bu durum ıraksak geçerliğin Moğol örneklemine kıyasla daha güçlü biçimde desteklendiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte, genel-sosyal korku/huzursuzluk faktörünün MSV ve ASV değerlerinin AVE değerini aşması, bu faktöre özgü ıraksak geçerliğin kısmen sınırlı kaldığına dikkat çekmektedir.

Ölçüm Değişmezliği. SKÖ-E'nin Türk ve Moğol örneklemlerinde aynı üç faktörlü yapıyı eşdeğer biçimde ölçüp ölçmediğini sınamak amacıyla çoklu grup doğrulayıcı faktör analizi (ÇG-DFA) uygulanmıştır. Sıralı göstergeler içeren modellerde sürekli veriye yönelik tahmincilerin varsayımları karşılanmadığından, polychoric korelasyon matrisine dayalı tahmin yapan WLSMV kestiricisi kullanılmıştır (Brown, 2015; Li, 2016). Bu çalışmada hiyerarşik dizilim şu sırayla ilerlemiştir: gruplar arası hiçbir eşitlik kısıtının bulunmadığı yapısal (configural) model, eşik (threshold) parametrelerinin eşitlendiği eşik değişmezliği modeli ve eşik parametrelerine ek olarak faktör yüklerinin de eşitlendiği skalar model. Sıralı veride faktör yükleri ile eşik parametreleri modelin tanımlanabilmesi (identification) açısından birbirine bağlı olduğundan, değişmezlik dizilimi sürekli veri modellerinden farklılaşmakta ve eşiklerin yüklerden önce ele alınmasını gerektirmektedir (Wu ve Estabrook, 2016). Eşik parametresi, sıralı puanlanan bir maddede gözlenemeyen sürekli bir gizil tepki eğilimi üzerinde yanıtın bir kategoriden (örneğin, "katılmıyorum") diğerine ("kararsızım") geçtiği kesme noktasıdır ve sürekli veri modellerinde maddenin ortalama düzeyini belirleyen kesişim (intercept) parametresinin sıralı veride oynadığı rolün karşılığını üstlenmektedir (Brown, 2015; Kline, 2023). Model karşılaştırmalarında ki-kare fark testi kullanılmış; $\Delta CFI \leq -.010$ ve $\Delta RMSEA \leq .015$ ölçütleri değişmezlik kararı için referans alınmıştır (Chen, 2007). Ölçüm değişmezliği analizlerine ilişkin uyum indeksleri Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5.

Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları

Model	χ^2	sd	CFI	TLI	RMSEA	90% GA	SRMR	Δχ²	Δsd	p
Configural	260.1	102	.980	.974	.099	[.091, .108]	.049	-	-	-
Eşik	276.3	126	.979	.978	.090	[.082, .098]	.049	34.30	24	.079
Skalar	309.4	135	.980	.981	.085	[.078, .093]	.049	28.58	9	<.001

Not. χ^2: Ki-kare; sd: serbestlik derecesi; CFI: karşılaştırmalı uyum indeksi; TLI: Tucker-Lewis indeksi; RMSEA: yaklaşık hataların ortalama karekökü; %90 GA: RMSEA için %90 güven aralığı; SRMR: standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü; Δχ²: ölçekli ki-kare fark istatistiği; Δsd: serbestlik derecesi farkı. χ² ve sd değerleri ölçekli (scaled) istatistiklerdir. Δχ² değerleri Satorra (2001) ölçekli fark testine dayanmakta olup hiyerarşik karşılaştırmalara aittir: Eşik–Configural ve Skalar–Eşik

Tablo 5'te configural model, her iki grupta özdeş faktör yapısının tanımlandığı, ancak yük ve eşik parametrelerinin gruplar arası herhangi bir eşitlik kısıtı getirilmeksizin serbestçe tahmin edildiği referans modelini oluşturmaktadır. Model verilere iyi uyum sergilemiştir: $\boldsymbol{\chi^2_{102}}$ = 260.1, CFI = .98, TLI = .97, RMSEA = .099 (%90 GA [.091, .108]), SRMR = .049. RMSEA değerinin .10 eşiğine yakın bulunması dikkat çekici olmakla birlikte, CFI ve TLI gibi diğer indekslerin güçlü destekleyici bulgular sunduğu göz önünde bulundurulmuştur. Bu sonuç, ölçeğin kavramsal yapısının her iki grupta da aynı biçimde tanımlandığına işaret etmektedir. Bu aşamada configural değişmezlik sağlanmış ve kısıtlamalar içeren modellere geçilmiştir. İkinci aşamada eşik (threshold) parametrelerine gruplar arası eşitlik kısıtı getirilmiştir. Eşik değişmezliği, sıralı puanlanan maddelerde yanıt kategorileri arasındaki geçiş noktalarının gruplar arasında eşit olması anlamına gelir; bu, maddelerin kategori sınırlarının iki örneklemde aynı konumda bulunduğunu gösterir. Configural modele kıyasla uyum indekslerinde önemli bir bozulma gözlenmemiştir: $\boldsymbol{\chi^2_{126}}$ = 276.3, CFI = .98 (ΔCFI = -.001), TLI = .98, RMSEA = .09 (ΔRMSEA = -.009), SRMR = .05. Ki-kare fark testi de istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur: $\boldsymbol{\chi^2_{24}}$ = 34.30, p = .08. Bu bulgular eşik değişmezliğinin sağlandığını ortaya koymaktadır.

Üçüncü aşamada eşik parametrelerine ek olarak faktör yüklerine de gruplar arası eşitlik kısıtı getirilerek skalar model test edilmiştir. Skalar değişmezlik, faktör yüklerinin gruplar arasında eşit olmasıdır; bu durum, gizil özellikteki bir birimlik değişimin gözlenen madde puanlarında her iki grupta da aynı büyüklükte bir değişime karşılık geldiğini, yani

maddelerin gizil yapıyla ilişkisinin ve ölçü biriminin gruplar arasında özdeş olduğunu gösterir (Brown, 2015; Kline, 2023). Eşik ve yük parametrelerinin birlikte eşitlenmesiyle, gözlenen ortalamalardaki gruplar arası farklar gerçek gizil ortalama farklarını yansıtır ve gruplar arası gizil ortalama karşılaştırmaları geçerli biçimde yapılabilir (Brown, 2015). Model uyum indeksleri eşik modeline kıyasla korunmuştur: χ^2_{135} = 309.4, CFI = .98 (ΔCFI = +.001), TLI = .98, RMSEA = .09 (ΔRMSEA = -.005), SRMR = .05. Ki-kare fark testi ise istatistiksel olarak önemli bulunmuştur: $\Delta\chi^2_9$ = 28.58, p < .001. Fark testinin önemli çıkması yük parametrelerinin gruplar arasında tümüyle eşit olduğu hipotezinin reddedildiğini gösterse de, WLSMV kestiriminde büyük örneklemlerde ki-kare fark testinin aşırı duyarlı olabildiği ve uyum indekslerindeki değişimin (ΔCFI ≤ .010, ΔRMSEA ≤ .015) daha güvenilir bir ölçüt oluşturduğu bilinmektedir (Brown, 2015; Chen, 2007). Uyum indeksleri bozulmadığı için skalar değişmezliğin sağlandığı değerlendirilmiştir.

Bu bulgular bütün olarak değerlendirildiğinde, SKÖ-E'nin Türk ve Moğol örneklemlerinde hem eşik hem de faktör yükü düzeyinde ölçüm değişmezliği sergilediği sonucuna ulaşılmaktadır. Sağlanan değişmezlik, iki grubun maddeleri aynı kategori sınırlarından ve aynı ayırt edicilik gücüyle yanıtladığına işaret etmekte ve gruplar arası gizil ortalama karşılaştırmaları için gerekli yöntemsel koşulu sağlamaktadır.

Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin Yapı Geçerliği ve Güvenirliği

Bu bölümde, Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin yapı geçerliği, güvenirliği ile Türk ve Moğol örneklemleri arasındaki ölçüm değişmezliği bulguları verilmiştir.

Ölçüm Modelinin İncelenmesi. Ölçüm modeli 20 maddeden oluşan tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Model tek boyutlu olduğundan çapraz yükler bulunmamaktadır. Kabul edilebilir uyum için eşik değerleri madde sayısı ≥ 12 - ≤ 30 ve kişi sayısı > 250 olması durumunda önemli p değerine sahip ki-kare yanında CFI ya da TLI ≥ .92, SRMR ve RMSEA'nın yaklaşık ≤ .08 olmasını önermektedirler (Hair vd., 2019). Her iki örneklem için

ayrı ayrı yürütülen tek gruplu DFA sonuçları Tablo 6'da standartlaştırılmış faktör yükleri ise Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 6.

Tek Gruplu Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri

Örneklem	χ^2	sd	χ^2/sd	CFI	TLI	RMSEA	90% GA	SRMR
Türk	268	170	1.58	.93	.92	.05	[.04, .06]	.05
Moğol	276	170	1.62	.95	.95	.04	[.03, .05]	.04

Not. χ^2: Ki-kare; Sd: Serbestlik Derecesi; GA: Güven Aralığı; CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi; TLI: Tucker-Lewis İndeksi; RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü; SRMR: Standartlaştırılmış Artıkların Ortalamasının Karekökü

Tek faktörlü ölçüm modelinin Türk örneklemindeki uyumu şu değerlerle özetlenebilir: $\boldsymbol{\chi^2_{170}}$ = 268, CFI = .93, TLI = .92, RMSEA = .05 [%90 GA: .04, .06], SRMR = .05. Moğol örnekleminde ise $\boldsymbol{\chi^2_{170}}$ = 276, CFI = .95, TLI = .95, RMSEA = .04 [%90 GA: .03, .05], SRMR = .04 olarak elde edilmiştir. Her iki örneklemde de uyum indeksleri alanyazında önerilen kabul edilebilir eşik değerleri karşılamaktadır (Hair vd., 2019). Moğol örnekleminin görece daha yüksek CFI ve daha düşük RMSEA değerleri sergilediği dikkat çekmekle birlikte, bu örüntü modelin yapısal geçerliğini değiştirmemekte; aksine duygusal farkındalığın tek faktörlü yapısının her iki kültürel bağlamda tutarlı biçimde desteklendiğine işaret etmektedir.

Tablo 7.

Standartlaştırılmış Faktör Yükleri (λ)

Madde	Türk Örneklem (λ)	Moğol Örneklem (λ)
L1	.40	.48
L2	.43	.45
L3	.52	.49
L4	.56	.60
L5	.51	.53
L6	.58	.57
L7	.55	.50
L8	.64	.55
L9	.58	.53
L10	.56	.55
L11	.54	.53
L12	.58	.48
L13	.66	.60
L14	.49	.58
L15	.36	.51
L16	.52	.52
L17	.52	.63

L18	.59	.63
L19	.59	.58
L20	.51	.64

*Not***.** λ: faktör yükü. Tüm yükler istatistiksel olarak önemlidir ($p < .001$).

Türk örnekleminde standartlaştırılmış faktör yükleri .36 (L15) ile .66 (L13) arasında değişmektedir. L15 maddesinin görece düşük yükü dikkat çekici olmakla birlikte, kabul edilebilir alt sınır olan .30'un üzerindedir (Hair vd., 2019). Moğol örnekleminde faktör yükleri .45 (L2) ile .64 (L20) arasında olup daha homojen bir dağılım sergilemektedir. İki örnekleme ait yük değerleri kümesi karşılaştırıldığında, Moğol örnekleminin ortalaması Türk örneklemine kıyasla görece daha yüksek ve daha dar bir aralıkta yayıldığı görülmektedir; bu durum Moğol örneklemindeki gizil değişken - madde ilişkisinin daha dengeli olduğuna işaret etmektedir.

Güvenirlik, Yakınsak ve Iraksak Geçerlik Katsayıları. DFDÖ ölçümlerinden elde edilen güvenirlik ve yakınsak geçerlik katsayıları Tablo 8'de özetlenmektedir.

Tablo 8.

Güvenirlik ve Yakınsak Geçerlik Katsayıları

Örneklem	CR	McDonald ω	AVE	Cronbach α
Türk (n = 322)	.89	.89	.29	.88
Moğol (n = 470)	.90	.90	.30	.90

*Not***.** CR: Bileşik Güvenirlik; ω: McDonald Omega; AVE: Açıklanan Ortalama Varyans; α: Cronbach Alfa.

Güvenirlik bulguları incelendiğinde, bileşik güvenirlik (CR) katsayılarının Türk örnekleminde .89, Moğol örnekleminde ise .90 olduğu görülmektedir. Cronbach α değerleri de sırasıyla .88 ve .90 olarak elde edilmiş; her iki katsayı da Hair vd.'nin (2019) önerdiği .70 alt sınırını belirgin biçimde aşmıştır. McDonald ω katsayıları CR değerleriyle örtüşmekte ve güvenirlik bulgularının tahminciyle tutarlılığını ortaya koymaktadır.

Bu bulgu, maddelerdeki toplam varyansın ortalama yalnızca %29-30'unun ortak faktör tarafından açıklandığına; kalan kısmın ölçüm hatası ve maddeye özgü varyanstan

kaynaklandığına ve yakınsak geçerlik kanıtlarının sınırlı kaldığına işaret etmektedir. Yüksek CR ve ω değerlerine karşın AVE'nin düşük kalması, bileşik güvenirliğin madde sayısından yararlanması, AVE'nin ise ortalama standartlaştırılmış yük büyüklüğüne dayanması nedeniyle olabilir. AVE'nin görece düşük olması, büyük olasılıkla 20 maddelik tek faktörlü yapıda faktör yüklerinin orta düzeyde dağılmasıyla ilişkili olmasından kaynaklanabilir.

Ölçüm Değişmezliği. DFDÖ'nün Türk ve Moğol örneklemlerinde ölçüm değişmezliğini sınamak amacıyla ÇG-DFA uygulanmıştır. Analizlerde Vandenberg ve Lance (2000) tarafından önerilen hiyerarşik test dizisi izlenmiş; sırasıyla configural, metrik, skaler ve (tam skaler değişmezliğin sağlanamaması üzerine) kısmi skaler değişmezlik modelleri test edilmiştir. Model karşılaştırmalarında ki-kare fark testi ile birlikte uyum indekslerindeki önerilen değişim sınırları ΔCFI ≤ -.010 ve ΔRMSEA ≤ .015 (Chen, 2007; Cheung ve Rensvold, 2002) referans alınmıştır. Analiz sonuçları Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9.

Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları

Model	χ^2	sd	CFI	TLI	RMSEA	90% GA	SRMR	$\Delta\chi^2$	Δsd	p
Configural	642.3	340	.94	.93	.04	[.04, .05]	.04	-	-	-
Metric	676.9	359	.94	.94	.04	[.04, .05]	.05	26.92	19	.11
Scalar	845.7	378	.90	.90	.05	[.05, .06]	.06	161.74	19	< .001
Kısmi Scalar	714.7	372	.93	.93	.04	[.04, .05]	.056	35.47	13	< .001

Not. χ^2: Ki-kare; sd: serbestlik derecesi; CFI: karşılaştırmalı uyum indeksi; TLI: Tucker-Lewis indeksi; RMSEA: yaklaşık hataların ortalama karekökü; %90 GA: RMSEA için %90 güven aralığı; SRMR: standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü; Δχ²: Satorra-Bentler (2001) ölçekli ki-kare fark istatistiği; Δsd: serbestlik derecesi farkı. χ² değerleri ölçekli (scaled) test istatistikleridir; $\Delta\chi^2$ ölçekli fark testine dayanır ve model χ^2 değerlerinin doğrudan farkı değildir. Hiyerarşik karşılaştırmalar: Metric–Configural ($\Delta\chi^2$ = 26.92, Δsd = 19), Scalar–Metric ($\Delta\chi^2$ = 161.74, Δsd = 19) ve Kısmi Scalar–Metric ($\Delta\chi^2$ = 35.47, Δsd = 13)

Configural model, her iki grupta aynı faktör yapısının tanımlandığı, buna karşın faktör yükleri ve intercept parametrelerinin herhangi bir eşitlik kısıtı getirilmeksizin serbestçe tahmin edildiği referans modelini oluşturmaktadır. Model verilere kabul edilebilir uyum sergilemiştir: $\boldsymbol{\chi^2_{340}}$ = 642.3, CFI = .94, TLI = .93, RMSEA = .04 [%90 GA: .04, .05], SRMR = .04. Bu bulgular, tek faktörlü yapının her iki kültürel bağlamda temel biçimiyle desteklendiğini ve configural değişmezliğin sağlandığını ortaya koymaktadır.

Metric modelde tüm maddelere ait faktör yüklerine gruplar arası eşitlik kısıtı getirilmiş; intercept parametreleri gruba özgü tahmin edilmeye devam etmiştir. Configural

modele kıyasla uyum indekslerinde önemli bir bozulma gözlemlenmemiştir: χ^2_{359}= 676.9, CFI = .94 (ΔCFI = -.003), TLI = .94, RMSEA = .04 (ΔRMSEA = .00), SRMR = .05. Ki-kare fark testi de istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur: $\Delta\chi^2_{19}$ = 26.92, p = .11. Bu sonuç, tüm maddelere ait faktör yüklerinin Türk ve Moğol örneklemlerinde eşdeğer olduğunu ve metrik değişmezliğin sağlandığını göstermektedir.

Skaler (tam) değişmezlik modelinde faktör yüklerine ek olarak madde intercept parametrelerinin tamamına da gruplar arası eşitlik kısıtı getirilmiştir. Metrik modele kıyasla model uyumunda belirgin bir bozulma gözlemlenmiştir: χ^2_{378} = 845.7, CFI = .90 (ΔCFI = -.04), TLI = .90, RMSEA = .05 (ΔRMSEA = .01), SRMR = .06. Ki-kare fark testi istatistiksel olarak önemlidir: $\Delta\chi^2(19)$ = 161.74, p < .001. Bu bulgular tam skaler değişmezliğin sağlanmadığını ortaya koymaktadır. Modifikasyon indeksleri incelendiğinde intercept farklılaşmasının en belirgin biçimde L2, L11, L12, L15, L16 ve L17 maddelerinde gözlemlendiği saptanmıştır.

Bu doğrultuda söz konusu altı maddenin intercept parametreleri eşitlik kısıtından muaf tutularak kısmi skaler değişmezlik modeli kurulmuştur. Kısmi değişmezlik modellerinde, örtük ortalama karşılaştırmalarının savunulabilmesi için intercept parametrelerinin çoğunluğunun kısıtlı kalması gerekmekte olup (Byrne vd., 1989), bu çalışmada 20 maddenin 14'üne eşitlik kısıtı getirilmesiyle bu koşul karşılanmıştır. Kısmi skaler modele ilişkin uyum indeksleri şu değerleri almaktadır: χ^2_{372} = 714.7, CFI = .93, TLI = .93, RMSEA = .04 [%90 GA: .04, .05], SRMR = .06. Metrik modele kıyasla uyum indekslerindeki değişim kabul edilebilir sınırlar içinde kalmıştır: ΔCFI = -.01, ΔRMSEA = .00 (Chen, 2007; Cheung & Rensvold, 2002). Ki-kare fark testi, kısmi skaler modelin metrik modele kıyasla farkının istatistiksel bakımdan önemli olduğunu göstermektedir: $\Delta\chi^2_{13}$ = 35.47, p < .001. Buna karşın kısmi skaler ile tam skaler model arasındaki fark da önemlidir: $\Delta\chi^2_6$ = 131.61, p < .001. Bu sonuç, serbest bırakılan altı intercept parametresinin yeniden kısıtlanmasının model uyumunu belirgin biçimde bozduğunu ve bu maddelerin gerçekten gruplar arası farklılaştığını doğrulamaktadır. Serbest bırakılan altı maddenin intercept

parametrelerinin gruplar arasında farklılaşması, bu maddelerde aynı gizil düzeye sahip bireylerin kültüre bağlı farklı referans noktalarından hareketle tepki verdiğine işaret etmektedir.

Ölçüm değişmezliği literatüründe, intercept parametrelerinin çoğunluğunun gruplar arası kısıtlı kalması koşuluyla, kısmi skaler değişmezliğin gruplar arası örtük ortalama karşılaştırmaları için yeterli bir temel oluşturduğu kabul görmektedir (Byrne vd., 1989; Meredith, 1993). Bu çalışmada 20 maddenin 14'ünün intercept parametresi gruplar arasında eşit tutulmuş, bu da söz konusu koşulu karşılamıştır. Dolayısıyla Türk ve Moğol örneklemleri arasında gizil ortalama düzeyinde karşılaştırma yapılması metodolojik olarak savunulabilir.

