

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Yalnızlığın Üniversite Uyum Düzeyi ile İlişkisi

Aylin Demirli Yıldız

Başkent Üniversitesi

Özet

Yepyeni bir süreç olan üniversite öğrenimine başlamak, öğrenciden akademik, sosyal ve kişisel alanlardaki değişimlere uyum göstermesinin beklenmesi anlamına gelmektedir. Araştırma, erken dönem uyum bozucu şemalar ile yalnızlığın üniversite uyum düzeyini açıklamada oynadığı rolü açıklamayı amaçlamaktadır. Bu amaçla Kurumla Bütünleşme Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Young Şema Ölçeği-Kısa Formu (YŞÖ) kullanılmıştır. Ayrıca katılımcı özelliklerinin belirlenmesi amacı ile demografik bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmada regresyon sürecinin gelişimini kontrol etme izni vermesi sebebiyle sıralı (hiyerarşik) regresyon tercih edilmiştir. İlk regresyon modelinde korelasyonda en yüksek ilişki gösteren yalnızlık denkleme tek başına sokulmuştur. İkinci modelde yalnızlığa yüksek korelasyon gösteren kopukluk ve zedelenmiş otonomi şema alanları eklenmiştir. Son modelde ise zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanları denkleme dahil edilmiştir. Üç regresyon modelini karşılaştırdığımızda Model 1 ile Model 2 arasında önemli bir fark oluştuğu görülmüştür. Ancak, aynı farklılık Model 2 ile Model 3 arasında görülmemiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ise tüm değişkenlerin bir arada denkleme dâhil edildiği Model 3'te anlamlı bir ilişki göstermiştir, ($\beta = -.19$). Sonuç olarak, araştırma bulguları üniversite uyumunun üçte birinden fazlasının erken çocukluk uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi ve yalnızlık ile yordandığını göstermektedir. Zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanları ise üniversite uyumunu açıklamada anlamlı bir katkı sağlamamıştır.

Anahtar kelimeler: Erken dönem uyumsuz şemalar, bilişsel şema, şema alanları, üniversiteye uyum, yalnızlık

Abstract

University education means that starting to a whole new phase in which students are expected to be oriented to many academic, social and personal changes. The aim of this study is to understand the variance of university orientation explained by early maladaptive schemas and loneliness. Institutional Integration Scale, UCLA Loneliness Scale and Young Schema Questionnaire-Short Form were used. A demographic information form was also distributed to the participants. In the research, hierarchical regression analysis was preferred since it enables controlling the development of regression process. In the first phase of the regression model, only loneliness, which had the highest correlation, was put into the equation. In the second stage, disconnection schema domain and impaired autonomy schema domain, which were showing a high correlation, were added to the equation with loneliness. In the last stage, three models were tested in the equation, including impaired limits schema domain, others oriented schema domain and high standards schema domain. When three regression models were compared, a significant difference could be seen between Model 1 and Model 2. However, the same significance could not be seen between Model 2 and Model 3. Whereas, impaired autonomy schema domain was found significant in Model 3, in which all variables were included in the equation ($\beta = -.19$). As a result, findings of the study suggested that more than one third of the university orientation variance was explained by loneliness, and disconnection schema domain as well as impaired autonomy schema domain within early childhood maladaptive schemas. Impaired limits schema domain, others oriented schema domain and high standards schema domain did not provide a significant contribution in predicting university orientation.

Key words: Early maladaptive schemas, cognitive schemas, schema domains, university orientation, loneliness

Yazışma Adresi: Dr. Aylin Demirli Yıldız, Başkent Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Bağlıca Kampüsü Fatih Sultan Mahallesi Eskişehir Yolu 18. km. Etimesgut / Ankara

E-posta: adyildiz@baskent.edu.tr

Gönderim Tarihi: 09.05.2016

Kabul Tarihi: 26.07.2017

Üniversite öğrenimine başlamak, kişiden akademik, sosyal ve kişisel pek çok değişimin talep edildiği yepyeni bir süreçtir. Bu aynı zamanda, öğrenciden pek çok farklı alanda uyum göstermesinin beklenmesi anlamına gelmektedir. Üstelik bu yeni başlangıç, gelişimsel olarak çoğunlukla yetişkinliğe geçişin sınırında, ancak ergenlik döneminin bir parçası olarak, bireyin hem kendi içinde yoğun ve hızlı bir değişimi deneyimlediği hem de bireyin çevrenin etkilerine daha duyarlı olduğu bir döneme denk gelmektedir. Alanyazındaki pek çok çalışma, üniversiteye uyum sürecinde yalnızlık ve kaygının arttığını ve sosyal desteğin azaldığını göstermektedir (Larose ve Boivin, 1998). Kendi içinde farklı alanlarda değişim ihtiyacını ve zorluğu barındıran bu süreçte kişilerin süreci nasıl algıladığı ve deneyimlediği özellikle önemlidir. Anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumların bileşiminden oluşan bireylerdeki erken dönem uyumsuz şemaların, üniversiteye uyum süreci ile olan ilişkisinin belirlenmesi, öğrencinin süreci hangi gözlemlerle gördüğü ve hissettiği, yalnızlık ve uyum sürecini nasıl deneyimlediğinin anlaşılmasında kolaylaştırıcı olacaktır. Zira genelleşmiş ve değişime dirençli olan “erken dönem uyumsuz şemalar”, biliş ile duygulanım üzerinde güçlü etki uygulamaktadır. Aynı zamanda, bilinçli farkındalık düzeyinin altında süregiden bilgi işleme sürecini de güçlü biçimde etkilemektedir (Riso ve Mc Bride, 2007).

Uluslararası alanyazında da vurgulandığı üzere, üniversiteye uyum, öğrencilerin eğitimleri süresince verdikleri pek çok kararda etkili, hatta belirleyici olmaktadır. Pek çok araştırma üniversite öğrenimine devam edip etmeme kararının verilmesinde bile okul ile sağlanan uyumun belirleyici olabileceğini ortaya koymuştur (örn., Bean, 1980; 1983; Seidman, 2005; Spady, 1970; Terenzini, Lorang ve Pascarella, 1981; Tinto, 1975; 1993; 1997; Woosley ve Miller, 2009). Kritik kararlar üzerinde bu derece etkili olan üniversiteye uyum konusu alanyazında özellikle iki ana yaklaşım ile açıklanmaya çalışılmaktadır. Bu yaklaşımlardan ilki gelişimsel yaklaşıma dayalı psikoloji kuramları üst başlığı altında pek çok farklı kuramı içermektedir. Bilişsel yapısal kuramları (örn., Gilligan’ın “farklı ses” modeli, Jane Loevinger’in ego gelişimi kuramı) ve tipoloji kuramları (örn., The Myers-Briggs üçlemesi) gelişimsel yaklaşıma dayalı psikoloji kuramları arasında yer almaktadır (Zychowski, 2007). İkinci yaklaşım ise “üniversite etki modeli” adını taşımaktadır. Bu ana başlık altında üniversiteye uyum son yirmi yıldır çok boyutlu bir kavram olarak ele alınmaktadır (Baker ve ark., 1985; Baker ve Stryk, 1984; 1986). Baker ve Stryk (1984), üniversiteye uyumun çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu görüşünden hareketle yürüttükleri çalışmada, akademik uyum, sosyal uyum, kişisel/duygusal uyum ve amaç edinme/kurumsal

bağlanma olmak üzere dört ayrı boyut tanımlamışlardır. Akademik uyum, akademik amaçların, taleplerin ve çabaların değerlendirilmesini ve akademik çevrenin kabullenilmesini içermektedir. Sosyal uyum, öğrencinin kendisini destekleyici ilişkiler kurarak etkin bir biçimde yeni bir sosyal çevreyle ilişkiye girerek üniversitenin sosyal çevresine katılımını belirtmektedir. Kişisel/duygusal uyum ise, öğrencinin psikolojik ve bedensel olarak iyi durumda olmasını içermektedir. Son boyut olan amaç edinme/kurumsal bağlanmanın önemli unsurları, üniversitede olmaktan ve özellikle devam ettiği üniversitede bulunmaktan memnun olmayı kapsamaktadır (Lauver ve ark., 2004).