Türk ve Moğol örneklemlerinin duygusal farkındalık düzeyleri bağımsız örneklemler t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçları, duygusal farkındalık toplam puanlarının ülkelere göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir, $t(787.29) = -15.12$, $p < .001$. Türk örnekleminin duygusal farkındalık puan ortalaması ($M = 56.87$, $SS = 10.68$), Moğol örnekleminin ortalamasından ($M = 43.23$, $SS = 14.70$) anlamlı derecede yüksektir. Gruplar arasındaki ortalama farkı 13.64 puan olup, %95 güven aralığı [-15.41, -11.87] olarak hesaplanmıştır. Etki büyüklüğü analizi, ülkeler arasındaki farkın büyük düzeyde olduğunu göstermiştir (Cohen's $d = 1.03$, %95 GA [0.88, 1.18]). Bu bulgu, duygusal farkındalık düzeylerinin Türk ve Moğol örneklemleri arasında anlamlı ve yüksek düzeyde farklılaştığını ortaya koymaktadır.

YŞÖ-KF-3'ün yapı geçerliği ve güvenirliği

YŞÖ-KF-3'ün yapı geçerliğini ve güvenirliğini incelemek amacıyla Türk ve Moğol örneklemleri üzerinde yürütülen doğrulayıcı faktör analizi (DFA) bulgularına yer verilmiştir. Ölçek 18 alt boyuttan ve toplam 90 maddeden oluşmaktadır. Ölçüm modeli Young'ın kuramsal yaklaşımına uygun biçimde yapılandırılmış olup her faktör beş madde ile temsil edilmiştir.

4.3.1 **Ölçüm Modelinin Tanımlanması**. Hair vd. (2019), madde sayısı > 30 ve örneklem > 250 olduğunda; önemli ki-kare ile birlikte CFI ya da TLI ≥ .92 ve RMSEA ile SRMR ≤ .08 değerlerinin kabul edilebilir uyuma işaret ettiğini önermektedir. Her iki örneklem için yürütülen DFA sonuçları Tablo 10'da standartlaştırılmış faktör yükleri ise Tablo 11'de sunulmuştur.

Tablo 10.

Young Şema Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum İyiliği Değerleri

Örneklem	χ^2	sd	χ^2/sd	CFI	TLI	RMSEA	%90 GA	SRMR
Moğol	12,936.19	3762	3.44	.989	.988	.084	[.083, .086]	.071
Türk	10,998.29	3762	2.92	.966	.964	.085	[.083, .087]	.091

Not. χ^2: Ki-kare; Sd: Serbestlik Derecesi; GA: Güven Aralığı; CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi; TLI: Tucker-Lewis İndeksi; RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü; SRMR: Standartlaştırılmış Artıkların Ortalama Karekökü.

Moğol örneklemine ait 18 faktörlü ölçüm modelinin uyumu χ^2_{3762} = 12,936.19, CFI = .989, TLI = .988, RMSEA = .084 [%90 GA: .083, .086] ve SRMR = .071 değerleriyle özetlenebilir. Türk örnekleminde ise χ^2_{3762}= 10,998.29, CFI = .966, TLI = .964, RMSEA = .085 [%90 GA: .083, .087] ve SRMR = .091 olarak elde edilmiştir.

Her iki örneklemde de CFI ve TLI .92'nin üzerindedir (Moğol: CFI = .989, TLI = .988; Türk: CFI = .966, TLI = .964). RMSEA değerleri her iki örneklemde .084 - .085 düzeyinde olup %90 güven aralıklarının üst sınırı (.086-.087) .08 eşiğinin bir miktar üzerindedir. Bu durum, RMSEA açısından uyumun sınırda kaldığına işaret etmektedir; ancak CFI ve TLI'nin güçlü değerleri ve büyük serbestlik dereceli karmaşık modellerde RMSEA'nın yukarı yönlü yanlılık gösterebildiği dikkate alındığında, genel uyum örüntüsü kabul edilebilir düzeyde değerlendirilmiştir.

SRMR değerleri açısından Moğol örneklemi (.071) .08 eşiğinin altında kalırken, Türk örnekleminde (.091) bu eşiğin üzerinde bulunmuştur. CFI, TLI ve SRMR ölçütleri birlikte değerlendirildiğinde ölçüm modelinin Moğol örnekleminde görece daha iyi uyum gösterdiği söylenebilir. Bununla birlikte, her iki örneklemde de 18 faktörlü yapının kabul edilebilir düzeyde yapısal geçerlik sergilediği değerlendirilmektedir.

Tablo 11.

Young Şema Ölçeğinin Standartlaştırılmış Faktör Yükleri

Faktör	Madde	Moğol Örneklem	Türk Örneklem
F1	1	.57	.61
	19	.83	.86
	37	.83	.80
	55	.86	.90
	73	.83	.84
F2	2	.65	.65
	20	.72	.79
	38	.82	.75
	56	.77	.44
	74	.85	.79
F3	3	.67	.71
	21	.84	.72
	39	.77	.82
	57	.77	.68
	75	.75	.62
F4	4	.64	.67
	22	.68	.47
	40	.80	.79
	58	.87	.76
	76	.84	.82
F5	9	.63	.62
	27	.71	.44
	45	.77	.53
	63	.81	.76
	81	.83	.92
F6	5	.68	.68
	23	.83	.83
	41	.83	.84
	59	.80	.84
	77	.85	.80
F7	6	.78	.78
	24	.84	.88
	42	.82	.70
	60	.85	.89
	78	.88	.85
F8	7	.71	.71
	25	.83	.82
	43	.79	.80
	61	.84	.84
	79	.86	.84
	8	.77	.75

	26	.78	.74
F9	44	.81	.54
	62	.74	.63
	80	.73	.72
	10	.74	.75
	28	.79	.81
F10	46	.68	.59
	64	.78	.81
	82	.79	.76
	11	.56	.57
	29	.67	.61
F11	47	.85	.72
	65	.64	.67
	83	.76	.80
	12	.69	.81
	30	.82	.82
F12	48	.86	.88
	66	.74	.75
	84	.78	.64
	13	.60	.43
	31	.75	.55
F13	49	.60	.41
	67	.74	.77
	85	.81	.82
	14	.74	.66
	32	.70	.51
F14	50	.72	.41
	68	.68	.56
	86	.65	.66
	15	.75	.51
	33	.82	.72
F15	51	.76	.63
	69	.58	.52
	87	.76	.78
	16	.70	.57
	34	.72	.74
F16	52	.88	.88
	70	.74	.62
	88	.75	.59
	17	.73	.71
	35	.78	.78
F17	53	.86	.68
	71	.82	.79
	89	.75	.61
	18	.55	.48
	36	.71	.78
F18	54	.71	.37
	72	.66	.45
	90	.85	.92

Not. F1: Duygusal Yoksunluk; F2: Terk Edilme; F3: Güvensizlik/İstismar; F4: Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma; F5: İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik; F6: Kusurluluk/Utanç; F7: Başarısızlık; F8: Bağımlılık/Yetersizlik; F9: Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık; F10: Boyun Eğicilik; F11: Kendini Feda; F12: Duyguları Bastırma; F13: Yüksek Standartlar; F14: Haklılık/Büyüklük; F15: Yetersiz Özdenetim; F16: Onay Arayıcılık; F17: Karamsarlık/Kötümserlik; F18: Cezalandırıcılık; Tüm faktör yükleri istatistiksel olarak önemlidir ($p < .001$).

Moğol örnekleminde standartlaştırılmış faktör yükleri .55 (M18) ile .88 (M52) arasında değişmektedir. Türk örnekleminde ise faktör yükleri .37 (M54) ile .92 (M90) arasında değişmektedir. Tüm maddelerin faktör yükleri istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p < .001$).

Moğol örnekleminde maddelerin faktör yüklerinin büyük çoğunluğu .70 ile .85 arasında yoğunlaşmakta olup, bu durum maddelerin ilgili faktörleri yeterli ve güçlü düzeyde temsil ettiğini göstermektedir (Kline, 2023). Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç, Başarısızlık, Bağımlılık/Yetersizlik ve Karamsarlık/Kötümserlik faktörlerine ait maddeler yüksek ve görece dar aralıkta dağılan yükler sergilemektedir. Türk örnekleminde ise bazı maddeler görece düşük yük değerlerine sahiptir; .50 eşiğinin altında kalan maddeler M54 (.37), M49 (.41), M50 (.41), M27 (.44), M56 (.44), M72 (.45) ve M22 (.47) olarak sıralanabilir. Bu maddeler faktörleriyle istatistiksel olarak önemli ilişki göstermeye ve içeriksel olarak ilgili şema boyutunu temsil etmeye devam ettiğinden ölçüm modelinde tutulmuştur. Bununla birlikte .50 eşiğinin altındaki yükler (Hair vd., 2019), söz konusu maddelerin Türk örnekleminde görece zayıf göstergeler olduğuna işaret etmektedir.

İki örnekleme ait yük örüntüleri karşılaştırıldığında, Moğol örnekleminde yük aralığının (.55–.88) Türk örneklemine (.37–.92) kıyasla belirgin biçimde daha dar olduğu görülmektedir. Bu betimsel örüntü, gizil değişken ile madde ilişkilerinin Moğol örnekleminde daha homojen bir dağılım sergilediğine işaret etmektedir.

Güvenirlik ve Yakınsak Geçerlik Katsayıları. YŞÖ-KF-3 ölçümlerinden elde edilen yakınsak ve ıraksak geçerlik katsayıları Tablo 12'de özetlenmektedir.

Tablo 12.

Güvenirlik ve Yakınsak Geçerlik Katsayıları: (Moğol-Türk)

Moğol	ω	$\omega 2$	$\omega 3$	α	α *(sıralı)*	CR	AVE
F1	.85	.85	.85	.84	.89	.90	.60
F2	.85	.85	.85	.83	.87	.90	.60
F3	.85	.85	.88	.82	.87	.90	.60
F4	.85	.85	.87	.82	.88	.90	.60
F5	.82	.82	.85	.79	.86	.90	.60

F6	.86	.86	.87	.85	.90	.90	.60
F7	.90	.9	.91	.88	.92	.90	.70
F8	.87	.87	.88	.86	.90	.90	.70
F9	.84	.84	.84	.82	.88	.90	.60
F10	.83	.83	.84	.82	.87	.90	.60
F11	.80	.8	.78	.79	.82	.80	.50
F12	.86	.86	.87	.85	.88	.90	.60
F13	.80	.8	.8	.78	.83	.80	.50
F14	.80	.8	.8	.79	.83	.80	.50
F15	.82	.82	.83	.80	.85	.90	.60
F16	.85	.85	.86	.84	.87	.90	.60
F17	.87	.87	.87	.86	.89	.90	.60
F18	.79	.79	.84	.73	.82	.80	.50

Türk	ω	$\omega 2$	$\omega 3$	α	α *(sıralı)*	CR	AVE
F1	.86	.86	.87	.85	.9	.9	.7
F2	.74	.74	.78	.7	.81	.8	.5
F3	.81	.81	.81	.79	.83	.8	.5
F4	.8	.8	.82	.76	.83	.8	.5
F5	.73	.73	.7	.72	.78	.8	.5
F6	.85	.85	.86	.83	.9	.9	.6
F7	.87	.87	.88	.86	.91	.9	.7
F8	.85	.85	.86	.84	.9	.9	.6
F9	.77	.77	.79	.75	.81	.8	.5
F10	.82	.82	.82	.8	.86	.9	.6
F11	.77	.77	.76	.77	.8	.8	.5
F12	.85	.85	.87	.83	.88	.9	.6
F13	.7	.7	.7	.69	.73	.7	.4
F14	.65	.65	.64	.64	.69	.7	.3
F15	.73	.73	.71	.71	.77	.8	.4
F16	.78	.78	.8	.76	.81	.8	.5
F17	.81	.81	.84	.79	.84	.8	.5
F18	.63	.63	.59	.65	.73	.8	.4

Not. F1: Duygusal Yoksunluk; F2: Terk Edilme; F3: Güvensizlik/İstismar; F4: Sosyal İzolasyon; F5: İç İçe Geçme; F6: Kusurluluk/Utanç; F7: Başarısızlık; F8: Bağımlılık/Yetersizlik; F9: Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık; F10: Boyun Eğicilik; F11: Kendini Feda; F12: Duyguları Bastırma; F13: Yüksek Standartlar; F14: Haklılık; F15: Yetersiz Özdenetim; F16: Onay Arayıcılık; F17: Karamsarlık; F18: Cezalandırıcılık; ω: omega güvenirlik, α: Alfa güvenirlik, CR: Bileşik güvenirlik, AVE: Açıklanan Ortalama Varyans

Güvenirlik bulguları incelendiğinde, Moğol örnekleminde Cronbach α katsayılarının .73 ile .88 arasında, McDonald ω katsayılarının ise .79 ile .90 arasında değiştiği görülmektedir. Moğol örnekleminde tüm güvenirlik katsayıları Hair vd.'nin (2019) önerdiği .70 alt sınırını aşmakta olup bu durum ölçümlerin yeterli iç tutarlılığa sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Türk örnekleminde Cronbach α katsayıları .64 ile .86, ω katsayıları .63 ile .87 arasındadır. Bu değerlerin büyük çoğunluğu .70 ölçütünü karşılamakta; yalnızca birkaç

boyutta (örneğin, Haklılık ve Cezalandırıcılık) katsayılar .60-.70 aralığında kalmaktadır. Keşfedici nitelikteki çalışmalarda .60-.70 aralığının sınırda kabul edilebilir sayıldığı (Hair vd., 2019) dikkate alındığında, ölçeğin Türk örnekleminde de genel olarak yeterli düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu değerlendirilebilir.

Yakınsak geçerlik açısından değerlendirildiğinde, Moğol örnekleminde AVE değerlerinin .50 ile .70 arasında değiştiği görülmektedir. Fornell ve Larcker'a (1981) göre AVE değerlerinin .50 ve üzerinde olması, bir faktördeki maddelerin ortak varyansı yeterli düzeyde açıkladığını ve yakınsak geçerliğin sağlandığını gösterir; bu ölçüt Moğol örnekleminde tüm boyutlarda karşılanmıştır. Türk örnekleminde ise AVE değerleri .30 ile .70 arasında seyretmiş, 18 faktörden 14'ünde .50 ve üzerinde bulunmuştur. Buna karşın Yüksek Standartlar (F13), Haklılık (F14), Yetersiz Özdenetim (F15) ve Cezalandırıcılık (F18) boyutlarında AVE değerleri .30-.40 aralığında kalarak bu eşiğin altında yer almıştır. Bu durum, ilgili faktörlerde maddelerin ortak varyansı açıklama düzeyinin görece sınırlı olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, AVE .50'nin altında olsa dahi bileşik güvenirliğin yeterli düzeyde bulunması durumunda yakınsak geçerliğin kabul edilebilir sayılabileceği yönündeki yaklaşım (Fornell ve Larcker, 1981) dikkate alındığında, bu dört boyut dışında ölçeğin genel olarak yeterli yakınsak geçerlik kanıtı sunduğu söylenebilir.

Bileşik güvenirlik (CR) katsayıları Moğol örnekleminde .80 ile .90, Türk örnekleminde .70 ile .90 arasında değişmektedir. Her iki örneklemde de katsayıların büyük çoğunluğu Hair vd.'nin (2019) önerdiği .70 alt sınırını aşmaktadır. Bu bulgular, ölçeğin her iki kültürel bağlamda da bileşik güvenirlik düzeyinin yeterli olduğunu göstermektedir.

Iraksak Geçerlik. Iraksak geçerlik, MSV, ASV ve HTMT katsayıları incelenerek değerlendirilmiştir. Bulgular Tablo 13'te sunulmaktadır.

Tablo 13.

HTMT katsayıları (Moğol-Türk)

Moğol	MSV	ASV	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11	F12	F13	F14	F15	F16	F17	F18
F1	1.00	.70	-	.89	.83	.94	.96	.98	.87	.92	.92	.95	.68	.81	.75	.75	.81	.71	.85	.76
F2	1.00	.80	.88	-	.95	.94	.9	.95	.84	.88	.96	.99	.92	.86	.96	.91	.87	.93	.94	.87
F3	.90	.90	.82	.95	-	.91	.82	.85	.81	.8	.9	.88	.86	.83	.91	.87	.83	.84	.91	.83
F4	1.00	.80	.93	.94	.91	-	.95	1.01	.88	.93	.94	.97	.8	.95	.88	.86	.84	.82	.9	.8
F5	1.10	.80	.95	.9	.82	.95	-	1.04	.93	1.02	1.02	1.04	.8	.87	.82	.81	.9	.77	.87	.85
F6	1.10	.90	.98	.94	.84	1	1.04	-	.97	1.02	1.03	1.01	.77	.9	.84	.81	.89	.79	.92	.88

F7	1.00	.80	.87	.84	.81	.88	.93	.97	-	1.01	.95	.97	.78	.86	.77	.74	.86	.76	.88	.76
F8	1.10	.80	.92	.88	.8	.92	1.02	1.02	1.01	-	1.01	1.03	.79	.86	.81	.79	.9	.79	.9	.82
F9	1.10	.90	.92	.96	.9	.94	1.02	1.03	.95	1.01	-	1.05	.84	.88	.9	.87	.91	.85	1.02	.9
F10	1.10	.90	.95	.99	.88	.97	1.04	1.01	.97	1.03	1.05	-	.93	.96	.92	.91	.93	.89	.97	.87
F11	.90	.70	.68	.92	.86	.8	.8	.76	.78	.79	.84	.92	-	.82	.96	.93	.85	.85	.87	.91
F12	.90	.70	.81	.86	.83	.95	.87	.9	.85	.85	.88	.96	.81	-	.92	.84	.85	.81	.87	.79
F13	1.10	.80	.75	.95	.91	.88	.82	.84	.76	.81	.9	.92	.96	.91	-	1.05	.93	.94	.92	.99
F14	1.10	.80	.75	.9	.87	.86	.81	.81	.74	.79	.87	.91	.93	.84	1.05	-	.97	.97	.89	.91
F15	1.00	.80	.81	.87	.83	.84	.9	.89	.86	.9	.91	.93	.84	.85	.93	.97	-	.93	.93	.81
F16	1.00	.70	.71	.93	.84	.82	.77	.79	.76	.79	.85	.89	.85	.81	.94	.97	.93	-	.9	.83
F17	1.00	.80	.85	.94	.91	.9	.87	.92	.88	.9	1.02	.97	.86	.87	.92	.89	.92	.9	-	.88
F18	1.00	.70	.75	.87	.83	.79	.85	.88	.76	.82	.9	.87	.9	.79	.98	.91	.81	.83	.88	-

Türk	**MSV**	**ASV**	**F1**	**F2**	**F3**	**F4**	**F5**	**F6**	**F7**	**F8**	**F9**	**F10**	**F11**	**F12**	**F13**	**F14**	**F15**	**F16**	**F17**	**F18**
F1	.7	.4	-	.72	.59	.8	.59	.82	.71	.73	.6	.77	.7	.61	.55	.51	.5	.43	.52	.73
F2	.8	.6	.71	-	.74	.79	.71	.92	.76	.9	.81	.91	.7	.58	.6	.71	.74	.8	.78	.79
F3	.7	.4	.59	.74	-	.78	.53	.65	.49	.55	.69	.6	.73	.57	.65	.75	.54	.65	.82	.74
F4	.7	.5	.8	.78	.78	-	.64	.83	.68	.71	.71	.75	.67	.84	.63	.73	.64	.56	.65	.74
F5	.8	.4	.59	.7	.52	.64	-	.74	.76	.83	.82	.89	.6	.57	.53	.58	.64	.5	.65	.7
F6	.9	.6	.82	.92	.65	.83	.73	-	.91	.94	.73	.93	.67	.7	.56	.55	.6	.56	.7	.84
F7	.9	.5	.71	.76	.48	.67	.75	.91	-	.95	.69	.89	.65	.59	.45	.44	.64	.49	.59	.78
F8	.9	.5	.72	.9	.55	.71	.83	.94	.95	-	.74	.95	.6	.66	.45	.55	.64	.56	.61	.81
F9	.9	.5	.6	.81	.69	.7	.81	.73	.69	.74	-	.77	.62	.49	.61	.61	.7	.57	.93	.72
F10	.9	.6	.76	.9	.59	.74	.88	.93	.89	.95	.77	-	.76	.66	.59	.56	.7	.66	.69	.75
F11	.6	.4	.7	.69	.73	.66	.6	.67	.65	.59	.62	.76	-	.52	.7	.68	.63	.63	.64	.73
F12	.7	.4	.61	.58	.57	.83	.56	.7	.59	.66	.49	.66	.52	-	.61	.62	.43	.41	.48	.62
F13	.7	.4	.55	.59	.65	.62	.52	.55	.44	.44	.61	.58	.7	.6	-	.85	.53	.7	.71	.75
F14	.7	.5	.51	.71	.75	.72	.57	.55	.44	.55	.61	.55	.68	.62	.84	-	.85	.8	.74	.75
F15	.7	.4	.5	.73	.54	.64	.63	.59	.64	.63	.69	.69	.63	.43	.52	.85	-	.71	.67	.58
F16	.6	.4	.43	.8	.65	.56	.5	.56	.49	.56	.57	.66	.62	.4	.69	.8	.71	-	.72	.61
F17	.9	.5	.52	.78	.82	.65	.64	.7	.59	.61	.93	.68	.63	.48	.7	.74	.67	.72	-	.83
F18	.7	.5	.72	.78	.73	.72	.68	.83	.77	.79	.71	.74	.71	.61	.73	.73	.57	.6	.81	-

Not F1: Duygusal Yoksunluk; F2: Terk Edilme; F3: Güvensizlik/İstismar; F4: Sosyal İzolasyon; F5: İç İçe Geçme; F6: Kusurluluk/Utanç; F7: Başarısızlık; F8: Bağımlılık/Yetersizlik; F9: Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık; F10: Boyun Eğicilik; F11: Kendini Feda; F12: Duyguları Bastırma; F13: Yüksek Standartlar; F14: Haklılık; F15: Yetersiz Özdenetim; F16: Onay Arayıcılık; F17: Karamsarlık; F18: Cezalandırıcılık; , MSV: Maksimum Paylaşılan Varyans, ASV: Ortalama Paylaşılan Varyans. HTMT: Farklı Özellik-Aynı Özellik Oranı; Köşegenin Altındaki Değerler HTMT2, Üstündekiler HTMT

Iraksak geçerlik açısından Moğol örneklemine ait ölçüm modeli incelendiğinde, 18 alt boyutun hiçbirinde temel koşul karşılanamamıştır: bir faktörün ortalama açıklanan varyansı (AVE), o faktörün diğerleriyle paylaştığı maksimum (MSV) ve ortalama paylaşılan varyanstan (ASV) büyük olmalıdır (bkz. Tablo 13). Boyutların AVE değerleri .50 ile .70 arasında kalırken, MSV değerleri .90 ile 1.10, ASV değerleri ise .70 ile .90 arasında değişerek ilgili AVE değerlerini aşmıştır. Burada MSV değerlerinin 1.00'i aşması (ör., F5, F6, F8, F9, F10, F13, F14 boyutlarında 1.10), faktörler arası ilişkilerin standartlaştırılmış metrikte teorik üst sınırı geçtiğine; yani bazı boyutların ampirik olarak ayrışmadığına işaret etmektedir. Bu örüntü, faktörler arası paylaşılan varyansın faktörlerin kendi açıklayıcılığından yüksek olduğunu ve modelde belirgin kavramsal örtüşme bulunduğunu göstermektedir. Aynı örneklemde HTMT değerleri .68 ile 1.05 arasında değişmektedir. Henseler vd. (2015) tarafından önerilen .90 eşiği dikkate alındığında, çok sayıda faktör çifti bu sınırı aşmış, hatta bazı çiftlerde değer 1.00'i geçmiştir. Değerlerin en yüksek olduğu çiftler F5-F6 (HTMT = 1.04), F9-F10 (HTMT = 1.05) ve F13-F14 (HTMT = 1.05) olarak öne çıkmaktadır. Buna karşılık bazı çiftlerde değerlerin .85'in altında kalması (F1-F11 = .68, F1-

F16 = .71, F7-F14 = .74, F1-F18 = .75), belirli boyutlar arasında görece daha kabul edilebilir bir ayrışma bulunduğunu göstermektedir. Yine de genel tablo, faktörler arasında yüksek düzeyde ilişki bulunduğuna ve ıraksak geçerliğin Moğol örnekleminde sağlanamadığına işaret etmektedir. Bu sınırlılığın bağlamsal olarak yorumlanması gerektiği ileri sürülebilir; çünkü psikolojik yapıların ölçümünde kuramsal olarak ilişkili faktörler arasında yüksek korelasyonların gözlenmesi alanyazında yaygın bir bulgudur (Brown, 2015; Kline, 2023). Bununla birlikte, 1.00'i aşan HTMT ve MSV değerleri yalnızca kuramsal yakınlıkla açıklanamayacak kadar yüksektir ve 18 faktörlü yapının bu örneklemde ampirik olarak ayrışmadığını düşündürmektedir.

Türk örnekleminde bulgular farklılaşmaktadır. F1, F3, F5, F7, F8, F11, F12 ve F16 boyutlarında ASV < AVE koşulu sağlanmış; ancak MSV < AVE kuralı hiçbir faktörde karşılanamamıştır (bkz. Tablo 14). F1 faktöründe MSV ve AVE değerleri eşit bulunmuştur (.70). Geriye kalan faktörlerde MSV değerleri (.60-.90 aralığı), faktörlerin kendi AVE değerlerinden (.30-.60 aralığı) yüksek hesaplanmıştır. HTMT değerleri ise .43 ile .95 arasında değişmektedir. Henseler vd. (2015) tarafından önerilen .90 eşiği dikkate alındığında, faktör çiftlerinin büyük çoğunluğu bu sınırın altında kalmış, yalnızca birkaç çiftte eşik aşılmıştır: F6-F7 (HTMT = .91), F7-F8 (HTMT = .95) ve F9-F17 (HTMT = .93). HTMT değerlerinin önemli bir kısmının .50 ile .80 arasında yoğunlaşması, pek çok faktör arasında kabul edilebilir düzeyde ıraksak geçerlik sağlandığına işaret etmektedir. Özellikle F1-F16 (.43), F7-F14 (.44), F7-F13 (.45) ve F3-F7 (.48) gibi düşük değerler, bu boyutların birbirinden belirgin biçimde ayrıştığını göstermektedir. Türk örnekleminde hiçbir HTMT değerinin 1.00'i aşmaması, MSV temelli ölçüt karşılanmasa da ıraksak geçerliğin Moğol örneklemine kıyasla belirgin biçimde daha güçlü olduğunu ortaya koymaktadır.

İki örneklemde de gözlenen yüksek korelasyonlar, ölçülen yapıların doğasıyla yakından ilişkilidir. Psikolojik ölçümlerde, özellikle benzer bilişsel ve duygusal içerik taşıyan yapılar arasında yüksek korelasyonların görülmesi alanyazında yaygın bir durumdur (Brown, 2015; Kline, 2023). Şema kuramı çerçevesinde EDUŞ ayrı yapılar olarak tanımlansa da psikolojik derinlik düzeyinde birbiriyle yakından ilişkilidir ve benzer duygusal

yaşantılar ile erken dönem deneyimler üzerine temellenmektedir (Young vd., 2003). Bu nedenle kuramsal olarak birbirine yakın şemalar arasında yüksek korelasyonların gözlenmesi beklenen bir sonuçtur.

Yapının kuramsal doğası kadar, çalışmanın örneklem özellikleri de bu korelasyonları biçimlendirmiş olabilir. Burada kullanılan örneklem klinik olmayan, çoğunlukla üniversite öğrencilerinden oluşan bir gruptur. Klinik olmayan örneklemlerde şemalar genellikle düşük ve orta düzeyde, birbirinden daha az ayrışmış biçimde görülür; klinik örneklemlerde ise ayrışma daha belirgindir (Young vd., 2003). Dolayısıyla normal örneklemlerde şemaların daha bütüncül biçimde ortaya çıkması ve faktörler arası korelasyonların yüksek bulunması beklenebilir.

Örneklem özelliklerinin yanında kültürel bağlam da faktör yapısını etkileyen bir başka kaynaktır. Uluslararası çalışmalar, faktör yapısının ve faktörler arası ayrışmanın kültürel bağlama ve örneklem özelliklerine bağlı olarak değişebildiğini göstermektedir. Örneğin, Kore (Lee vd., 2015) örnekleminde orijinal 18 faktörlü yapı doğrulanmış, ancak şemalar arasında yine belirli düzeyde ilişkiler gözlenmiştir.

Ölçüm Değişmezliği. YŞÖ-KF-3'ün Türk ve Moğol örneklemlerinde ölçüm değişmezliğini sınamak amacıyla ÇG-DFA uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14.

Ölçüm Değişmezliği Analiz Sonuçları

Model	χ^2	sd	CFI	TLI	RMSEA	90% GA	SRMR	$\Delta\chi^2$	Δsd	p
Configural	19,855	7524	.759	.743	.061	[.059, .062]	.073	–	–	–
Metric	20,062	7596	.756	.743	.061	[.060, .062]	.077	172.39	72	< .001
Scalar	21,532	7668	.724	.712	.064	[.063, .066]	.081	1,526.83	72	< .001
Kısmi Scalar	20,645	7658	.744	.733	.062	[.061, .063]	.079	580.13	62	< .001

Not. χ^2: Ki-kare; sd: serbestlik derecesi; CFI: karşılaştırmalı uyum indeksi; TLI: Tucker-Lewis indeksi; RMSEA: yaklaşık hataların ortalama karekökü; %90 GA: RMSEA için %90 güven aralığı; SRMR: standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü; Δχ²: Satorra-Bentler (2001) ölçekli ki-kare fark istatistiği; Δsd: serbestlik derecesi farkı. χ^2 değerleri ölçekli (scaled) test istatistikleridir; $\Delta\chi^2$ ölçekli fark testine dayanır ve model χ^2 değerlerinin doğrudan farkı değildir. Hiyerarşik karşılaştırmalar metric modele referansla yapılmıştır: Metric–Configural ($\Delta\chi^2$ = 172.39, Δsd = 72), Scalar–Metric ($\Delta\chi^2$ = 1,526.83, Δsd = 72) ve Kısmi Scalar–Metric ($\Delta\chi^2$ = 580.13, Δsd = 62).

Configural model, her iki grupta aynı faktör yapısının tanımlandığı, buna karşın faktör yükleri ve intercept parametrelerinin herhangi bir eşitlik kısıtı getirilmeksizin serbestçe tahmin edildiği referans modelini oluşturmaktadır. Modele ilişkin uyum indeksleri şu değerleri almıştır: χ^2_{7524} = 19,855, CFI = .76, TLI = .74, RMSEA = .06 [%90 GA: .06, .06], SRMR = .07. Karşılaştırmalı uyum indeksleri (CFI, TLI) kabul edilebilir eşiğin altında kalmıştır. Ancak madde sayısının 30'u, örneklem büyüklüğünün ise 250'yi belirgin biçimde aştığı modellerde, önemli ki-kare ile birlikte RMSEA ve SRMR değerlerinin .08'in altında kalmasının kabul edilebilir uyuma işaret ettiği önerilmektedir (Hair vd., 2019). Çok sayıda madde içeren modellerde CFI ve TLI'nin yapısal olarak düşme eğiliminde olduğu da bilinmektedir. Bu doğrultuda RMSEA ve SRMR değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde kalması esas alınarak çok boyutlu yapının her iki kültürel bağlamda desteklendiği ve configural değişmezliğin sağlandığı değerlendirilmiştir.

Metric modelde tüm maddelere ait faktör yüklerine gruplar arası eşitlik kısıtı getirilmiş, intercept parametreleri gruba özgü tahmin edilmeye devam etmiştir. Configural modele kıyasla uyum indekslerinde kayda değer bir bozulma gözlenmemiştir: χ^2_{7596} = 20,062, CFI = .76 (ΔCFI = -.003), TLI = .74, RMSEA = .06 (ΔRMSEA = .00), SRMR = .08. Karşılaştırmalı uyum indeksleri yine eşiğin altında olmakla birlikte, değişmezlik kararının dayanağı modelin mutlak uyumu değil, iç içe modeller arasındaki uyum değişimidir. Ki-kare fark testi büyük örneklem nedeniyle önemli çıkmış olsa da ($\Delta\chi^2_{72}$ = 172.39, p < .001), ΔCFI değerinin .01 ölçütünün altında kalması belirleyici kabul edilmiştir (Chen, 2007; Cheung ve Rensvold, 2002). Büyük örneklemlerde ki-kare fark testinin önemsiz farklara dahi duyarlı olduğu bilindiğinden, metrik değişmezlik kararı yaklaşık uyum indekslerindeki değişime dayandırılmıştır. Bu doğrultuda tüm maddelere ait faktör yüklerinin iki örneklemde eşdeğer olduğu ve metrik değişmezliğin sağlandığı sonucuna varılmıştır.

Skaler (tam) değişmezlik modelinde faktör yüklerine ek olarak madde intercept parametrelerinin tamamına da gruplar arası eşitlik kısıtı getirilmiştir. Metrik modele kıyasla model uyumunda belirgin bir bozulma gözlenmiştir: χ^2_{7668} = 21,532, CFI = .72 (ΔCFI = -

.03), TLI = .71, RMSEA = .06 (ΔRMSEA = .00), SRMR = .08. ΔCFI değerinin .01 ölçütünü belirgin biçimde aşması ve ki-kare fark testinin önemli olması ($\Delta\chi^2_{72}$ = 1526.83, p < .001) tam skaler değişmezliğin sağlanmadığını ortaya koymaktadır. lavTestScore sonuçları incelendiğinde intercept farklılaşmasının en belirgin biçimde Z36, B56, B20, Z54, M44, T50, X71, M80, T86 ve E81 maddelerinde yoğunlaştığı saptanmıştır.

Bu doğrultuda söz konusu maddelerin intercept parametreleri eşitlik kısıtından muaf tutularak kısmi skaler değişmezlik modeli kurulmuştur. Kısmi skaler modele ilişkin uyum indeksleri şu değerleri almıştır: χ^2_{7658} = 20,645, CFI = .74, TLI = .73, RMSEA = .06 [%90 GA: .06, .06], SRMR = .08. Karşılaştırmalı uyum indeksleri burada da eşiğin altında kalmış; ancak RMSEA ve SRMR değerleri Hair vd. (2019) ölçütü doğrultusunda kabul edilebilir sınırlar içinde yer almıştır. Metrik modele kıyasla karşılaştırmalı uyum indeksindeki değişim (ΔCFI = -.01) ölçütün sınırında yer almış, ki-kare fark testi ise önemli bulunmuştur ($\Delta\chi^2_{62}$ = 580.13, p < .001). 10 intercept parametresinin serbest bırakılmasıyla model uyumu tam skaler modele kıyasla iyileşmekle birlikte, ΔCFI değerinin ölçüt sınırında kalması, intercept farklılaşmasının yalnızca birkaç maddeyle sınırlı olmadığına işaret etmektedir.

Serbest bırakılan maddelerin intercept parametrelerinin gruplar arasında farklılaşması, bu maddelerde aynı gizil düzeye sahip bireylerin kültüre bağlı farklı referans noktalarından hareketle tepki verdiğine işaret etmektedir. Ölçüm değişmezliği literatüründe, intercept parametrelerinin çoğunluğunun gruplar arası kısıtlı kalması koşuluyla kısmi skaler değişmezliğin örtük ortalama karşılaştırmaları için yeterli bir temel oluşturabileceği kabul görmektedir (Byrne vd., 1989; Meredith, 1993). Bu çalışmada 90 maddenin 80'inin intercept parametresi gruplar arasında eşit tutulmuştur. Bununla birlikte kısmi skaler modelin ΔCFI ölçütünü sınırda aşması nedeniyle, Türk ve Moğol örneklemleri arasında gizil ortalama düzeyinde yapılacak karşılaştırmaların ihtiyatla yorumlanması gerekmektedir.

Model analiz ve bulguları

Erken dönem uyumsuz şema boyutları ile sosyal kaygı boyutları arasındaki ilişki, Türk ve Moğol örneklemleri için ayrı ayrı yürütülen kısmi kanonik korelasyon analizi (KKKA)

aracılığıyla incelenmiştir. Kanonik fonksiyonların istatistiksel bakımdan önem testi sonuçları Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15.

Türk ve Moğol Örneklemlerinde Kanonik Fonksiyonların Wilks' Lambdası ve Kanonik Korelasyonları

Fonksiyon	Türk Örneklemi (n = 322)					Moğol Örneklemi (n = 470)				
	λ	*F*	*sd*	*p*	R_c	λ	*F*	*sd*	*p*	R_c
1-3	.380	6.385	54, 897.678	< .001	.675	.512	6.237	54, 1,338.659	< .001	.597
2-3	.698	3.495	34, 604.000	< .001	.478	.795	3.210	34, 900.000	< .001	.380
3	.905	1.977	16, 303.000	.014	.307	.930	2.130	16, 451.000	.007	.265

Not. R_c = Kanonik Korelasyon Katsayısı. Lambda = Wilks' Lambdası. *Sd* = Serbestlik Derecesi. *P* = Önem Düzeyi. Türk Örneklemi İçin Bootstrap %95 GA: F1 [.634, .761], F2 [.382, .571], F3 [.179, .432]. Moğol Örneklemi için Bootstrap %95 GA: F1 [.552, .681], F2 [.299, .460], F3 [.151, .376].

Kısmi kanonik korelasyon analizinde kanonik fonksiyonların istatistiksel önemi Wilks' lambdası ve Rao'nun F yaklaşımıyla sınanmıştır. Tablo 16'da görüldüğü üzere, her iki örneklemde de üç kanonik fonksiyonun tamamı önemli bulunmuştur. Türk örnekleminde en güçlü ilişkiyi birinci fonksiyon ortaya koymuştur; λ = .380, $F_{(54,\ 897.678)}$ = 6.385, p < .001, Rc1 = .675, %95 GA [.634, .761]. İkinci ve üçüncü fonksiyonlar da önemini korumuştur; Rc2 = .478, %95 GA [.382, .571], p < .001 ve Rc3 = .307, %95 GA [.179, .432], p = .014. Moğol örnekleminde de benzer bir örüntü gözlenmiştir; birinci fonksiyon için λ = .512, F(54, 1,338.659) = 6.237, p < .001, Rc1 = .597, %95 GA [.552, .681]; ikinci fonksiyonda Rc2 = .380, %95 GA [.299, .460], p < .001 ve üçüncü fonksiyonda Rc3 = .265, %95 GA [.151, .376], p = .007 elde edilmiştir. Bununla birlikte, üç fonksiyonun istatistiksel bakımdan önemi olması tek başına kültürlerarası yorumlanabilirliği güvence altına almadığından, fonksiyonların örneklemler arası tutarlılığı Tucker uyum katsayılarıyla ayrıca test edilmiştir; izleyen bölümde gerekçelendirildiği üzere yalnızca birinci fonksiyon her iki örneklemde eşdeğer bir yapı sergilemiştir. Bu nedenle birinci kanonik fonksiyona ait yapısal katsayılar, bootstrap güven aralıkları ve artık değer istatistikleri Tablo 16'da verilmiştir.

Tablo 16.

Birinci Kanonik Fonksiyona Ait Yapısal Katsayılar ve Artık değer İstatistikleri

Değişken	Türk		Moğol	
	r_s	%95 GA	r_s	%95 GA
Yordayıcı Set: Şema Boyutları				
ED	**-.527**	[.328, .634]	**-.680**	[.516, .754]
AB	**-.821**	[.676, .869]	**-.761**	[.621, .827]
MT	**-.525**	[.338, .634]	**-.784**	[.644, .841]
SI	**-.664**	[.428, .792]	**-.871**	[.761, .901]
DEF	**-.829**	[.673, .876]	**-.826**	[.697, .868]
FAIL	**-.773**	[.604, .843]	**-.847**	[.694, .890]
PID	**-.657**	[.451, .751]	**-.775**	[.632, .830]
VHI	**-.614**	[.430, .722]	**-.798**	[.655, .855]
ENM	**-.508**	[.268, .647]	**-.736**	[.567, .812]
SUB	**-.836**	[.651, .890]	**-.848**	[.711, .889]
SES	**-.574**	[.346, .696]	**-.572**	[.415, .671]
EMO	**-.458**	[.204, .624]	**-.873**	[.738, .917]
UNR	-.449	[.267, .559]	**-.681**	[.549, .754]
TIT	-.343	[.147, .491]	**-.594**	[.455, .681]
CON	**-.620**	[.443, .703]	**-.710**	[.563, .786]
REC	**-.690**	[.517, .774]	**-.721**	[.551, .808]
WOR	**-.569**	[.378, .683]	**-.770**	[.639, .821]
PUN	**-.466**	[.256, .601]	**-.573**	[.431, .666]
Sonuç Set: Sosyal Kaygı Boyutları				
FNE	**-.965**	[.831, .997]	**-.836**	[.631, .945]
SAD	**-.661**	[.444, .818]	**-.777**	[.659, .886]
GEN	**-.785**	[.558, .926]	**-.962**	[.855, .996]
Rc_1	.675	[.634, .761]	.597	[.552, .681]
Rc_1^2	.456	-	.356	-
R_d (Sonuç)	.302	-	.264	-
R_d (Yordayıcı)	.177	-	.201	-

*Not***.** rs = Yapısal Katsayı (orijinal değişken ile kanonik değişkenler arasındaki korelasyon). GA = Bootstrap %95 güven aralığı (B = 1,000). Rd = Artıklık katsayısı. Kalın yazılan değerler |rs| ≥ .45 eşiğini aşmaktadır. ED = Duygusal Yoksunluk, AB = Terk Edilme, MT = Güvensizlik/İstismar, SI = Sosyal İzolasyon, DEF = Kusurluluk, FAIL = Başarısızlık, PID = Bağımlılık/Yetersizlik, VHI = Tehditlere Karşı Dayanıksızlık, ENM = İç İçe Geçme, SUB = Boyun Eğme, SES = Kendini Feda, EMO = Duyguları Bastırma, UNR = Yüksek Standartlar, TIT = Ayrıcalıklılık, CON = Yetersiz Özdenetim, REC = Onay Arayıcılık, WOR = Karamsarlık, PUN = Cezalandırma. FNE = Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, SAD = Sosyal Kaçınma ve Sıkıntı, GEN = Genel Sosyal Kaygı. Rc^2 = kanonik determinasyon katsayısı (paylaşılan varyans); Rd(Sonuç) = sonuç setinin yordayıcı set tarafından açıklanan varyans oranı; Rd(Yordayıcı) = yordayıcı setin sonuç set tarafından açıklanan varyans oranı.