Üniversite uyum düzeyini etkileyen çeşitli faktörler üniversite etki modelinin dört temel alanına bağlı olarak incelendiğinde sosyal destek azlığı uyumu zorlaştırırken (Larose ve Boivin, 1998), yüksek düzeyde iletişim becerilerinin öğrencilerin kişisel, sosyal ve genel uyumunu kolaylaştırdığı görülmektedir (Ceyhan, 2006). Benzer şekilde, Yalım (2007) da iyimserlik ve psikolojik sağlamlık gibi olumlu kişilik özellikleri ile kaderci ve suçlu kendinde bulma başa çıkma stratejilerinin üniversiteye uyum düzeyinin önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur. Çalışmalar ayrıca, üniversiteye yönelik olumlu tutumların ve beklentilerin (Moore ve ark., 2007), yüksek düzeyde iletişim becerilerine, iyimserliğe ve psikolojik dayanıklılığa sahip olmanın (Ceyhan 2006), öğrencilerin üniversiteye uyumlarını kolaylaştırdığını göstermektedir. Ayrıca, araştırma sonuçları kız öğrencilerde psikolojik sağlamlık, iyimserlik, sosyal yardım arama ve çaresizlik/kendini suçlayıcı başa çıkma stratejilerinin; erkek öğrencilerde ise psikolojik sağlamlık, problem çözme becerileri, sosyal yardım arama, kaderci/kendini suçlayıcı başa çıkma yollarının üniversiteye uyum düzeylerinin yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Dahası, birçok uyum gösterilmesi gereken durumda olduğu gibi üniversiteye uyum sürecinde de kurulan ilişkilerin niteliğinin ve niceliğinin değişimine bağlı olarak duyumsanan yalnızlık da uyum sürecinde etkili olabilecektir.

Yakın ilişkilerdeki niceliksel veya niteliksel yokluğa bir tepki olan yalnızlık (Bowlby, 1973) ilişki çeşitliliği açısından öğrencinin önceki yaşantılarına kıyasla önemli bir zenginlik ve çeşitlilik içeren bu yeni süreçte yoğun olarak deneyimlediği bir durum olabilmektedir. DiTommase, Brannen, Ross ve Burgess’e (2003) göre de üniversiteye geçiş sürecinde yaşanan yalnızlık, uyum sorunlarının önemli bir göstergesidir. Pek çok araştırma, yalnızlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin deneyimlediği uyum sürecinde stres düzeyinin de yüksek olduğunu (örn., Lopez, Mauricio, Gormley, Simko ve Berger, 2001); dahası yalnızlığın depresyon ve düşük yaşam doyumu ile beraber görülebildiğini göstermektedir (Wei, Russel ve Zakalik, 2005; Wu ve Yao, 2008).

Tablo 1. YŞÖ-KF 3* için Öngörülen Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Şemalar

Şema Alanları	Şemalar
Kopukluk Şema Alanı	Duygusal Yoksunluk Duyguları Bastırma Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Kusurluluk
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	İç İç Geçme/Bağımlılık Terk Edilme Başarısızlık Karamsarlık Tehditler Karşısında Dayanıksızlık
Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim
Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	Kendini Feda Cezalandırılma
Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı	Yüksek Standartlar Onay Arayıcılık

Not. * Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009).

Araştırmalar aynı zamanda özellikle güvensiz bağlanma gösteren öğrencilerin üniversite döneminde hem yalnızlık hem uyum sorunlarını daha yoğun yaşadığını ortaya koymaktadır (bkz., Marmarosh ve Markin, 2007; Vogel ve Wei, 2005). Wong ve Mallinckrodt da (2006) araştırmalarında kaygılı ve kaçınmacı bağlanma öğrencilerin daha yoğun sosyo-kültürel uyum zorlukları yaşadıklarını ve stres düzeylerinin de daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Chang (2013) ise araştırmasında kaygı semptomları, depresyon ve öz benlik kurgusunu oluşturan bireysel şemalar ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Gelişiminde bağlanma örüntülerinin önemli rol oynadığı anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumların bileşiminden oluşan erken dönem uyumsuz şemalar, erken dönemde ihtiyaç duyulan bazı duygusal gereksinimlerin karşılanmamasıyla gelişmektedir. Şemalar kişinin kendine ve ilişkilerine ilişkin algılarını içermekte ve yaşam boyunca tekrarlanan, yıkıcı duygusal ve bilişsel örüntüler olarak tanımlanmaktadır (Schmidt, Joiner, Young ve Telch, 1995; Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Erken dönem uyumsuz şemalar yaşamın erken dönemlerinde çocuğun içinde bulunduğu çevre hakkında bilgi sağlaması ve başa çıkmaya yönelik olması sebebiyle işlevseldir (Young ve Miller, 1995). Ancak, yetişkinlikte bireylerin değişen çevresel koşullara rağmen dünyayı şemalarıyla tutarlı olarak algılamaları ve şemalarını sürdürececek

tepkiler vermeleri sebebiyle uyumsuz hale gelmekte ve psikopatolojilerin oluşumuna yol açmaktadır (Murriss, 2006).