Türk örnekleminde birinci kanonik fonksiyon, yordayıcı sette en yüksek yapısal katsayıları sergilemesi bakımından özellikle boyun eğicilik (SUB: rs = -.836), kusurluluk (DEF: rs = -.829), terk edilme (AB: rs = -.821) ve başarısızlık (FAIL: rs = -.773) şema boyutlarından örülmüştür. Haklılık (TIT: rs = -.343) ve yüksek standartlar (UNR: rs = -.449) |rs| ≥ .45 eşiğinin altında kalan boyutlar olmuştur. Sonuç setinde ise olumsuz değerlendirilme korkusu (FNE: rs = -.965) belirleyici değişken konumundadır; genel sosyal kaygı (GEN: rs = -.785) ve sosyal kaçınma ve sıkıntı da (SAD: rs = -.661) önemli yükler almışlardır.

Moğol örnekleminde birinci kanonik fonksiyon çok daha homojen bir yapısal katsayı dağılımı göstermiştir; 18 şema boyutunun tamamı $|r_s| > .45$ eşiğini aşmıştır. En yüksek katkılar duygusal bastırma (EMO: $r_s = -.873$), sosyal izolasyon (SI: $r_s = -.871$) ve başarısızlık (FAIL: $r_s = -.847$) boyutlarından gelmektedir. Sonuç setinde genel sosyal kaygı (GEN: $r_s = -.962$) ve değerlendirme korkusu (FNE: $r_s = -.836$) yüksek yapısal katsayılar sergilemiştir.

Artıklık (redundancy) analizi, birinci kanonik fonksiyon aracılığıyla Türk örnekleminde sosyal kaygı varyansının %30.2'sinin şema boyutları tarafından açıklandığını ($R_d = .302$); Moğol örnekleminde ise bu oranın %26.4 olduğunu göstermiştir ($R_d = .264$). Şema boyutlarına ait artıklık katsayıları Türk ($R_d = .177$) ve Moğol ($R_d = .201$) örneklemleri için benzer düzeylerde kalmıştır. Her iki örneklemdeki yapısal katsayıların ve bootstrap güven aralıklarının görsel karşılaştırması Şekil 1'de, kültürlerarası tutarlılığa ilişkin Tucker uyum katsayıları ise Tablo 17'de sunulmuştur.

Tablo 17.

Birinci, İkinci ve Üçüncü Kanonik Fonksiyonlar için Tucker Uyum Katsayıları

Set	F1	F2	F3
Yordayıcı seti	**.983**	.365	.083
Sonuç seti	**.987**	.636	.990

*Not***.** Uyum değerlendirme kriteri: $r_c >= .95$ mükemmel uyum, .85 - .94 iyi uyum, $r_c < .85$ yetersiz uyum (Lorenzo-Seva & ten Berge, 2006). Kalın yazılan değerler mükemmel uyumu göstermektedir.

Kanonik çözümün örneklemler arası tutarlılığı Tucker uyum katsayısıyla (Lorenzo-Seva ve ten Berge, 2006) değerlendirilmiş; rc ≥ .95 mükemmel uyumu, rc < .85 ise yetersiz uyumu

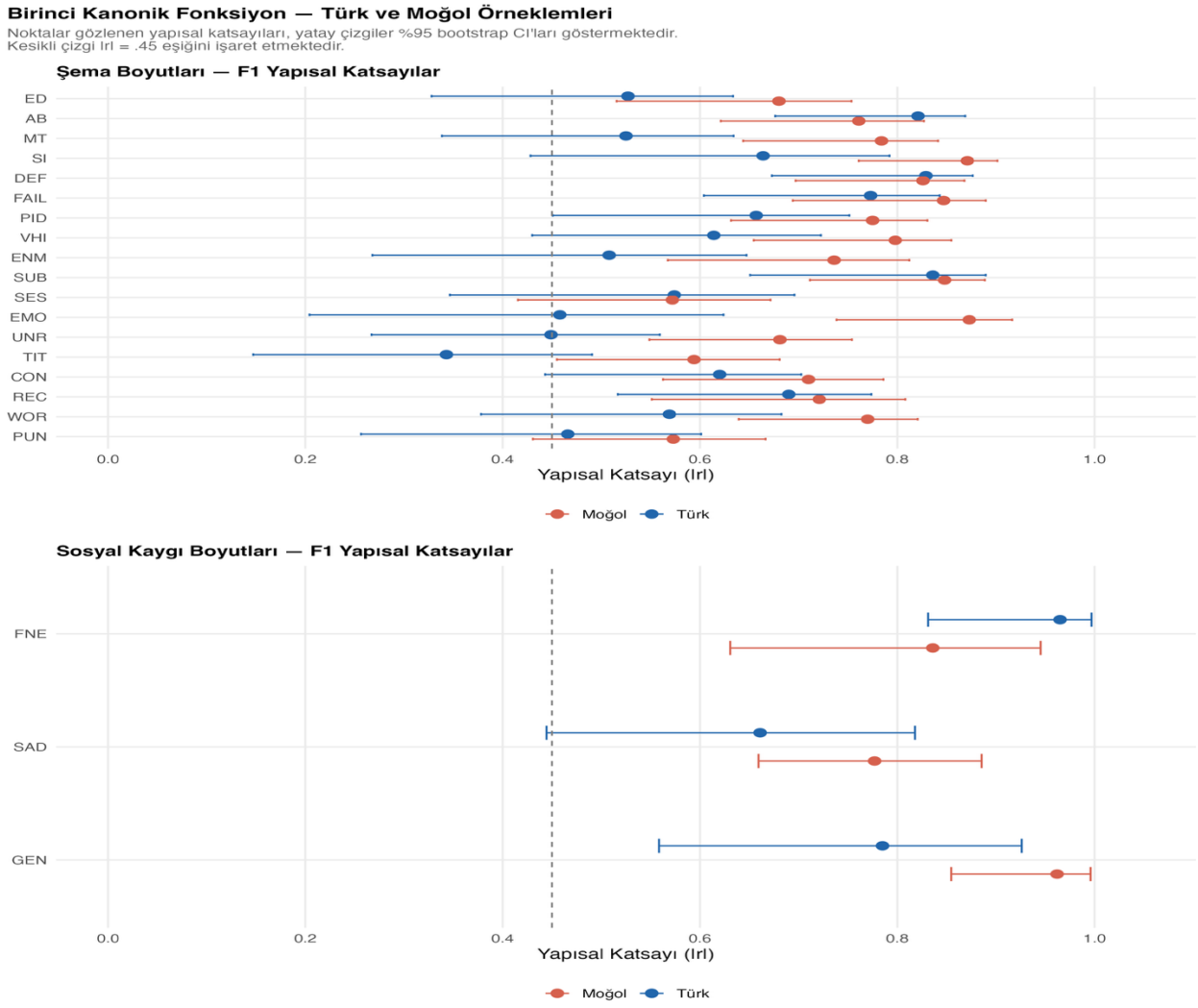
işaret etmektedir. Tablo 18'de görüldüğü üzere, birinci kanonik fonksiyon her iki sette de mükemmel uyum sergilemiştir (yordayıcı seti: r_c = .983; sonuç seti: r_c = .987). Buna karşın ikinci fonksiyon için uyum katsayıları eşiğin belirgin biçimde altında kalmıştır (yordayıcı seti: r_c = .365; sonuç seti: r_c = .636). Üçüncü fonksiyonda sonuç setinde yüksek uyum (r_c = .990) gözlemlenmiş olsa da yordayıcı setindeki uyumun son derece düşük kalması (r_c = .083) bu fonksiyonu yorumlanamaz kılmaktadır. Bu bulgular ışığında yalnızca birinci kanonik fonksiyon kültürlerarası genellenebilir bir yapı olarak değerlendirilmiştir.

Duyarlık Analizi

Mahalanobis uzaklığı ölçütüyle belirlenen çok değişkenli aykırı değerlerin (Türk: n = 12, %3.7; Moğol: n = 34, %7.2) analiz sonuçları üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla duyarlık analizi gerçekleştirilmiştir. Aykırı değerlerin çıkarıldığı veri setleriyle elde edilen kanonik korelasyon katsayıları tam veri setleriyle örtüşmüştür (Türk: Rc_1 tam = .675, Rc_1 kırpılmış = .659; Moğol: Rc_1 tam = .597, Rc_1 kırpılmış = .599). Bu bulgu, aykırı değerlerin sonuçları önemli düzeyde değiştirmediğini gösterdiğinden, bu bölümde tam veri setinden elde edilen bulgular raporlanmıştır.

Şekil 2.

Birinci Kanonik Fonksiyona Ait Yapısal Katsayılar ve %95 Bootstrap Güven Aralıkları: Türk ve Moğol Örneklemleri



Not. Kırmızı noktalar Moğol, mavi noktalar Türk örneklemine ait gözlenen yapısal katsayıları (|rs|), yatay çizgiler ise %95 bootstrap güven aralıklarını (B = 1,000) göstermektedir. Kesikli dikey çizgi |rs| = .45 pratik önem eşiğini işaret etmektedir. Türk örneklemi n = 322; Moğol örneklemi n = 470. ED = Duygusal Yoksunluk, AB = Terk Edilme, MT = Güvensizlik/İstismar, SI = Sosyal İzolasyon, DEF = Kusurluluk, FAIL = Başarısızlık, PID = Bağımlılık/Yetersizlik, VHI = Tehditlere Karşı Dayanıksızlık, ENM = İç İçe Geçme, SUB = Boyun Eğme, SES = Kendini Feda, EMO = Duyguları Bastırma, UNR = Yüksek Standartlar, TIT = Ayrıcalıklılık, CON = Yetersiz Özdenetim, REC = Onay Arayıcılık, WOR = Karamsarlık, PUN = Cezalandırma. FNE = Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, SAD = Sosyal Kaçınma ve Sıkıntı, GEN = Genel Sosyal Kaygı

Şekil 2, birinci kanonik fonksiyona ait yapısal katsayıların Türk ve Moğol örneklemlerinde büyük ölçüde örtüştüğünü ortaya koymaktadır. Moğol örnekleminde şema boyutlarının tamamı, Türk örnekleminde ise on sekiz boyuttan on altısı |rs| ≥ .45 pratik önem eşiğini aşmıştır; yalnızca haklılık (TIT) ve yüksek standartlar (UNR) Türk örnekleminde

eşiğin altında kalmıştır. Bu örüntü, birinci kanonik fonksiyonun her iki kültürel bağlamda genel bir şema yükünü temsil ettiğine işaret etmektedir. Moğol örnekleminde güven aralıklarının Türk örneklemine kıyasla daha dar olması, daha büyük örneklem büyüklüğüne (n = 470) bağlı olarak tahminlerin daha yüksek kesinlik sergilediğini göstermektedir.

İki örneklem arasındaki en belirgin farklılaşma duygusal bastırma (EMO), sosyal izolasyon (SI) ve haklılık (TIT) boyutlarında gözlemlenmiştir. Bu değişkenlerin yapısal katsayıları Türk örnekleminde görece düşük düzeyde kalırken Moğol örnekleminde belirgin biçimde daha yüksek değerlere ulaşmıştır; özellikle duygusal bastırma boyutunda fark dikkat çekicidir (Türk: rs = −.458; Moğol: rs = −.873). Söz konusu örüntü, bu şema boyutlarının sosyal kaygıyla ilişkisinin Moğol örnekleminde daha güçlü ve kararlı bir yapı sergilediğine; Türk örnekleminde ise aynı ilişkinin daha zayıf ve değişken olduğuna işaret edebilmektedir.

Bölüm 5

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen bulgular ilgili kuramsal yaklaşımlar ve alanyazındaki araştırmalar ışığında tartışılmıştır. İlk olarak araştırmada kullanılan ölçme araçlarının Türk ve Moğol örneklemlerindeki psikometrik özellikleri çok örneklemli bir bakış açısıyla değerlendirilmiş; ölçümlerin geçerlik, güvenirlik ve kültürlerarası yapısal tutarlılığı incelenmiştir. Ardından EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiler Türkiye ve Moğolistan örneklemlerinde karşılaştırmalı olarak ele alınmış; elde edilen bulgular şema kuramı çerçevesinde yorumlanarak kültürlerarası benzerlikler ve farklılıklar tartışılmıştır.

Bölümün devamında araştırmanın temel sonuçları özetlenmiş ve gelecekte yapılacak araştırmalara ve uygulamalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

Psikometrik Bulguların Tartışılması

SKÖ-E'nine İlişkin Psikometrik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada SKÖ-E Kısa Formu'nun Türk ve Moğol örneklemlerindeki psikometrik özellikleri incelenmiştir. Ölçeğin üç faktörlü yapısı hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde güçlü bir şekilde doğrulanmıştır. Bu durum, sosyal kaygının boyutlarının kültürden bağımsız olarak ortak bir psikolojik zemine sahip olduğunu göstermektedir. Yani, iki kültürdeki insanlar da sosyal kaygıyı zihinlerinde benzer şekilde kodlamaktadır.

Faktör yükleri incelendiğinde, her iki örneklemde de tüm maddelerin önerilen alt sınırın üzerinde yük değerleri aldığı görülmüştür. Bu durum maddelerin ilgili oldukları gizil yapıları yeterli düzeyde temsil ettiğini göstermektedir. Türk örnekleminde faktör yüklerinin genel olarak daha yüksek bulunması, maddelerin sosyal kaygı boyutlarını daha homojen biçimde temsil ettiğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, Moğol örnekleminde elde edilen yüklerin de kabul edilebilir sınırların üzerinde olması, ölçeğin Moğol dilindeki formunun kuramsal yapıyı başarıyla yansıttığını ortaya koymaktadır. Fischer ve Karl (2019) faktör yüklerinin madde ayırıcılığına karşılık geldiğini ve maddenin faktörle ne kadar güçlü bir ilişki

içinde olduğunu gösterdiğini belirtmektedir. Faktör yüklerinin yüksek olması, ölçeği yanıtlayan bireylerin gerçek özellik seviyelerine göre doğru bir şekilde sıralandığına işaret etmektedir. Türk örnekleminde gözlenen görece homojen yükler testte tekdüze olmayan madde yanlılığını düşündürmekle birlikte, bu farkın ölçüm açısından sistematik bir soruna karşılık gelmediği, ölçüm değişmezliği bulgularıyla doğrulanmıştır. Ölçeğin Olumsuz Değerlendirilme Korkusu boyutundaki maddelerin Türk katılımcılarda çok daha yüksek yükler vermesini kültürel bağlam açından ele alındığında, Türkiye'nin toplulukçu ve ilişkisel kültür yapısıyla (Kağıtçıbaşı, 1996) doğrudan ilişkilendirilebilir. Türk kültüründe bireyin toplumsal kabulü, çevre tarafından onaylanması (Göregenli, 1997) bireyin psikolojik iyi oluşunda merkezi bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla, bu boyutun Türk kültürdeki sosyal kaygının en baskın ve belirleyici bileşeni olduğunu ortaya koymaktadır.

Güvenirlik, geçerlik ve ıraksak bulguları incelediğinde, ölçeğin her iki örneklemde de yeterli iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermiştir. İç tutarlık, bir ölçekteki maddelerin ölçülmek istenen yapıyı ne kadar hatasız ölçtüğünü, madde varyanslarının büyük bir kısmının hata terimleri yerine, ölçülen faktör tarafından açıklandığını gösterir (Büyüköztürk, 2010). Bu da tesadüfi hatanın azaldığı anlamına gelir. Bu bulguları, ölçeğin Türk kültür bağlamında mükemmel bir ayrışma ve uyum sergilediğini gösterirken, Moğol örnekleminde boyutlar arası HTMT değerlerinin .90 eşiğini aşması ve AVE değerlerinin bazı boyutlarda sınırda kalması, Moğol kültüründe sosyal kaygı boyutlarının Türk kültürü kadar keskin sınırlarla ayrışmadığına işaret etmektedir. Bu durum, Moğol katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu, yeni sosyal durumlara ilişkin kaygılar ve genel sosyal huzursuzluk deneyimlerini birbirinden bağımsız süreçler olarak değil, daha bütüncül bir sosyal kaygı deneyiminin farklı görünümleri olarak algılamalarıyla ilişkili olabilmektedir. Toplulukçu kültürlerde bireyler kendilerini sosyal ilişkiler içerisinde tanımlamakta ve sosyal uyuma daha fazla önem vermektedirler (Triandis, 1995). Markus ve Kitayama'ya (1991) göre karşılıklı bağımlı benlik yapısına sahip kültürlerde bireyler kendilerini sosyal ilişkiler bağlamında tanımlamaktadırlar. Bu nedenle sosyal kaygının farklı boyutları bireylerin yaşantılarında birbirinden ayrışan yapılardan ziyade daha bütüncül bir deneyim olarak ortaya çıkabilmektedir. Bu durum,

Moğol örnekleminde bazı alt boyutlar arasındaki yüksek ilişkileri açıklayabilecek olası bir kültürel etken olarak değerlendirilebilmektedir.

Öte yandan, bu durumu iki kültür arasındaki duygusal farkındalık ve duyguları somutlaştırma düzeylerindeki yapısal farklılıklar ile açıklanabilmektedir. Nitekim bu araştırmanın bulguları, Moğol katılımcıların duygusal farkındalık düzeylerinin Türk katılımcılara kıyasla anlamlı derecede düşük olduğunu göstermiştir. Lane vd.'nin (1990) geliştirdiği Duygusal Farkındalık Düzeyi modeline göre, Moğol katılımcıların verdikleri yanıtların çoğunlukla 2. düzey uyumluluk gösterdiği saptanmıştır. Bu düzeyde birey, deneyimlediği duygusal yaşantıyı özgül/spesifik bir duygu etiketiyle (suçluluk, öfke, hayal kırıklığı) adlandırmak yerine; iyi/kötü, harika/berbat veya tuhaf gibi genel, farklılaşmamış olumlu/olumsuz hisler veya doğrudan eylem eğilimleri aracılığıyla ifade etmektedir. Sonuç olarak, Moğol katılımcıların içsel dünyalarında meydana gelen karmaşık afektif değişimleri bilişsel düzeyde ayırt etme ve spesifik olarak etiketleme konusundaki bu sınırlılıklarının, ölçeğin genel sosyal korkuları ölçen maddelerinin Moğol kültür bağlamındaki işlevselliğini ve maddeler arası ortak varyans açıklama (AVE) oranını düşürmüş olabileceği değerlendirilmektedir. Gelecekte Moğolistan'da yapılacak sosyal kaygı çalışmalarında boyutların bağımsız olarak değil, bütüncül bir sosyal kaygı puanı olarak ele alınmasının daha sağlıklı olabileceğini düşündürmektedir.

Araştırmanın en önemli yöntemsel ve psikometrik bulgularından biri, çok gruplu doğrulayıcı faktör analiziyle yürütülen hiyerarşik ölçüm değişmezliği analizlerinden elde edilmiştir. Sıralı verilerin doğasına uygun olarak gerçekleştiren analizlerde, SKÖ-E'nin Türk ve Moğol örneklemlerinde configural, eşik ve skalar değişmezlik düzeylerini başarıyla sağladığı görülmüştür. Model eşdeğerliğine yönelik karar sürecinde kullanılan ΔCFI ve ΔRMSEA ölçütlerinin literatürde önerilen kabul edilebilir sınırlar içerisinde kalması da bu hiyerarşik değişmezlik kanıtlarını güçlü bir şekilde desteklemektedir (Chen, 2007). Ölçüm değişmezliğinin, özellikle de skalar düzeyin bu şekilde doğrulanması; ölçeğin farklı kültürlerde aynı psikolojik yapıyı ölçtüğünü, Türk ve Moğol katılımcıların ölçek maddelerini benzer biçimde yorumladıklarını ve yanıt kategorilerine getirdikleri referans noktalarının

özdeş olduğunu kanıtlamaktadır (Meredith, 1993). Bu yöntemsel başarı, iki kültür arasında yapılacak olası gizil ortalama karşılaştırmalarının metodolojik olarak tamamen geçerli olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, bu iki kültür arasında gözlenecek olası ortalama farkları; anket doldurma alışkanlıklarından, çeviri hatalarından veya kültürel yanlılıklardan (bias) değil, bireylerin gerçek psikolojik sosyal kaygı düzeylerindeki farklılıklardan kaynaklanacaktır.

Sonuç olarak bu bulgu, SKÖ-E'nin kültürler arası karşılaştırmalı çalışmalarda yüksek Güvenirlikle kullanılabilecek, psikometrik açıdan son derece güçlü bir araç olduğunu doğrulamaktadır. Bulgular, ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında rapor edilen katsayılarla büyük ölçüde tutarlıdır (Can ve Bozgün, 2021).

DFDÖ'ye İlişkin Psikometrik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin Türk ve Moğol örneklemlerindeki psikometrik özellikleri incelenmiştir. Bu Ölçeği'nin tek faktörlü yapısı hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde yapısal olarak doğrulanmıştır. Bu bulgu, duyguları fark etme, anlama ve anlamlandırma becerisinin her iki kültürde de benzer zihinsel süreçlerle organize edildiğini göstermekte ve duygusal farkındalığın ele alındığı kuramsal yaklaşımlarla uyumludur (Lane vd., 1990).

Ancak faktör yükleri incelendiğinde, tüm maddelerin kabul edilebilir yük değerleri göstermesi, ölçeğin her iki örneklemde de kuramsal yapıyı yeterli düzeyde temsil ettiğini ortaya koymaktadır (Hair vd., 2019). Moğol örnekleminin Türk örneklemine kıyasla daha homojen ve dengeli bir dağılım sergilenmesi Moğol örnekleminde maddelerin gizil yapıyı daha benzer düzeylerde temsil ettiğini; Türk örnekleminde ise bazı maddelerin (ör., zayıf yük veren L15 maddesi) kültürel veya dilsel nedenlerle farklı biçimlerde yorumlanmış olabileceğini düşündürmektedir.

Ölçeğin iç tutarlık katsayıları mükemmel düzeyde olmasına rağmen, açıklanan ortalama varyans (AVE) değerlerinin her iki kültürde de eşik değerin (.50) altında kalması dikkat çekici bir sınırlılıktır. Alanyazında "Güvenirlik-AVE Paradoksu" olarak bilinen bu durum, 20 maddelik uzun bir ölçekte maddelerin gizil yapıya orta düzeyde yüklerle

bağlanmasından kaynaklanmaktadır. Fornell ve Larcker (1981) tarafından matematiksel temelleri atılan bu duruma göre, 20 maddelik uzun bir ölçekte maddelerin faktör yükleri orta düzeyde (.40 - .55 arası) olsa bile model yüksek güvenirlik katsayıları üretebilmekte; ancak ortalama varyans zayıf olduğu için AVE düşmektedir. Fornell ve Larcker'ın özgün ölçütüne göre, AVE değeri .50 eşiğinin altında kalsa bile CR değerinin .60'ın üzerinde olması durumunda yakınsak geçerlik kabul edilebilir düzeyde sayılabilmektedir. Öte yandan, AVE değerlerinin düşük bulunması, duygusal farkındalık kavramının doğasından da kaynaklanıyor olabilir. Lane ve Schwartz'e (1987) göre duygusal farkındalık, yalnızca tek bir bilişsel beceriyi değil; duyguların tanınması, ayrıştırılması, sembolleştirilmesi ve sözel olarak ifade edilmesi gibi çok sayıda süreci içeren karmaşık bir yapıdır. Bu nedenle duygusal farkındalıkla ilişkili maddelerin birbirleriyle orta düzeyde ilişkiler göstermesi ve AVE değerlerinin görece düşük kalması beklenebilmektedir.

Bu durum DFDÖ'nün toplam puan düzeyinde oldukça güvenilir bir ölçüm sunduğunu, ancak gelecekteki çalışmalarda daha yüksek yakınsak geçerlik elde etmek adına kültürel adaptasyon süreçlerinde madde sayısının azaltılarak yapının rafine edilebileceğine işaret etmektedir.

Bu araştırmanın psikometrik açıdan en çarpıcı bulgularından biri, çok gruplu doğrulayıcı faktör analiziyle yürütülen hiyerarşik ölçüm değişmezliği analizlerinde tam skalar değişmezliğin sağlanamayıp, 6 maddenin (L2, L11, L12, L15, L16, L17) serbest bırakılmasıyla kısmi skalar değişmezlik modeline ulaşılmış olmasıdır. Metrik değişmezliğin başarıyla doğrulanması, ölçek maddelerinin her iki kültürde de duygusal farkındalık yapısını aynı hassasiyetle ölçtüğünü kanıtlarken; skalar düzeydeki bu kırılma, söz konusu 6 maddenin Türk ve Moğol toplumlarında farklı kültürel referans noktaları ve eşik değerleriyle değerlendirildiğini ortaya koymaktadır. Literatürde belirtildiği gibi, 20 maddelik bir ölçekte 14 maddenin eşdeğerliğinin korunmuş olması (Byrne vd., 1989), iki kültür arasında gizil veya gözlenen ortalama karşılaştırması yapmak için metodolojik olarak geçerli ve güvenilir bir zeminin mevcut olduğunu doğrulamıştır. Duyguların ifade edilmesi, paylaşılması ve sözel

olarak yapılandırılması kültürel normlardan güçlü biçimde etkilenen süreçlerdir. Bu nedenle duygusal farkındalık gibi öznel yaşantılarla ilişkili yapılarda tam skaler değişmezliğin sağlanamaması şaşırtıcı değildir. Nitekim kültürler arası psikoloji literatüründe duyguların ifade edilme biçimlerinin ve duygulara yüklenen anlamların kültürden kültüre farklılık gösterebildiği sıklıkla vurgulanmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991; Mesquita ve Walker, 2003). Ayrıca duygusal deneyimlerin kültürel bağlama göre farklı şekillerde düzenlenebildiği ve ifade edilebildiği belirtilmektedir (Kitayama vd., 2006).

Türk ve Moğol katılımcıların duygusal farkındalık düzeyleri arasında niceliksel olarak çok güçlü ve anlamlı bir fark saptanmıştır. Türk örnekleminin duygusal farkındalık puan ortalamasının Moğol örneklemine kıyasla belirgin derecede yüksek olması, iki toplumun duygusal yaşantıları işleme, tanıma ve söze dökme mekanizmaları arasındaki yapısal farklılıklara işaret etmektedir.

Söz konusu bu iki bulgu (kısmi skalar değişmezlik ve anlamlı ortalama farkı) bir arada ve derinlemesine değerlendirildiğinde, bu araştırmanın EDUŞ'a ilişkin bulgularıyla da tutarlık göstermektedir. Nitekim kültürlerarası karşılaştırmalarda Moğol örnekleminde Duyguları Bastırma şemasının Türk örneklemine kıyasla daha belirgin düzeyde ortaya çıktığı görülmüştür. Young vd.'ne (2003) göre bu şema, bireyin olumsuz sonuçlarla karşılaşmamak veya toplumsal kabulünü korumak amacıyla duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını bastırma eğilimini ifade etmektedir. Bu nedenle Moğol katılımcıların duygusal deneyimlerini daha sınırlı biçimde sözel olarak ifade etmeleri ve DFDÖ maddelerinde daha düşük puanlar almaları, duygusal yaşantıların yokluğundan ziyade bu yaşantıların ifade edilme biçimindeki kültürel farklılıklarla ilişkili olabilmektedir. Başka bir ifadeyle, duygusal süreçlerinde kültürel farklılaşmaların rol oynadığı düşünülebilmektedir.

Sonuç olarak, bireylerin içsel duygusal durumlarının derinliğinden ziyade, kültürlerin bu duyguları yanıtlama, adlandırma ve toplumsal alanda sergileme kalıplarındaki bu köklü farklılıklar hem istatistiksel olarak ölçeğin bazı maddelerinde skalar kırılmaya yol açmış hem de Türk örneklemi lehine yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüyle sonuçlanmıştır.

YŞÖ-KF-3'e İlişkin Psikometrik Bulguların Tartışılması

YŞÖ-KF-3'ün Türk ve Moğol örneklemleri üzerindeki yapı geçerliği, yakınsak ve ıraksak geçerlikleri ile iç tutarlık analizleri, kültürlerarası psikometrik karşılaştırmalar açısından literatürle uyumlu ve oldukça çarpıcı bulgular ortaya koymuştur.

Araştırmanın yapı geçerliği ve model uyumuna yönelik bulguları incelendiğinde; Young'ın (2003) kuramsal altyapısını oluşturduğu 18 faktörlü orijinal şema yapının hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde genel olarak kabul edilebilir ve güçlü uyum indeksleri sergilediği saptanmıştır. Özellikle büyük örneklemler ve çok değişkenli karmaşık modeller için kritik bir eşik kabul edilen ölçütünün (Hair vd., 2019) her iki toplumda da yüksek bir başarıyla karşılanmış olması, 18'li şema modelinin kültürler arası evrenselliğine ve yapı geçerliğine güçlü bir kanıt sunmaktadır.

Diğer taraftan, RMSEA değerlerinin sınırında seyretmesi, serbestlik derecesi oldukça yüksek ve 90 maddeden oluşan bu modellerde RMSEA indisinin yukarı yönlü yanlılık gösterme eğilimiyle (Kline, 2023) metodolojik olarak açıklanabilmektedir. Bu durum, modelin bütünüyle reddedilmesi anlamına gelmemekte, aksine model karmaşıklığının istatistiksel bir çıktısı olarak değerlendirilmektedir.

Bu bulgu, ölçeğin ilk Türkçe uyarlama çalışmasının sonuçlarıyla karşılaştırıldığında dikkat çekicidir. Soygüt vd. (2009) Türk üniversite örnekleminde yürüttükleri çalışmada Young'ın önerdiği 18 faktörlü yapıyı tam olarak doğrulayamamış, ölçeğin Türkçe formu için 14 faktörlü bir yapının daha uygun olduğunu rapor etmişlerdir. Çalışmada iç içe geçme ile bağımlılık/yetersizlik, haklılık ile yetersiz özdenetim ve sosyal izolasyon ile güvensizlik/istismar gibi bazı şemaların tek faktör altında birleştiği bildirilmiştir. Buna karşılık mevcut araştırmada hem Türk hem de Moğol örnekleminde 18 faktörlü özgün yapının kabul edilebilir düzeyde doğrulanmış olması, Young'ın kuramsal modeline daha güçlü bir destek sunmaktadır. Türk örnekleminde bazı boyutlarda daha düşük faktör yükleri ve yakınsak geçerlik sorunları gözlenmiş olmakla birlikte, genel model uyumunun kabul edilebilir düzeyde bulunması, şema yapısının temel örgütlenmesinin korunduğunu göstermektedir.

Standartlaştırılmış faktör yükleri incelendiğinde iki kültür arasında dikkat çekici bazı farklılıklar gözlenmiştir. Moğol örnekleminde faktör yüklerinin daha dar bir aralıkta ve görece homojen biçimde dağıldığı görülürken, Türk örnekleminde yüklerin daha geniş bir aralıkta değiştiği ve bazı maddelerin önerilen sınırının altında kaldığı belirlenmiştir. Bu durum, ölçeğin temel yapısının her iki kültürde de geçerli olduğunu göstermekle birlikte, bazı şema ifadelerinin kültürel bağlama bağlı olarak farklı düzeylerde temsil edilebildiğini düşündürmektedir. Özellikle cezalandırıcılık ve iç içe geçme şemalarına ait bazı maddelerin Türk örnekleminde daha düşük faktör yükleri göstermesi, söz konusu maddelerin içerdiği anlamların kültürel yaşantılar ve aile ilişkileri bağlamında farklı biçimlerde yorumlanabilmesiyle ilişkili olabilmektedir. Şema kuramı, erken dönem yaşantıların kültürel çevreden bağımsız olmadığını ve şemaların ortaya çıkış biçimlerinin kültürel normlardan etkilenebileceğini vurgulamaktadır (Young vd., 2003). Türkiye'de aile ilişkilerinin görece daha yakın, karşılıklı bağlılık ve duygusal iç içelik özellikleri taşıdığı; ebeveyn otoritesi, aile sadakati ve itaat beklentilerinin kültürel olarak daha görünür olduğu belirtilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2007; Sunar ve Fişek, 2005). Benzer şekilde, Türkiye'nin bireycilikten ziyade kolektivist eğilimlerin daha baskın olduğu bir kültürel yapıya sahip olduğu bazı araştırmalarda vurgulanmıştır (Göregenli, 1997). Bu nedenle söz konusu şemalarına ilişkin bazı ifadelerin, Türk katılımcılar tarafından Batı kökenli kuramsal tanımlarından kısmen farklı anlamlandırılmış olması olası görünmektedir. Bu durum, söz konusu maddelerin faktör yüklerinin görece düşük çıkmasını açıklayabilecek kültürel etkenlerden biri olarak değerlendirilebilmektedir.

Buna karşılık Moğol örnekleminde faktör yüklerinin daha dengeli bir dağılım göstermesi, ölçeğin Moğol örnekleminde kuramsal yapıyla daha homojen bir ilişki sergilediğine işaret eden ek bir kanıt olarak değerlendirilebilmektedir.

Araştırmanın en dikkat çekici bulgularından biri ıraksak geçerliğine ilişkin sonuçlarda ortaya çıkmıştır. Türk örnekleminde bazı faktör çiftlerinde yüksek ilişkiler gözlenmekle birlikte, HTMT değerlerinin genel olarak daha düşük olduğu ve faktörlerin Moğol

örneklemine kıyasla daha belirgin biçimde ayrıştığı görülmektedir. Moğol örnekleminde birçok şemanın birbirinden bağımsız psikolojik yapılar olarak algılanmadığını, aksine yüksek düzeyde örtüşen ve iç içe geçmiş bilişsel örüntüler şeklinde deneyimlendiğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, Moğol katılımcıların zihninde bu şemaların ampirik olarak birbirinden ayrışmadığını, aksine tek bir global uyumsuz şema havuzu şeklinde iç içe geçtiğini göstermektedir. Bu durum, şema kuramının geçersizliğine değil, şemaların kültürel bağlam içerisinde farklı biçimlerde örgütlenebileceğine işaret etmektedir.

Türk ve Moğol örneklemlerine ilişkin bulgular birlikte değerlendirildiğinde, duygusal farkındalık düzeyleri ile şemaların ayrışma derecesi arasında dikkat çekici bir paralellik olduğu görülmektedir. Nitekim, Türk örnekleminde duygusal farkındalık puanlarının daha yüksek bulunmasıyla birlikte şemaların da birbirlerinden daha belirgin biçimde ayrıştığı gözlenmiştir. Buna karşılık Moğol örnekleminde duygusal farkındalık düzeylerinin daha düşük olması, şemalar arasındaki örtüşmenin ve kavramsal yakınlığın daha yüksek olmasıyla birlikte ortaya çıkmıştır.

Lane vd.'nin (1990) duygusal farkındalık modeline göre bireyler duygusal deneyimlerini ne kadar ayrıntılı ve farklılaşmış biçimde tanımlayabiliyorlarsa, duygular arasındaki ince ayrımları da o kadar net biçimde algılayabilmektedirler. Bu bağlamında Türk katılımcıların daha yüksek duygusal farkındalık puanları elde etmiş olmaları, onların duyguları daha ayrıntılı biçimde adlandırabildiklerini ve kendilerine ilişkin bilişsel ve duygusal yaşantıları da daha farklılaşmış kategoriler halinde örgütleyebildiklerini düşündürmektedir. Bu durum, şemaların Türk örnekleminde birbirlerinden daha belirgin biçimde ayrışmış olmasını açıklayan olası etkenlerden biri olabilmektedir.

Buna karşılık Moğol örnekleminde elde edilen daha düşük duygusal farkındalık düzeyleri, duygusal deneyimlerin daha bütüncül ve daha genel biçimde ifade edildiğine işaret etmektedir. Şemalar arasındaki yüksek örtüşme de benzer şekilde bireylerin farklı şematik yaşantıları birbirinden bağımsız psikolojik yapılar olarak değil, daha geniş ve iç içe geçmiş deneyim alanları şeklinde algılıyor olabileceklerini düşündürmektedir. Dolayısıyla duygusal farkındalık düzeyleri ile ıraksak geçerliği bulguları birlikte ele alındığında, Türk

örnekleminde daha farklılaşmış ve ayrıştırılmış bir psikolojik örgütlenme; Moğol örnekleminde ise daha bütüncül ve ilişkisel bir psikolojik örgütlenme örüntüsünün ortaya çıktığı söylenebilmektedir.

Bu yorum, Moğol örnekleminde duyguları bastırma şemasının daha yüksek düzeyde bulunmasıyla da tutarlıdır. Duyguların açık biçimde adlandırılması ve ifade edilmesinden çok kontrol edilmesinin teşvik edildiği kültürel bağlamlarda hem duygusal yaşantıların hem de bu yaşantılarla ilişkili şematik yapıların birbirinden daha az ayrışmış biçimde temsil edilmesi beklenebilmektedir.

Ölçüm değişmezliği analizleri, ölçeğin Türk ve Moğol örneklemlerinde configural ve metrik değişmezliği sağladığını göstermiştir. Bu bulgu Young'ın kuramsal olarak tanımladığı EDUŞ'ın kültürler arasında benzer psikolojik yapılar olarak işlediğini göstermektedir. Ölçüm değişmezliği literatüründe metrik değişmezliğin sağlanması, yapılar arasındaki ilişkilerin kültürler arasında karşılaştırılabilmesi açısından önemli bir koşul olarak kabul edilmektedir (Meredith, 1993; Vandenberg ve Lance, 2000).

Araştırma kapsamında tam skalar değişmezliğin sağlanamaması ve 10 maddenin intercept parametrelerinin serbest bırakılmasıyla ancak kısmi skalar değişmezlik modeline ulaşılabilmesi, üzerinde durulması gereken önemli bir kültürel kırılmaya işaret etmektedir. Bu durum, şema yapısının farklı olduğu anlamına gelmemektedir. Aksine aynı şematik yapının farklı kültürel normlar ve referans çerçeveleri içerisinde ifade edilebildiğini göstermektedir. Moğol örnekleminde duyguları bastırma şemasının daha yüksek bulunması, duygusal deneyimlerin açık biçimde ifade edilmesinden çok kontrol edilmesinin teşvik edildiği kültürel normlarla ilişkili olabilmektedir. Bu durum bazı maddelerin değerlendirilmesinde kültüre özgü eşik farklılıklarının ortaya çıkmasına katkıda bulunmuş olabilmektedir.

Sonuç olarak elde edilen bulgular, Ölçeğin temel faktör yapısının iki kültürde de korunması, EDUŞ'ın kültürler arası araştırmalarda incelenebilecek evrensel psikolojik yapılar olduğunu desteklemektedir. Bununla birlikte özellikle ıraksak geçerlik ve skaler

değişmezlik bulguları, şema yapılarının kültürel bağlamdan tamamen bağımsız olmadığını ve kültürler arası karşılaştırmaların dikkatli yorumlanması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Genel olarak bu üç ölçme aracı değerlendirildiğinde hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde genel olarak başarılı psikometrik özellikler göstermesidir. Bu bulgu ilk bakışta dikkat çekici görünmektedir. Çünkü Türkiye ve Moğolistan; dil, tarihsel gelişim, toplumsal yapı ve kültürel gelenekler açısından birbirinden farklı özelliklere sahip iki toplumdur. Bu nedenle ölçeklerin faktör yapılarının veya madde işleyişlerinin kültürler arasında farklılaşması beklenebilirdi. Buna karşın elde edilen bulgular, ölçülen psikolojik yapıların temel örgütlenmesinin iki kültürde büyük ölçüde korunduğunu göstermiştir.

Bu durumun olası açıklamalarından biri, araştırmada ele alınan yapıların insan davranışının evrensel yönleriyle ilişkili olmasıdır. Sosyal kaygı, EDUŞ ve duygusal farkındalık; bireyin kendisi ve diğer insanlarla kurduğu ilişkilerle bağlantılı temel psikolojik süreçleri yansıtmaktadır. Özellikle sosyal kaygının temel bileşenleri olan olumsuz değerlendirilme korkusu, reddedilme endişesi ve sosyal ortamlarda yaşanan huzursuzluk duygusu birçok kültürde benzer biçimlerde gözlenmektedir. Bu nedenle SKÖ-E'nin faktör yapısının her iki kültürde de doğrulanmış olması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Benzer şekilde Türkiye ve Moğolistan her ne kadar farklı kültürel özellikler taşısa da, her iki toplumda da aile ilişkilerinin ve kişilerarası bağların önemli bir yere sahip olması dikkat çekmektedir. Görece kolektivist özellikler taşıyan bu kültürel yapılarda bireyler sosyal ilişkiler içerisindeki konumlarına ve başkalarının değerlendirmelerine önem vermektedirler. Bu ortak kültürel özellikler, özellikle sosyal değerlendirilme korkusu ve kişilerarası duyarlılıkla ilişkili psikolojik yapıların iki kültürde benzer biçimde örgütlenmesine katkı sağlamış olabilmektedir.