Şemaların bir diğer özelliği ise, çevresel koşullar ve olaylarla tetiklenmeleridir. Örneğin, yetersizlik şeması olan birey hayatta bir başarısızlık yaşadığında şeması yeniden aktifleşmektedir. Bu durumda sorunun üstesinden gelecek yollar aramak yerine çaba harcamayı bırakabilmekte veya deneyimlediği olumsuzluğu olduğundan çok daha vahim bir boyutta algılayabilmektedir. Bundan dolayı, özellikle uyum gerektiren yeni yaşantıların yoğun olarak deneyimlendiği dönemlerde değişime karşı dirençli, kendini tekrarlayıcı ve devamlı olma eğilimi gösteren erken dönem uyumsuz şemaları bireylerin kendilerine gerçekçi hedefler belirleyip yeni yollar aramasında oldukça engelleyici bir özellik gösterebilmektedir (George, 2012).

Young (1994), şema kuramında kopukluk/reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi/özerklik, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar/bastırılmışlık olmak üzere beş şema alanı ve bu şema alanlarının kapsadığı 18 şema tanımlamıştır. Kurama göre, kopukluk/reddedilmiş şema alanı (terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, kusurluluk, sosyal izolasyon şemaları), diğerlerine güvenli bağlanma gereksiniminin, zedelenmiş otonomi/özerklik şema alanı (bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, iç içe

geçme, başarısızlık şemaları), kendini ortaya koyma gereksiniminin, zedelenmiş sınırlar şema alanı (hak görme, yetersiz öz denetim şemaları), gerçekçi limitler ve özdenetim gereksiniminin, diğeri yönelimlilik şema alanı (boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık şemaları), ihtiyaç ve duygularını ifade edebilme gereksiniminin, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanı (karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar, cezalandırılma şemaları) ise kendiliğindenlik ve oyun gereksiniminin engellenmesi ya da aşırı doyurulması ile oluşmuş şema alanlarıdır (Young, 1994; Young ve ark., 2003).

Alanyazına bakıldığında şema alanları ve psikopatoloji düzeyinde deneyimlenen psikolojik sıkıntılar arasındaki ilişkiyi araştıran pek çok çalışma olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar işlevsel olmayan şemaların pek çok farklı patoloji ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Kişilik bozuklukları (Young ve Lindemann, 1992), yeme bozuklukları (Sheffield, Waller, Emanuel ve ark., 2006), duygu durum bozuklukları (Lapsekili ve Ak, 2012), depresyon (Riso, du Toit ve Blandino, 2003), alkol ve madde kullanım bozuklukları (Gross, 2002) gibi psikopatolojiler öncelikli olarak çalışılan ve şema alanları ile yüksek ilişki gösteren psikopatolojilerdir. Dahası, erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin öncelikli çalışmalar psikopatoloji odaklı olmak ile beraber klinik dışı katılımcılarla da pek çok farklı değişken arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Schmidt ve arkadaşları (1995) dayanıksızlık, başarısızlık ve duyguları bastırma şemalarının kaygı ile ilişkili olduğunu, bağımlılık ve kusurluluk şemalarının ise depresyon ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Welburn, Coristine, Dagg, Pontefract ve Jordan (2002) ise dayanıksızlık, terk edilme, bağımlılık, kendini feda etme ve duyguları bastırma şemalarının kaygı ile ilişkili olduğunu, yetersiz öz denetim şemalarının ise depresyon ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Sosyal fobi belirtileri gösteren bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının değerlendirildiği araştırmada duygusal yoksunluk, başarısızlık, güvensizlik, bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarından yüksek puan aldıkları, bu şemaların ise kopukluk/reddedilmişlik ve zedelenmiş otonomi şema alanları ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Pinto-Gouveia ve ark., 2006).