Araştırma örneklemlerinin büyük ölçüde üniversite öğrencileri ve genç yetişkinlerden oluşması da bulguları açıklayabilecek bir diğer etken olarak değerlendirilebilir. Benzer yaş gruplarına, eğitim düzeylerine ve yaşam deneyimlerine sahip bireyler, farklı kültürlerden gelseler bile birçok psikolojik özelliği benzer biçimde deneyimleyebilmektedir. Bu durum

kültürler arasındaki farklılıkların bir bölümünün azalmasına ve ölçülen yapıların daha benzer görünmesine katkıda bulunmuş olabilmektedir.

Öte yandan ölçüm değişmezliği analizlerinde elde edilen bulgular, özellikle ölçeklerin çeviri ve uyarlama süreçlerinin başarılı olduğunu göstermektedir. SKÖ-E'ninde tam skalar değişmezliğin, diğer iki ölçekte ise kısmi skalar değişmezliğin sağlanmış olması, maddelerin iki kültürde büyük ölçüde benzer anlamlar taşıdığını ve katılımcılar tarafından benzer biçimde yorumlandığını düşündürmektedir. Bu durum, Moğolca uyarlama sürecinde kavramsal eşdeğerliğin büyük ölçüde korunduğunu göstermesi açısından önemlidir.

EDUŞ ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkilerin Tartışılması

Bu araştırmada EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiler, duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol altına alındıktan sonra kısmi kanonik korelasyon analizi aracılığıyla incelenmiştir.

Bu araştırmanın en önemli bulgularından biri, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin hem Türk hem de Moğol örneklemlerinde güçlü ve anlamlı birçok değişkenli yapı oluşturduğunun ortaya konulmasıdır.

Young vd.'ne (2003) göre erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk yaşantılarının bilişsel izleri olmakla birlikte bu yaşantılar kültürel normlar içerisinde şekillenmektedir. Dolayısıyla aynı temel psikolojik ihtiyaçlar evrensel olsa da bu ihtiyaçların nasıl karşılandığı kültüre göre değişebildiğinden sosyal kaygıyla ilişkili şemaların da farklılaşması beklenmektedir (Triandis, 1995; Young vd., 2003).

Türk örnekleminde kusurluluk, terk edilme, başarısızlık ve boyun eğicilik şemalarının sosyal kaygıyla en güçlü ilişkiyi göstermesi, Türkiye'nin özerk-ilişkisel kültürel yapısıyla açıklanabilir. Kağıtçıbaşı'nın (1996, 2005) özerk-ilişkisel benlik modeline göre Türk toplumunda bireyler hem bağımsız karar verebilen özerk bireyler olarak yetişmekte hem de aileleri ve yakın çevreleriyle güçlü duygusal bağlarını sürdürmektedirler. Bu nedenle bireyin benlik değeri kendini değerlendirmekle birlikte, yakın çevresi tarafından nasıl algılandığına da bağlı hale gelmektedir.

Bu durum özellikle araştırmada olumsuz değerlendirilme korkusunun en güçlü sosyal kaygı boyutu olarak ortaya çıkmasını açıklamaktadır. Türk kültüründe aile bağlılığı, toplumsal aidiyet ve sosyal itibarın önemli olması, bireyin hata yapmasının sadece kişisel bir başarısızlığın ötesinde, sosyal kabulünün zedelenmesi anlamına gelmesine neden olabilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005; Sunar ve Fişek, 2005). Ayrıca Türk kültüründe namus, şeref ve toplumsal saygınlığa verilen önem, bireyin başkalarının gözündeki değerini koruma yönündeki hassasiyetini artırabilmektedir (Elgin, 2016). Bu nedenle kusurluluk şemasının sosyal kaygıyla güçlü ilişki göstermesi, bireyin "kusurlu görünürsem kabul edilmem" biçimindeki temel bilişsel inancının kültürel olarak da desteklenebileceğini düşündürmektedir.

Benzer şekilde terk edilme şemasının ön plana çıkması da Türk kültüründeki güçlü aile bağları ve yakın ilişkilerin psikolojik önemini yansıtmaktadır. Aile ve yakın sosyal çevrenin bireyin yaşamındaki merkezi konumu nedeniyle ilişkilerin kaybedilmesi ya da sosyal çevreden dışlanma olasılığı kişilerarası bir kayıp değil, güvenlik ve aidiyet duygusunun da zedelenmesi anlamına gelebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996; Sunar ve Fişek, 2005). Bu nedenle Türk örnekleminde sosyal kaygının kişilerarası kabulü kaybetme korkusu etrafında örgütlenmesi kültürel açıdan beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilmektedir.

Buna karşılık Moğol örnekleminde duyguları bastırma ve sosyal izolasyon şemalarının en güçlü yapısal katsayılara sahip olması, Moğol kültüründe duygusal kontrol ve kişilerarası uyuma verilen önemle açıklanabilmektedir. Moğol kültüründe duyguların açık biçimde ifade edilmesinden çok sabır, kendini kontrol etme, kişilerarası çatışmadan kaçınma ve sosyal uyumun korunması teşvik edilmektedir (Purev vd., 2025). Ayrıca "ichih" olarak tanımlanan utanma ve çekingen davranma eğilimi, bireyin kendisini geri planda tutmasını ve duygularını doğrudan ifade etmekten kaçınmasını destekleyen önemli kültürel normlardan biridir (Baljir ve Dorjsembe, 2023).

Bu kültürel özellikler dikkate alındığında, Moğol örnekleminde sosyal kaygının sadece başkalarının olumsuz değerlendirmesinden değil, yanı sıra bireyin duygularını ifade etmekten kaçınması ve kendisini sosyal çevreden farklı hissetmesi üzerinden geliştiği

söylenebilmektedir. Başka bir ifadeyle sosyal tehdit, eleştirilme korkusundan değil, kişilerarası uyumu bozabilecek her türlü davranıştan kaçınma eğiliminden besleniyor olabilmektedir. Bu durum araştırmada duyguları bastırma şemasının en güçlü değişkenlerden biri olarak ortaya çıkmasını açıklamaktadır.

Araştırmanın dikkat çekici bulgularından biri de Moğol örnekleminde 18 şemanın tamamının sosyal kaygıyla anlamlı ilişki göstermesi ve yapısal katsayıların birbirine oldukça yakın olmasıdır. Bu bulgu, sosyal kaygının belirli birkaç baskın şemadan değil, birbirini destekleyen geniş bir şematik ağ içerisinden beslendiğini düşündürmektedir. Nitekim doğrulayıcı faktör analizinde elde edilen yüksek HTMT değerleri de şemalar arasındaki ayrışmanın Türk örneklemine göre daha düşük olduğunu göstermiştir. Bu durum, Moğol kültüründe bireyin benlik, kişilerarası ilişkiler ve duygusal yaşantıyı birbirinden daha bütüncül biçimde değerlendirdiğini düşündürmektedir.

Bu yorum, araştırmada elde edilen duygusal farkındalık bulgularıyla da desteklenmektedir. Moğol örnekleminde LEAS puanlarının anlamlı düzeyde daha düşük olması, katılımcıların duygularını daha ayrıntılı biçimde ayırt etmekte zorlandıklarını göstermektedir. Lane ve Schwartz'ın (1987) bilişsel gelişimsel modeline göre duygusal farkındalık arttıkça birey duygusal deneyimlerini daha ayrıntılı biçimde farklılaştırabilmektedir. Buna karşılık kültürel olarak duyguların kontrol edilmesinin teşvik edildiği toplumlarda bireyler duygularını daha az ifade etmekte ve zaman içerisinde duygusal deneyimlerini daha genel kategoriler hâlinde işlemeye başlayabilmektedirler. Nitekim Moğol kültüründe duygusal kontrolün, kişilerarası saygının ve toplumsal uyumun önemli kültürel değerler arasında yer aldığı belirtilmektedir (Purev vd., 2025; Ichinkhorloo, 2025).

Öte yandan Moğol kültürü yalnızca kolektivizm ile açıklanabilecek bir yapı değildir. Minkov ve arkadaşları (2023), Moğol toplumunda geleneklere bağlılık, toplumsal dayanışma ve yakın çevreyi koruma eğiliminin yanında güçlü özsaygı ve kişisel tutarlılık değerlerinin de bulunduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte göçebe yaşam biçiminin geliştirdiği karşılıklı bağımlılık, dayanışma ve toplumsal uyum anlayışı, bireylerin sosyal

ilişkilerde çatışmadan kaçınmalarını ve kişilerarası dengeyi korumalarını teşvik etmektedir. Bu nedenle sosyal kaygının Moğol örnekleminde tek bir şemadan çok birçok şemanın ortak etkisiyle ortaya çıkması, kültürün bireyi ilişkiler ağı içerisinde değerlendiren bütüncül yapısıyla uyumlu görünmektedir.

Her iki örneklemde de sosyal kaygının temelinde yer alan ortak şematik çekirdeğin başarısızlık ve boyun eğicilik şemalarından oluştuğu görülmektedir. Young vd.'ne (2003) göre başarısızlık şeması, bireyin kendisini yetersiz, beceriksiz ve diğer insanlara kıyasla daha başarısız algılamasına yol açmaktadır. Bu iki şemanın her iki kültürde de güçlü biçimde ortaya çıkması, sosyal kaygının temelinde başkalarının değerlendirmelerine aşırı önem verme ve olumsuz değerlendirilme durumunda yetersiz ya da değersiz görünme korkusunun bulunduğunu göstermektedir. Boyun eğicilik şeması ise bireyin çatışma yaşamamak, reddedilmemek veya ilişkilerini kaybetmemek amacıyla kendi ihtiyaç ve duygularını bastırarak başkalarının beklentilerine uyum göstermesiyle ilişkilidir.

Sonuç olarak Türk örnekleminde sosyal kaygı daha çok kusurlu bulunma, reddedilme ve olumsuz değerlendirilme korkusu etrafında örgütlenirken; Moğol örnekleminde sosyal kaygı daha geniş bir şematik ağ içerisinde yer almakta ve özellikle duyguları bastırma ile sosyal izolasyon şemaları merkezi bir rol üstlenmektedir. Bu örüntü, Moğol örnekleminde gözlenen yüksek şema örtüşmesi (HTMT), daha düşük duygusal farkındalık düzeyi ve daha yüksek duyguları bastırma eğilimi ile birlikte değerlendirildiğinde, sosyal kaygının daha bütüncül ve içselleştirilmiş bir psikolojik yapı içerisinde örgütlendiğini düşündürmektedir.

Araştırmanın dikkat çekici sonuçlarından biri de duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri istatistiksel olarak kontrol altına alındıktan sonra dahi EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki güçlü ilişkinin devam etmesidir. Bu bulgu, sosyal kaygının yalnızca anlık duygusal süreçler veya mevcut duygusal farkındalık düzeyiyle açıklanamayacağını, daha derin ve kalıcı bilişsel yapılara dayandığını göstermektedir. Bu doğrultuda, birey duygularını tanıyabilse ve ifade edebilse bile, kendisi ve diğerleri hakkında geliştirdiği kökleşmiş şematik inançlar sosyal kaygının sürdürülmesinde etkili olmaya devam

etmektedir. Bu sonuç, şemaların duygu, düşünce ve davranışları organize eden üst düzey bilişsel yapılar olduğu yönündeki kuramsal görüşü desteklemektedir (Young vd., 2003).

Artıklık analizleri, birinci kanonik fonksiyonun Türk örnekleminde sosyal kaygı varyansının yaklaşık %30'unu, Moğol örnekleminde ise yaklaşık %26'sını açıkladığını göstermiştir. Psikolojik araştırmalarda çok değişkenli ilişkiler açısından değerlendirildiğinde bu oranlar dikkate değer düzeydedir (Tabachnick ve Fidell, 2019). Bulgular, sosyal kaygının açıklanmasında EDUŞ'ın önemli bir rol oynadığını, ancak sosyal kaygının daha geniş psikolojik süreçlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkan karmaşık bir yapı olduğunu göstermektedir. Bağlanma örüntüleri, sosyal öğrenme deneyimleri, duygu düzenleme süreçleri, kişilik özellikleri ve diğer bilişsel faktörlerin de sosyal kaygının gelişimi ve sürdürülmesinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Sonuç

Bu araştırmada, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiler Türkiye ve Moğolistan örneklemlerinde karşılaştırmalı olarak incelenmiş; duygusal farkındalığın bu ilişkideki durumsal rolü değerlendirilmiştir. Araştırma kapsamında kullanılan YŞÖ-KF-3, SKÖ-E Kısa Formu ve DFDÖ'nin Türk ve Moğol örneklemlerindeki psikometrik özellikleri incelenmiş; geçerlik, güvenirlik ve ölçüm değişmezliği bulguları değerlendirilmiştir.

Elde edilen bulgular, üç ölçme aracının da her iki kültürde genel olarak yeterli psikometrik özellikler sergilediğini göstermiştir. Özellikle SKÖ-E'nin tam skalar değişmezlik sağlaması ve Young Şema Ölçeği ile Duygusal Farkındalık Ölçeğinin kısmi skalar değişmezlik düzeyine ulaşması, kültürler arası karşılaştırmaların metodolojik açıdan güvenilir bir temele dayandığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte, bazı geçerlik ve değişmezlik bulguları, psikolojik yapıların kültürler arasında tamamen özdeş biçimde örgütlenmediğini ve kültürel bağlamın ölçüm süreçleri üzerinde belirli etkiler yaratabildiğini göstermiştir. Moğol örnekleminde elde edilen bu psikometrik bulgular, söz konusu ölçme araçlarına ilişkin alanyazındaki ilk kapsamlı kanıtları oluşturmaktadır.

Araştırmanın temel bulguları, EDUŞ ile sosyal kaygı arasında hem Türk hem de Moğol örnekleminde güçlü ve anlamlı ilişkiler bulunduğunu ortaya koymuştur. Duygusal farkındalık ve cinsiyet değişkenlerinin etkileri kontrol edildikten sonra da bu ilişkinin devam etmesi, sosyal kaygının sadece anlık duygusal süreçlerle değil, daha derin ve kalıcı bilişsel yapılarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, şema kuramının sosyal kaygının açıklanmasındaki önemini desteklemekte; aynı zamanda geleneksel bilişsel-davranışçı modellerin semptom odaklı açıklamalarının neden yetersiz kalabileceğini somutlaştırmaktadır.

Kültürler arası karşılaştırmalar, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki temel ilişkinin her iki kültürde de benzer bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Tucker uyum katsayılarının birinci kanonik fonksiyon için yüksek bulunması, sosyal kaygının altında yatan temel şematik örüntünün Türkiye ve Moğolistan'da büyük ölçüde ortak olduğunu ortaya

koymuştur. Buna karşın, şemaların göreli önemleri ve sosyal kaygının örgütleniş biçimi açısından bazı kültürel farklılıklar da gözlenmiştir. Türk örnekleminde sosyal kaygı daha çok kusurluluk, terk edilme ve olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkili görünürken, Moğol örnekleminde duyguları bastırma ve sosyal izolasyon şemalarının daha belirgin bir rol oynadığı görülmüştür. Kültürler arasında bazı farklılıklar bulunmasına rağmen, başarısızlık ve boyun eğicilik şemalarının her iki örneklemde de sosyal kaygıyla güçlü biçimde ilişkili olması dikkat çekicidir. Bu bulgu, sosyal kaygının temelinde yer alan bazı şematik yapıların kültürler üstü bir özellik taşıdığını ve Türkiye ile Moğolistan örneklemlerinde benzer biçimde işlediğini göstermektedir. Bu kültüre özgü örüntüler, müdahale protokollerinin yalnızca dil düzeyinde değil, hangi şemaların hangi kültürel bağlamda merkezi olduğu dikkate alınarak uyarlanması gerektiğine işaret etmektedir.

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu, duygusal farkındalık düzeylerinin iki kültür arasında anlamlı farklılık göstermesidir. Türk katılımcıların duygusal farkındalık puanlarının Moğol katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, duygusal farkındalık değişkeni kontrol edildiğinde dahi EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin korunması, duygusal farkındalığın bu ilişkiyi tamamen açıklamadığını göstermektedir. Bu sonuç, sosyal kaygının oluşumu ve sürdürülmesinde şematik yapıların merkezi önemini vurgulamaktadır. Duygusal farkındalığın şema süreçlerinden bağımsız bir kaygı yordayıcısı mı yoksa şema aktivasyonunun bir ürünü mü olduğu sorusu ise boylamsal tasarımlar kullanılarak yanıtlanabileceğinden, bu ilişkinin yönü gelecek araştırmalar için bir öneri olarak kalmaktadır.

Bulgular ayrıca EDUŞ'ın sosyal kaygının açıklanmasında önemli bir role sahip olduğunu, ancak sosyal kaygının yalnızca şemalarla açıklanamayacak kadar çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koymuştur. Sosyal kaygının gelişimi ve sürdürülmesinde bağlanma örüntüleri, sosyal öğrenme deneyimleri, duygu düzenleme süreçleri ve kişilik özellikleri gibi diğer psikolojik değişkenlerin de etkili olabileceği değerlendirilmektedir.

Bulgular, Young'un şema kuramının yalnızca Batı toplumlarında değil, Moğolistan gibi farklı kültürel bağlamlarda da geçerli olabileceğine ilişkin ampirik kanıt sunmaktadır.

Uygulamaya dönük olarak sosyal kaygının altında belirli şemaların (kusurluluk, terk edilme, boyun eğicilik, duyguları bastırma, sosyal izolasyon ve başarısızlık) yatması, standart bilişsel-davranışçı protokollere ek olarak şema terapisi tekniklerinin sosyal kaygı müdahalelerinde kullanılmasının yararlı olabileceğini göstermektedir.

Sonuç olarak bu araştırma, EDUŞ'ın sosyal kaygının anlaşılmasında kültürler üstü öneme sahip bilişsel yapılar olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca YŞÖ-KF-3, SKÖ-E ve Duygusal Farkındalık Düzeyleri Ölçeği'nin Moğolca uyarlamalarına ilişkin ilk kapsamlı psikometrik kanıtları sunmuştur. Sosyal kaygının yalnızca anlık durumsal tepkilerin değil, erken dönemde biçimlenen bilişsel yapıların bir yansıması olduğunu görmek hem araştırma gündemini hem de klinik uygulamayı yeniden çerçeveleme potansiyeli taşımaktadır. Bu doğrultuda, araştırma kapsamında uyarlanan ve psikometrik açıdan desteklenen ölçme araçlarının, Moğolistan'da yürütülecek gelecekteki kültürlerarası karşılaştırmalar ve psikolojik araştırmalar için önemli bir ölçme ve değerlendirme altyapısı sağlayarak alanyazına önemli katkılar sunabileceği düşünülmektedir.

Öneriler

Araştırmacılara Yönelik Öneriler. Bu araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, EDUŞ ile sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin üniversite öğrencileri dışındaki yaş gruplarında ve klinik örneklemlerde ayrı ayrı incelenmesi önerilmektedir. Araştırmanın kesitsel tasarımı nedensellik çıkarımına olanak tanımadığından, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin boylamsal araştırmalar aracılığıyla zaman içerisindeki gelişiminin değerlendirilmesi, nedensel ilişkilerin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bunun yanı sıra, bu araştırmada kısmi skalar değişmezliğe ulaşan Young Şema Ölçeği ve Duygusal Farkındalık Ölçeği'nin farklı kültürel bağlamlardaki psikometrik yapısının, tam değişmezliği kısıtlayan madde grupları odağında yeniden incelenmesi önerilmektedir.

Ruh Sağlığı Uzmanlarına Yönelik Öneriler. Araştırma bulguları, sosyal kaygının kusurluluk, terk edilme, boyun eğicilik, başarısızlık, sosyal izolasyon ve duyguları bastırma gibi EDUŞ'la ilişkili olduğunu göstermiştir. Kültürlerarası karşılaştırmalar, Türk örnekleminde kusurluluk ve terk edilme şemalarının, Moğol örnekleminde ise duyguları bastırma ve sosyal izolasyon şemalarının sosyal kaygıyla daha belirgin biçimde ilişkili olduğuna işaret etmektedir; bu nedenle klinisyenlerin müdahale süreçlerinde danışanın kültürel arka planına göre öncelikli şema alanlarını belirlemesi önerilebilir. Sosyal kaygı yaşayan bireylerle yürütülecek psikolojik danışma ve psikoterapi süreçlerinde bu şemaların değerlendirilmesi yararlı olabilmektedir. Ayrıca standart bilişsel davranışçı müdahalelere ek olarak şema terapisi temelli tekniklerin kullanılması, sosyal kaygının altında yatan bilişsel ve duygusal örüntülerin ele alınmasına katkı sağlayabilmektedir.

Ölçme ve Değerlendirme Alanına Yönelik Öneriler. Bu araştırmada Moğolca uyarlamaları yapılan YŞÖ-KF-3, SKÖ-E ve Duygusal Farkındalık Düzeyleri Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik bulguları genel olarak desteklenmiştir. Bu nedenle söz konusu ölçme araçlarının Moğolistan'da yürütülecek gelecekteki psikolojik araştırmalarda ve kültürlerarası karşılaştırmalı çalışmalarda kullanılması önerilmektedir. Bununla birlikte bu araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinden farklı olarak ölçeklerin ergen ve yetişkin

klinik örneklemlerde psikometrik özelliklerinin yeniden incelenmesi alanyazına katkı sağlayacaktır.

Kaynaklar

Abdolmohammadi, K., Hosseinzadeh, M., Ghadiri Sourman Abadi, F., & Khaleghi, M. (2016). Investigating the relationship between alexithymia and early maladaptive schema among university students in Tabriz. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 5(2), 399–405.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2015). Patterns of attachment (Classic ed.). Psychology Press. (Original work published 1978)

Arntz, A., & Jacob, G. (2013). Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach. Wiley-Blackwell.

Asher, M., Asnaani, A., & Aderka, I. M. (2017). Gender differences in social anxiety disorder: A review. *Clinical Psychology Review*, 56, 1–12. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.05.004

Aydoğdu, B. E., & Yılmaz, A. E. (2024). Examining social anxiety symptoms with early maladaptive schemas: The mediating role of mindfulness and self-compassion. *Turkish Journal of Psychiatry*, 35(4), 282–294. https://doi.org/10.5080/u26595

Ayçiçeği-Dinn, A., & Caldwell-Harris, C. L. (2013). Vertical collectivism, family-consciousness and urbanization in Turkey. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 12*(47), 232–251.

Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: Organization and role of early maladaptive schemas. Cognitive Behaviour Therapy, 47(4), 328–349. https://doi.org/10.1080/16506073.2017.1410566

Baljir, T., & Dorjsembe, D. (2023). The meaning of emotion terms in Mongolian and English cultures. *Mongolian Journal of Humanities and Social Sciences, 8*(17), 39–46. https://doi.org/10.69542/mjhss.v8i17.3417

Bamelis, L. L. M., Evers, S. M. A. A., Spinhoven, P., & Arntz, A. (2014). Results of a multicenter randomized controlled trial of the clinical effectiveness of schema therapy for personality disorders. *American Journal of Psychiatry, 171*(3), 305–322. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.12040518

Bandura, A. (1971). Social learning theory. General Learning Press.

Barchard, K. A., Brehman, D. K., Watson, B., Grob, K. E., Rojas, S. L., Lane, R. D., Kautz, B., Scully, A. E., Fort, C., Bajgar, J., DeVaney, A. L., Hensley, S., & Nielsen, D. (2011). Levels of Emotional Awareness Scale user's manual (2nd ed.). Interactive Measurement Group, University of Nevada, Las Vegas.

Bayanmunkh, B., Shairii, B., Battulga, B., Jadamba, T., Lkhagvasuren, B., & Tsend, B. (2024). Psychological science in Mongolia: Its history, development, and future prospects. *Neuroscience Research Notes, 7*(1), Article 242. https://doi.org/10.31117/neuroscirn.v7i1.242

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.

Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. Behaviour Research and Therapy, 35(1), 49–58. https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00069-1

Bentler, P. M., & Chou, C.-P. (1987). Practical issues in structural modeling. Sociological Methods & Research, 16(1), 78–117. https://doi.org/10.1177/0049124187016001004

Bintaş-Zörer, P., & Dirik, G. (2023). Social anxiety from an attachment theory perspective: The mediating role of early maladaptive schema domains and rejection sensitivity. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 23(2), 25–48. https://doi.org/10.24193/jebp.2023.2.9

Bollen, K. A. (1989). Structural equations with latent variables. John Wiley & Sons.

Boomsma, A. (1982). The robustness of LISREL against small sample sizes in factor analysis models. In K. G. Jöreskog & H. Wold (Eds.), Systems under indirect observation: Causality, structure, prediction (Part I, pp. 149–173). North-Holland Publishing Company

Boratav, H. B. (2011). *Emotional display rules and their contextual determinants* [Doctoral dissertation, İstanbul Bilgi University].

Borges, J. L., Vagos, P., Dell'Aglio, D. D., & Rijo, D. (2020). Cross-cultural validation of the Young Schema Questionnaire for Adolescents in Portuguese and Brazilian samples. *International Journal of Cognitive Therapy*, 13(3), 233–250. https://doi.org/10.1007/s41811-020-00067-6

Bowlby, J. (1975). Attachment theory, separation anxiety, and mourning. In S. Arieti (Ed.), American handbook of psychiatry (Vol. 6, pp. 292–309). Basic Books.

Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.

Brown, T. A. (2015). Confirmatory factor analysis for applied research (2nd ed.). Guilford Press.

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Ed.), Testing structural equation models (ss. 136-162). Sage.

Büyüköztürk, Ş. (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Atıf İndeksi, 001-214.

Byrne, B. M., Shavelson, R. J., & Muthén, B. (1989). Testing for the equivalence of factor covariance and mean structures: The issue of partial measurement invariance. Psychological Bulletin, 105(3), 456-466. https://doi.org/10.1037/0033-2909.105.3.456

Calvete, E. (2014). Emotional abuse as a predictor of early maladaptive schemas in adolescents: Contributions to the development of depressive and social anxiety symptoms. Child Abuse & Neglect, 38(4), 735–746. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.014

Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: The mediating role of anxious automatic thoughts. Journal of Anxiety Disorders, 27(3), 278–288. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.02.011

Can, F., & Bozgün, K. (2021). SKÖ-E kısa formunun Türkçeye uyarlanarak psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 156-168.

Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. Structural Equation Modeling: *A Multidisciplinary Journal*, 14(3), 464–504. https://doi.org/10.1080/10705510701301834

Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. Structural Equation Modeling, 9(2), 233-255. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_5

Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2002). A developmental psychopathology perspective on adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 70*(1), 6–20.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69–93). Guilford Press.

Clauss, J. A., & Blackford, J. U. (2012). Behavioral inhibition and risk for developing social anxiety disorder: A meta-analytic study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 51*(10), 1066–1075. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.08.002

Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Creed, A. T., & Funder, D. C. (1998). Social anxiety: From the inside and outside. Personality and Individual Differences, 25(1), 19–33. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00037-3

Çukur, C. Ş., De Guzman, M. R. T., & Carlo, G. (2004). Religiosity, values, and horizontal and vertical individualism–collectivism: A study of Turkey, the United States, and the Philippines. *The Journal of Social Psychology, 144*(6), 613–634. https://doi.org/10.3200/SOCP.144.6.613-634

David Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). *Culture, emotion regulation, and adjustment*. Journal of Personality and Social Psychology, 94(6), 925–937.

Edel, M.-A., Rudel, A., Hubert, C., Scheele, D., Brüne, M., Juckel, G., & Assion, H.-J. (2010). Alexithymia, emotion processing and social anxiety in adults with ADHD. *European Journal of Medical Research*, 15(9), 403–409.

Ekici, E., Nazlı, Ş. B., & Yığman, F. (2024). Evaluation of early maladaptive schemas and domains in social anxiety disorder specifiers and non-clinical samples. *Turkish Journal of Clinical Psychiatry*, 27, 41–54. https://doi.org/10.5505/kpd.2024.08684

Elgin, V. M. (2016). *Examining honor culture in Turkey* (Master's thesis, Middle East Technical University). Middle East Technical University OpenMETU Repository.

Paul Ekman, P., & Wallace V. Friesen, W. V. (1969). *The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding*. Semiotica, 1(1), 49–98.

Farahi, S., Naziri, G., Davodi, A., & Fath, N. (2023). The mediating role of cognitive emotion regulation strategies in the relationship between early maladaptive schemas, alexithymia, and

emotional intelligence with somatic symptoms in people with somatic symptoms disorder. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 11(3), 187–200. https://doi.org/10.32598/jpcp.11.3.887.1

Faustino, B., & Vasco, A. B. (2020). Relationships between emotional processing difficulties and early maladaptive schemas on the regulation of psychological needs. Clinical Psychology & Psychotherapy, 27(6), 804–813. https://doi.org/10.1002/cpp.2464

Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2018). Theories of personality (9th ed.). McGraw-Hill Education.

Fischer, R., & Karl, J. A. (2019). A primer to (cross-cultural) multi-group invariance testing possibilities in R. Frontiers in Psychology, 10, Madde 1507. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01507

Fişek, G. Ö. (2010). Türkiye'de aile, bireyselleşme ve psikoterapi süreçleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 45-53.

Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50. https://doi.org/10.2307/3151312

Gadermann, A. M., Guhn, M., & Zumbo, B. D. (2012). Estimating ordinal reliability for Likert-type and ordinal item response data: A conceptual, empirical, and practical guide. Practical Assessment, Research & Evaluation, 17(3), 1–13. https://doi.org/10.7275/n560-j767

Garip, S. (2023). Sosyal bilimlerde nicel araştırma geleneği üzerine kuramsal bir inceleme. *International Journal of Social Science Research*, 12(1), 1-19. https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijssresearch

Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics of North America, 24*(4), 723–751. https://doi.org/10.1016/S0193-953X(05)70260-4

González Díez, Z., Calvete Zumalde, E., & Orue Sola, I. (2012). Early maladaptative schemas and social anxiety: The moderating effect of avoidant vs. overcompensation coping [Conference

abstract]. European Psychiatry, 27(Suppl. 1), 1. 20th European Congress of Psychiatry, Prague, Czech Republic.

Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B., & Şenkal Ertürk, İ. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: EDUŞ. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(10), 197–217. https://doi.org/10.7816/nesne-05-10-01

Göregenli, M. (1997). Individualist-collectivist tendencies in a Turkish sample. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 28(6), 787–794. https://doi.org/10.1177/0022022197286009

Graeme J. Taylor, G. J., R. Michael Bagby, R. M., & James D. A. Parker, J. D. A. (1997). Disorders of Affect Regulation. Cambridge University Press.

Greenberg, L. S. (2012). Duygu odaklı terapi (S. Kızıltaş, Çev.; T. Özakkaş, Ed.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271–299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). Multivariate data analysis (8th ed.). Cengage Learning.

Harry C. Triandis. (1995). Individualism and Collectivism. Westview Press.

Hayes, A. F., & Coutts, J. J. (2020). Use omega rather than Cronbach's alpha for estimating reliability. But… Communication Methods and Measures, 14(1), 1–24. https://doi.org/10.1080/19312458.2020.1718629

Heinrichs, N., Rapee, R. M., Alden, L. E., Bögels, S., Hofmann, S. G., Ja Oh, K., & Sakano, Y. (2006). Cultural differences in perceived social norms and social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 44*(8), 1187–1197. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.09.006

Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115–135. https://doi.org/10.1007/s11747-014-0403-8

Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations* (2nd ed.). Sage Publications.

Hosseini, F., Pakizeh, A., & Salari, Z. (2014). The role of early maladaptive schemas and difficulties in emotion regulation in students' anxiety. *Journal of Behavioral Sciences*, 7(4), 297–305.

Hu, L.-T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Structural Equation Modeling, 6(1), 1-55. https://doi.org/10.1080/10705519909540118

Humphrey, C. (1996). *Shamans and elders: Experience, knowledge, and power among the Daur Mongols*. Oxford University Press.

Ichinkhorloo, B. (2025). Ethics of the civilizational approaches and national characters: Navigating cultural relativism and universalism in the Mongolian context. Mongolian Anthropological Review. https://doi.org/10.22353/mar.202501.06

James J. Gross, J. J. (1998). *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*. Review of General Psychology, 2(3), 271–299.

Jamshidi, A., Meschi, F., & Mohammadi Zeighami, S. (2024). Prediction of social anxiety based on early maladaptive schemas in students. *Journal of Nursing Education*, 13(3), 13–24.

Kagan, J. (1997). Temperament and the reactions to unfamiliarity. Child Development, 68(1), 139–143. https://www.jstor.org/stable/1131931

Kagan, J., Reznick, J. S., & Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science, 240*(4849), 167–171. https://doi.org/10.1126/science.3353713

Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Family and human development across cultures: A view from the Other Side. Lawrence Erlbaum Associates.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(37), 36–44.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. Journal of Cross-Cultural Psychology, 36(4), 403–422. https://doi.org/10.1177/0022022105275959

Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Karjouh, K., Azzaoui, F.-Z., Boulbaroud, S., Samlali, W. I., & Ahami, A. (2022). Role of early maladaptive schemas and alexithymia in the relationship between perceived parenting styles in Moroccan psychoactive substance users. *International Journal of Nutrition, Pharmacology, Neurological Diseases*, 12(3), 170–179. https://doi.org/10.4103/ijnpnd.ijnpnd_15_22

Ke, T., & Barlas, J. (2020). Thinking about feeling: Using trait emotional intelligence in understanding the associations between early maladaptive schemas and coping styles. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 93(1), 1–20. https://doi.org/10.1111/papt.12202

Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M. (2006). Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(5), 890–903. https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.5.890

Kline, R. B. (2023). Principles and practice of structural equation modeling (5th ed.). Guilford Press.

Kuzucu, Y. (2008). Duygusal farkındalık düzeyi ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29).

La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94.

La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. https://doi.org/10.1023/A:1022684520514

Lane, R. D., & Schwartz, G. E. (1987). Levels of emotional awareness: A cognitive-developmental theory and its application to psychopathology. *The American Journal of Psychiatry*, 144(2), 133–143. https://doi.org/10.1176/ajp.144.2.133

Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality Assessment*, 55(1–2), 124–134. https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674052

Lane, R. D., Ryan, L., Nadel, L., & Greenberg, L. (2015). Memory reconsolidation, emotional arousal, and the process of change in psychotherapy. Behavioral and Brain Sciences, 38, Article e1. https://doi.org/10.1017/S0140525X14000041

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). Social anxiety. New York, NY: Guilford Press.

Lee, S. J., Choi, Y. H., Rim, H. D., Won, S. H., & Lee, D.-W. (2015). Reliability and validity of the Korean Young Schema Questionnaire-Short Form-3 in medical students. Psychiatry Investigation, 12(3), 295-304. https://doi.org/10.4306/pi.2015.12.3.295

Leigh, E., & Clark, D. M. (2018). Understanding social anxiety disorder in adolescents and improving treatment outcomes: Applying the cognitive model of Clark and Wells (1995). Clinical Child and Family Psychology Review, 21(3), 388–414. https://doi.org/10.1007/s10567-018-0258-5

Li, C.-H. (2016). Confirmatory factor analysis with ordinal data: Comparing robust maximum likelihood and diagonally weighted least squares. Behavior Research Methods, 48(3), 936–949. https://doi.org/10.3758/s13428-015-0619-7

Lorenzo-Seva, U., & ten Berge, J. M. F. (2006). Tucker's congruence coefficient as a meaningful index of factor similarity. Methodology, 2(2), 57-64. https://doi.org/10.1027/1614-2241.2.2.57

MacCallum, R. C., & Austin, J. T. (2000). Applications of structural equation modeling in psychological research. *Annual Review of Psychology*, 51, 201-226. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.201

MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. Psychological Methods, 1(2), 130-149. https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.2.130

Mahalakshmi, E. K., Mokshagundam, S. S., Thirumagal, J., Sheeba, S., & Malini, M. M. (2023). Textbook of research methodology (1st ed.). Saliha Publications.

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. Psychological Review, 98(2), 224–253. https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224

Mc Donnell, E., Hevey, D., McCauley, M., & Ducray, K. N. (2018). Exploration of associations between early maladaptive schemas, impaired emotional regulation, coping strategies and resilience in opioid dependent poly-drug users. Substance Use & Misuse, 53(14), 2320–2329. https://doi.org/10.1080/10826084.2018.1473438

Meredith, W. (1993). Measurement invariance, factor analysis and factorial invariance. Psychometrika, 58(4), 525-543. https://doi.org/10.1007/BF02294825

Mesquita, B., & Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: A context for interpreting emotional experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41(7), 777–793. https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00189-4

Mineka, S., & Zinbarg, R. (2006). A contemporary learning theory perspective on the etiology of anxiety disorders. American Psychologist, 61(1), 10–26. https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.1.10

Minkov, M., Sokolov, B., Tasse, M. A., Jamballuu, E., Schachner, M., & Kaasa, A. (2023). A transposition of the Minkov–Hofstede model of culture to the individual level of analysis: Evidence from Mongolia. Cross-Cultural Research, 57(2–3), 264–293. https://doi.org/10.1177/10693971231153461

Moghaddam, S. B., & Jomehri, F. (2016). Cross-cultural comparison of early maladaptive schemas, resilience and quality of life in students. Review of European Studies, 8(2), 236–244. https://doi.org/10.5539/res.v8n2p236

Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. Annual Review of Clinical Psychology, 9, 249–274. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185631

Munkhtseren, Z. (2025). Issues of intellectual values orientations in Mongolian society. Mongolian Diaspora. Journal of Mongolian History and Culture, 5(1–2), 115–127. https://doi.org/10.1515/modi-2025-0016

Nicol, A., Andriessen, K., Clancy, E., Gray, N. S., & Townsend, E. (2022). Early maladaptive schemas and non-suicidal self-injury in young people: The mediating role of emotion

regulation difficulties. *Journal of Clinical Psychology*, 78(9), 1763–1778. https://doi.org/10.1002/jclp.23335

Nunes, C., Ayala-Nunes, L., Pechorro, P., & La Greca, A. M. (2018). Short form of the Social Anxiety Scale for Adolescents among community and institutionalized Portuguese youths. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 18(3), 273-282. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2018.06.001

Önder Erol, P., & Altınoluk Düztaş, D. (2016). Reconciling familism and individualism in a changing society: A study on Turkish university students. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 16*(4), 159–178.

Packard, A. M., Weisman de Mamani, A., Hernandez, G. D., & Phillips, C. (2022). Mediating roles of affective states and mindful awareness in the relationship between social anxiety and problematic social networking site use. Current Psychology, 41(11), 8038–8048. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01582-0

Peter Salovey, P., & John D. Mayer, J. D. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications. Basic Books.

Phillips, K., Brockman, R., Bailey, P. E., & Kneebone, I. I. (2019). Young Schema Questionnaire–Short Form Version 3 (YSQ-S3): Preliminary validation in older adults. Aging & Mental Health, 23(1), 140–147. https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1396579

Pilkington, P. D., Younan, R., McBride, K. A., & Carter, J. D. (2024). Early maladaptive schemas and emotion regulation difficulties: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology Review, 109, Article 102381. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102381

Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A., & Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. Cognitive Therapy and Research, 30(5), 571–584. https://doi.org/10.1007/s10608-006-9027-8

Phillips, K., Brockman, R., Bailey, P. E., & Kneebone, I. I. (2019). Young Schema Questionnaire–Short Form Version 3 (YSQ-S3): Preliminary validation in older adults. Aging & Mental Health, 23(1), 140–147. https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1396579

Poorabed, H., & Bahrami, F. (2022). Relationship between early maladaptive schemas and social anxiety among athletes: The mediating role of physical self-concept. Sport Psychology Studies, 10(38), 157–168. https://doi.org/10.22089/SPSYJ.2021.10332.2142

Purev, B., Sarantuya, P., Mytav, T., & Mijgee, K.-U. (2025). A review of scholarly perspectives on emotional intelligence. *OTU-Journal of Otgontenger University*, 17(2). https://doi.org/10.66295/otu.v17i2.4957

Rada, S. (2018). Üniversite öğrencilerinin EDUŞ'ı ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Türkiye ve Belçika karşılaştırması [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi].

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2011). Schema therapy: Distinctive features. Routledge.

Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. Behaviour Research and Therapy, 35(8), 741–756.

Revelle, W., & Condon, D. M. (2019). Reliability from α to ω: A tutorial. Psychological Assessment, 31(12), 1395-1411. https://doi.org/10.1037/pas0000754

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), Psychology: A study of a science (Vol. 3, pp. 184–256). McGraw-Hill.

Rothbart, M. K. (2007). Temperament, development, and personality. Current Directions in Psychological Science, 16(4), 207–212. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00505.x

Saariaho, A. S., Saariaho, T. H., Mattila, A. K., Karukivi, M., & Joukamaa, M. I. (2015). Alexithymia and early maladaptive schemas in chronic pain patients. *Scandinavian Journal of Psychology*, 56(4), 428–437. https://doi.org/10.1111/sjop.12226

Sade, R. S., & Zabihi, R. (2018). Mediating role of emotional intelligence in the correlation between early maladaptive schemas and coping styles. *The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention*, 5(6), 4769–4775. https://doi.org/10.18535/ijsshi/v5i6.02

Satorra, A., & Bentler, P. M. (1994). Corrections to test statistics and standard errors in covariance structure analysis. In A. von Eye & C. C. Clogg (Eds.), Latent variables analysis (pp. 399-419). Sage.

Satorra, A., & Bentler, P. M. (2001). A scaled difference chi-square test statistic for moment structure analysis. Psychometrika, 66(4), 507-514. https://doi.org/10.1007/BF02296192

Sev'er, A., & Yurdakul, G. (2001). Culture of honor, culture of change: A feminist analysis of honor killings in rural Turkey. *Violence Against Women, 7*(9), 964–998. https://doi.org/10.1177/10778010122182866

Shojaati, A., Kalantari, M., & Mulavi, H. (2021). Do emotional abuse and personality traits predict early maladaptive schemas and social anxiety. Early Child Development and Care, 191(3), 389–402. https://doi.org/10.1080/03004430.2019.1621860

Siegel, D. J. (2012). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are* (2nd ed.). Guilford Press.

Sijtsma, K. (2009). On the use, the misuse, and the very limited usefulness of Cronbach's Alfa. Psychometrika, 74(1), 107-120. https://doi.org/10.1007/s11336-008-9101-0

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Assessment of early maladaptive schemas: A psychometric study of the Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form-3. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(1), 75-84.

Soysal, S. (2023). Çok boyutlu test yapılarında alfa, tabakalı alfa ve omega güvenirlik katsayılarının karşılaştırılması. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 1–20. https://doi.org/10.38151/akef.2023.51

Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. Behaviour Research and Therapy, 86, 50–67. https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007

Sunar, D., & Fişek, G. O. (2005). Contemporary Turkish families. In U. Gielen & J. Roopnarine (Eds.), *Families in global perspective* (pp. 169–183). Allyn & Bacon/Pearson.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). Using Multivariate Statistics (7th ed.). Pearson.

Triandis, H. C. (1995). Individualism and collectivism. Westview Press.

Tsarpalis-Fragkoulidis, A., Kolar, D. R., Schneckenreiter, C., & Zemp, M. (2025). Social anxiety and emotion regulation in the everyday life of adolescents: An ecological momentary assessment (EMA) study. Kindheit und Entwicklung, 34(3), 150–161. https://doi.org/10.1026/0942-5403/a000492

Türkçapar, M. H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. Klinik Psikiyatri, 2, 247–253.

Uslu, Y., & Gizir, C. A. (2019). Duygusal farkındalık boyutlarının üniversite öğrencilerinin benlik saygısı, sosyal kaygı ve depresyon düzeyleri üzerindeki yordayıcı rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 876–890. https://doi.org/10.17679/inuefd.525259

van Buuren, S., & Groothuis-Oudshoorn, K. (2011). mice: Multivariate imputation by chained equations in R. *Journal of Statistical Software*, 45(3), 1–67. https://doi.org/10.18637/jss.v045.i03

Vandenberg, R. J., & Lance, C. E. (2000). A review and synthesis of the measurement invariance literature: Suggestions, practices, and recommendations for organizational research. Organizational Research Methods, 3(1), 4-70. https://doi.org/10.1177/109442810031002

Winnicott, D. W. (1965). The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development. Hogarth Press.

Wu, H., & Estabrook, R. (2016). Identification of confirmatory factor analysis models of different levels of invariance for ordered categorical outcomes. Psychometrika, 81(4), 1014–1045. https://doi.org/10.1007/s11336-016-9506-0

Yakın, D., Gençöz, T., Steenbergen, L., & Arntz, A. (2019). An integrative perspective on the interplay between early maladaptive schemas and mental health: The role of self-compassion and emotion regulation. *Journal of Clinical Psychology*, 75(6), 1098–1113. https://doi.org/10.1002/jclp.22755

Yancar Demir, E., & Soygüt, G. (2014). Şema terapisi ile izlenen bir olgu bağlamında panik bozukluğu ile şemalar arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 109–115.

Young, J. E. (1994). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach (Rev. ed.). Professional Resource Press.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. Guilford Press.

Yu, J., Wang, Y., Zhang, L., & Zhang, Y. (2026). Attachment styles and early maladaptive schemas across racial groups. BMC Psychology, 14, Article 27. https://doi.org/10.1186/s40359-026-04427-3

Zadfallah Farshami, H., & Roshandel, A. (2024). The relationship between early maladaptive schemas and social anxiety with the mediation of emotion regulation in female students. *Psychology of Woman Journal*, 5(3), 156–163. http://dx.doi.org/10.61838/kman.pwj.5.3.18

EK-A: Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma Etik Kurulu Onay Bildirimi

T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma Etik Kurulu

Sayı : E-51944218-050-00004483898 26/09/2025
Konu : Etik Kurul (Prof. Dr. Arif ÖZER ve Ariunzaya DASHNYAM)

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

İlgi : 10.09.2025 tarihli ve E-52695194-600-00004459735 sayılı yazınız.

Ana Bilim Dalınız Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi **Ariunzaya DASHNYAM'ın, Prof. Dr. Arif ÖZER** danışmanlığında yürüttüğü ***"Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Duygusal Farkındalığın Durumsal Rolü: Türkiye ve Moğolistan Karşılaştırması"*** başlıklı tez çalışması, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma Etik Kurulunun **17.09.2025** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve ilgiliye tebliğini rica ederim.

Prof. Dr. Selda ÖZDEMİR
Kurul Başkanı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: 4335A394-CC25-4EC3-B10F-20376C284F2A Belge Doğrulama Adresi: https://www.turkiye.gov.tr/hu-ebys

Adres: Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü 06800 Beytepe-ANKARA
E-posta: Elektronik Ağ: www.hacettepe.edu.tr
Telefon: Faks:
Kep:

Bilgi için: Gülgün İLKDOĞAN (EBE ARAŞTIRMA ETİK KURUL ÜYESİ)
Kurul Üyesi
Telefon: 2978571

Ek 1. YŞÖ-KF-3'ün uyarlama izni

You replied on 7/23/2025 4:06 AM.

Action Items

Dear Ariunzaya Dashnyam,

Thank you so much. It is a go I would say.

Keep me updated and looking forward to the final versions. Good luck with your research.

Best wishes,

Michiel van Vreeswijk
Science and Research Coordinator, EB-ISST

=========

Dear Michiel Van Vreeswijk

I hope this message finds you well.

My name is Ariunzaya Dashnyam, i am from Mongolia and am a graduate student in the Department of Guidance and Psychological Counseling (PDR) at Hacettepe University, Turkey. I am currently working on my master's thesis under the supervision of Prof. Dr. Arif ÖZER.
The title of my thesis is:
"The Situational Role of Emotional Awareness in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety: A Comparative Study Between Turkey and Mongolia."

As part of this study, I would like to use the Young Schema Questionnaire – Short Form 3 (YSQ-S3) to assess early maladaptive schemas among university students in both countries. In order to ensure linguistic and cultural relevance for Mongolian participants, I intend to translate and adapt the scale into Mongolian, following established guidelines for localization (e.g., forward-backward translation, expert review, and validation procedures).

I respectfully request your permission to:

Use the YSQ-S3 within the scope of my thesis research,

Translate and adapt the instrument into Mongolian,

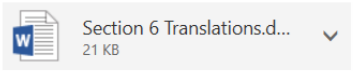
Report findings in my academic work, with proper acknowledgment and citation of the original instrument.

Please be assured that this scale will be used exclusively for academic research purposes and will not be distributed for commercial use.

If there are any specific conditions, licenses, or formal procedures required to obtain this permission, I would be happy to comply.

Thank you very much for your time and consideration. I would be truly grateful to receive your authorization.

Ek 2. DFDÖ'nin uyarlama izni



Download

Hello
Sorry for the delayed response.
Our Coordinator Gabriela will be in touch with the information you need.
You have my permission to proceed.
Below I have pasted in standard instructions for translations.
Good luck with your research!
All the best
Richard

To translate LEAS scenarios into another language, begin by translating from English into your language of choice. This can be done by hand or by using a translation program such as DEEP-L. Next, the translated version needs to be back-translated by a native speaker of the language who is unfamiliar with the English version. The back-translated version is then compared to the original English version. If discrepancies exist, the same procedure needs to be repeated: create a revised translation, then back-translate into English and compare to the original English.

Dear Dr. Lane and Colleagues,
I hope this message finds you well.
My name is Ariunzaya, and I am a graduate student in the Department of Guidance and Psychological Counseling (PDR) at Hacettepe University, Turkey. I am currently conducting my master's thesis under the supervision of **Prof. Dr. Arif ÖZER**. The title of my thesis is:
"The Situational Role of Emotional Awareness in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety: A Comparative Study Between Turkey and Mongolia."
As part of my research, I would like to use the **Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS)**, originally developed by Lane, Quinlan, Schwartz, Walker, and Zeitlin (1990), in order to measure the emotional awareness levels of participants from both Turkey and Mongolia.
To ensure that the instrument is accessible and culturally appropriate for Mongolian participants, I respectfully request your permission to:

1. Use the LEAS in my academic research,
2. Translate and adapt the scale into **Mongolian**, following a rigorous localization process (forward-backward translation, expert validation, etc.),
3. Report the results in my thesis with full acknowledgment and citation of your work.

Please note that this instrument will be used strictly for academic purposes within the scope of my thesis. It will not be used commercially or distributed beyond this context without your explicit permission.
If you require any agreements, licensing procedures, or additional information regarding my research, I would be happy to provide them and follow all necessary protocols.
Thank you very much for your consideration. I look forward to your kind response and hope to receive your authorization to proceed.
Sincerely,
Ariunzaya Dashnyam
M.A. Student – Guidance and Psychological Counseling (PDR)
Hacettepe University

Ek 3. SKÖ-E'nin uyarlama izni

Thanks for your interest in the Social anxiety Scales.
It is permissable to use the Short Form SAS-A as you describe below.

Best wishes,
Annette M. La Greca, PhD, ABPP
Distinguished Professor of Psychology and Pediatrics
Provost Scholar and Cooper Fellow
Associate Editor, *American Psychologist*
Past-President, Society of Clinical Psychology
Website: https://people.miami.edu/profile/alagreca@miami.edu
•••

Flag for follow up. Start by Thursday, July 24, 2025. Due by Thursday, July 24, 2025.

Dear Dr. Annette M. La Greca,
My name is Arunzaya Dashnyam, and I am a master's student in the Department of Guidance and Psychological Counseling at Hacettepe University, Turkey. I am currently conducting my thesis research under the supervision of Prof. Dr. Arif Özer.
The title of my thesis is:
"The Situational Role of Emotional Awareness in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety: A Comparative Study Between Turkiye and Mongolia."
As part of my thesis, I would like to respectfully request your permission to:

- Use the 12-item Short Social Anxiety Scale in my academic research,
- Translate and culturally adapt the scale into Mongolian, following a rigorous forward–backward translation procedure,
- Report the results with full acknowledgment and proper citation of your original work.

The scale will be used exclusively for academic purposes within the scope of my thesis and will not be distributed or used for commercial purposes in any way. If required, I would be happy to provide any confidentiality agreements, licensing forms, or further documentation necessary for your approval.
I have already obtained permissions for all other research instruments included in my study and I am now finalizing preparations to begin my data collection. As I am working with a strict timeline, I would greatly appreciate it if you could kindly provide your response at your earliest convenience.
Thank you very much for your time and kind consideration. I sincerely hope to receive your permission to proceed.

Kind regards,
Arunzaya Dashnyam
Master's Student
Department of Guidance and Psychological Counseling

Ek 4. YŞÖ-KF-3 Türkçe Formunun Kullanım İzni

Merhaba,

Ölçeğimizi kullanabilirsiniz.
Çalışmalarınızda başarılar dileriz.

KADRİYE KARADUMAN

Psikonet Yayıncılık ve Eğitim A.Ş.
Adres: Valikonağı Cad. No:161 D:8 Çam Apt.
34363 Nişantaşı İstanbul

Tel: 0212 231 84 43
GSM: 0533 603 88 18
Faks: 0212 231 22 77

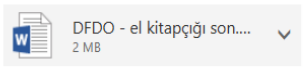
www.psikonet.com

Sayın Dr. Alp Karaosmanoğlu

Ben Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Ariunzaya Dashnyam**'ım. Tez çalışmamı Prof. Dr. Arif Özer danışmanlığında yürütmekteyim.
Tez çalışmamın başlığı:
"Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Duygusal Farkındalığın Durumsal Rolü: Türkiye ve Moğolistan Karşılaştırması" şeklindedir.
Bu kapsamda, tarafınızca Türkçeye uyarlanan **Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YSQ-SF3)**'ü yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak için izninizi talep ediyorum.

Vakit ayırıp değerlendirdiğiniz için şimdiden teşekkür eder, olumlu geri dönüşünüzü sabırsızlıkla beklerim.
Saygılarımla,
Arunzaya Dashnyam
Yüksek Lisans Öğrencisi – Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Hacettepe Üniversitesi

Ek 5. DFDÖ'nin Türkçe Formunun Kullanım İzni



Download

Arıunzaya merhaba
Ekli dosyada ölçek ve puanlamasına ilişkin bilgiler yer almaktadır. Performans ölçeği olduğu için uygulaması ve değerlendirmesi nispeten zor bir ölçek. Ayrıca sözlüğün varlığı ve duyguların bu sözlüğe göre kategorileşmesi değerlendirmeyi çok dikkatli yapmayı gerektiriyor Sana gönderdiğim kitapçıkta açıklamalarla birlikte puanlama örnekleri de yer almaktadır. Puanlama örneğinde hem kendi (K) hem de diğer kişinin duygusu (D) için genel toplam alınmamıştır. Sadece bunların toplamının olduğu genel toplam alınmıştır. Sen istersen K ve D nin bir de bunların toplamının olduğu üç genel toplam alabilirsiniz.

Orijinal uygulamada her soru tek bir sayfa. Ancak Amerika'da kullanılan kağıt boyu A4 'e oranla daha küçük. Bununla birlikte ölçeği uyarlama çalışmaları sırasında her soruyu tek sayfada uyguladığımda sorulara verilen en uzun cevabın bile sayfanın ancak yarısını doldurduğunu görünce her sayfaya iki soru aldım. Ancak sen orijinal çalışmada oluğu gibi her soruyu tek sayfada sorabilirsin.
ölçek sana emanet, çalışpmanda başarılar dilerim.

Not: Moğalistan çeviri için Ölçeği geliştiren Richard Lane den de izin almanı öneririm.

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi,
Aile Danışmanlığı Ana Bilim Dalı Başkanı,
****
Yaşar Kuzucu, Prof. Dr.
Aydın Adnan Menderes University,
Head of Family Counseling Department,

09100, Aydın, TÜRKİYE
Phone: 90 256 2213130-313
Fax : 90 256 2203

Sayın Doç. Dr. Yaşar Kuzucu,
Ben Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Arunzaya Dashnyam**'ım. Tez çalışmam Prof. Dr. Arif Özer'in danışmanlığında yürütülmektedir.
Tezimin başlığı:
"Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Duygusal Farkındalığın Durumsal Rolü: Türkiye ve Moğolistan Karşılaştırması."
Bu kapsamda, sizin **2007 yılında Türkçeye uyarladığınız "Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeği" (DFDÖ/LEAS)**'yi yüksek lisans tez çalışmamda kullanmak, ayrıca ileri–geri çeviri yöntemi ile **Moğolcaya uyarlama** yapmak üzere nazik izninizi rica ediyorum.
İzne dair taleplerim şunlardır:

1. Ölçeğin sadece **bilimsel araştırma** amacıyla kullanılması,
2. Ölçeğin **Moğolcaya çevrilip kültürel uyarlamasının** yapılması,
3. Uyarlanan formun yalnızca akademik kullanım için kalması ve **ticari amaç taşımaması**,
4. Çalışmamda sizin orijinal çalışmanızın uygun şekilde atıf alması.

Gereken gizlilik sözleşmesi, telif izni ya da etik onay belgeleri gerekiyorsa seve seve temin edebilirim.
Vakit ayırıp değerlendirdiğiniz için şimdiden çok teşekkür eder, olumlu dönüşünüzü heyecanla beklerim.

Saygılarımla,
Arunzaya Dashnyam
Yüksek Lisans Öğrencisi – Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Hacettepe Üniversitesi

Ek 6. SKÖ-E'nin Türkçe Formunun Kullanım İzni

Flag for follow up. Start by Thursday, July 24, 2025. Due by Thursday, July 24, 2025.

Merhabalar, ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz.
Kolaylıklar diliyorum.

Android için Outlook edinin

Flag for follow up. Start by Thursday, July 24, 2025. Due by Thursday, July 24, 2025.

Sayın Dr. Kayhan Bozgün

Ben Hacettepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Arunzaya Dashnyam**'ım. Tez çalışmamı Prof. Dr. Arif Özer danışmanlığında yürütmekteyim.
Tez çalışmamın başlığı:
"Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Duygusal Farkındalığın Durumsal Rolü: Türkiye ve Moğolistan Karşılaştırması" şeklindedir.
Bu kapsamda, sizlerin 2021 yılında Türkçeye uyarlamış olduğunuz **Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu**nu araştırmamda kullanmak için nazik izninizi talep ediyorum.

Tez çalışmam etik kurul başvurusuna hazırlık aşamasındadır. Bu nedenle ölçeğin araştırmada kullanımına yönelik izninizin mümkünse en kısa sürede tarafıma iletilmesini rica ederim. Bu nazik talebime olumlu dönüş yapmanız halinde etik kurul başvurusunu zamanında gerçekleştirme imkânım olacaktır.

Vakit ayırıp değerlendirdiğiniz için şimdiden teşekkür eder, olumlu dönüşünüzü umutla beklerim.

Saygılarımla,
Arunzaya Dashnyam
Yüksek Lisans Öğrencisi – Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Hacettepe Üniversitesi

EK-B: Etik Beyanı

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında,

* tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
* görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
* başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
* atıfta bulunduğum eserlerin bütününü kaynak olarak gösterdiğimi,
* kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
* bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

…...../……/…….

(İmza)

Ad SOYADI

EK-C: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu

……/……./.....

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Başkanlığına,

Tez Başlığı CİNSİYET VE DUYGUSAL FARKINDALIK KONTROLÜNDE ŞEMALARIN SOSYAL KAYGIYLA İLİŞKİSİ: TÜRK-MOĞOL KÜLTÜRLERARASI KARŞILAŞTIRMASI

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin** adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Oranı	Gönderim Numarası
13/7/2026	176	284783	3/7/2026	%6	2997599980

Uygulanan filtreler:
1. Kaynaklar hariç
2. Alıntılar dâhil
3. 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarını inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan eder, gereğini saygılarımla arz ederim.

Ad Soyadı: Ariunzaya Dashnyam

Öğrenci No.: N22128076

Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

İmza

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Statüsü: ☒ Y.Lisans ☐ Doktora ☐ Bütünleşik Dr.

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR.

(Prof. Dr. Arif ÖZER, İmza)

EK-Ç: Thesis/Dissertation Originality Report

……/……./……

HACETTEPE UNIVERSITY
Graduate School of Educational Sciences
To The Department of Educational Sciences

Thesis Title: SCHEMAS AND SOCIAL ANXIETY CONTROLLING FOR GENDER AND EMOTIONAL AWARENESS: A TURKISH MONGOLIAN COMPARISON

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defense	Similarity Index	Submission ID
13/7/2026	176	284783	3/7/2026	%6	2997599980

Filtering options applied:
1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Lastname:	Ariunzaya Dashnyam
Student No.:	N22128076
Department:	Educational Sciences
Program:	Psychological Counseling and Guidance
Status:	☒ Masters ☐ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D.

Signature

ADVISOR APPROVAL

APPROVED

(Prof. Dr. Arif ÖZER, Signature)

EK-D: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım haklan bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan "**Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına ilişkin Yönerge**" kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- Enstitü/ Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihinden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. (1)
- Enstitü/Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren … ay ertelenmiştir. (2)
- Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. (3)

..... /..... /.....

(imza)

Öğrencinin Adı SOYADI

"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"

(1) *Madde 6. 1. Lisansüstü tezle ilgili patent başvurusu yapılması veya patent* alma *sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü Üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.*

(2) *Madde 6. 2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç; imkânı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanın önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.*

(3) *Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir*. Kurum ve kuruluşlarla yapılan iş birliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü Üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.*

Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir

**Tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu tarafından karar verilir.*