Benzer şekilde Türkiye’de yapılan az sayıdaki çalışmada da erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik güçlükler arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur (örn., Gök, 2012; Kapçı ve Hamamcı, 2010; Soygüt ve Çakır, 2009, Ünal, 2012). İlk çalışmalardan biri vajinismus tanısı almış hastalar ile yapılmıştır. Çeri (2009) vajinismus tanısı alan hastalar ve eşleriyle normal grupların karşılaştırılması amacıyla yaptığı çalışmada güvensizlik/suistimal edilme, istenilmeme/yetersizlik, bağımlılık, iç içe geçme, fedakârlık, duyguların bastırılması ve kendini kontrolde yetersizlik şemaları arasında anlamlı farklılık bulmuştur. Bir diğer çalışma Kapçı ve Hamamcı (2010) tarafından erken dönem uyumsuz şemalar ve psikolojik belirtilerin ilişkisini araştırmıştır. Bu çalışmada da erken dönem uyumsuz şemalar, psikolojik belirtilerle yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca aile işlevinin zedelenmiş sınırlar, yetersizlik, adil-sorumlu-kaygılı ve duygusal yalıtılmışlık şema alanını yordadığı belirlenmiştir. Daha yakın dönemli olan iki çalışmadan biri olan Konukçu ve arkadaşlarının (2013) araştırmalarında, depresyondaki kadınların iç içe geçmişlik/gelişmemiş benlik erken dönem uyumsuz şeması dışında tüm şema alanları kontrol grubundakilerden yüksek olarak bulunmuştur. İki grup arasındaki en büyük fark duygusal yoksunluk, karamsarlık, terk edilme ve kararsızlık ve de başarısızlık şemaları arasında bulunmuştur. Yakın dönemde gerçekleştirilen Yiğit’in (2015) araştırmalarında ise çocukluk çağı istismar yaşantılarından her birinin (duygusal, fiziksel ve cinsel istismar), kopukluk ve zedelenmiş otonomi şema alanları aracılığı ile genel psikolojik sağlığı yordadığı gösterilmiştir.

Türkiye’de geniş bir öğrenci grubu ile yapılan ilk çalışmalardan biri Atlı Özbaş, Sayın ve Coşar (2012) tarafından üniversite sınavına hazırlanan öğrenciler ile yapılmıştır. Bu çalışmada Atlı Özbaş ve arkadaşları (2012), öğrencilerin durumluk kaygı puanları ile kopukluk ve reddedilmişlik, diğerleri yönelimlilik ve zedelenmiş otonomi şema alanları arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Erken dönem uyumsuz şema alanları ile ilgili bir diğer çalışma ise Eldoğan ve Barışkın (2014) tarafından yapılmıştır. Üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada duygu düzenleme güçlüğüne erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde aracı rolünün olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra, üniversite öğrencilerinin bağlanma şekillerinin ve erken dönem uyumsuz şemalarının, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlara etkisini inceleyen çalışmada Irkörtücü (2012), olumsuzluk/karamsarlık, sosyal izolasyon/ yabancılaşma, duygusal yoksunluk, hak görme/büyüklenmecilik ve kusurluluk/ utanç şemalarına sahip öğrencilerin, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının diğer erken dönem şemalara sahip öğrencilerden daha olumlu olduğunu ifade etmiştir. Wright, Crawford ve Del Castillo (2009) da özellikle fedakârlık ve kusurluluk şemalarının erken dönem duygusal ihmal ve istismar deneyimine aracılık ederek üniversite öğrencilerinin psikolojik uyumları üzerinde olumsuz bir etkide bulunduğunu ifade etmiştir. Salimoğlu (2015) ise Türkiyeli ve Kırgızistanlı lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada, şema terapi alanında yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçların farklı toplumsal

yapılara genellenip genellenemeyeceğini incelemiştir. Çalışma sonuçları, şema terapi teorisinin bazı alt boyutlarında iki grup arasında benzerlikler olduğu gibi, özellikle kültürel farklara dayalı ayrımlar da olabildiğini göstermiştir.

Kısaca ifade etmek gerekirse, erken dönem uyumsuz şemalar klasik bilişsel şemalardan farklı olarak çoğu zaman şarta bağlı öğrenmeler ile oluşmazlar; aslında yaşamla mücadele etmek, hayatta kalmak için geliştirilmiş yapılardır. Young (1999) kuramında erken dönem uyumsuz şemaların önemli bir kısmının herhangi bir şarta bağlı olmadan ortaya çıktığını vurgulamaktadır. Örneğin, birey yetersiz, sevmeye layık olmayan, dengesiz ve/veya kötü biri olduğunu bilir. Böyle olmasının bir sebebi yoktur. Örneğin, sınıfta kaldığı için yetersiz değildir. Dolayısıyla etkin ders çalışma yöntemlerini öğrenince yeterli olmayacaktır. Sadece ve sadece yetersizdir. Bu durumu varoluşsal bir özellik olarak duyumsamakta ve bunun değişmez olduğuna inanmaktadır. Şarta bağlı oluşmadıkları için şartlara bağlı değişim de mümkün olmadığından bu şemalar değişime oldukça dirençlidir. Üniversiteye yeni başlayanlar açısından ele almak gerekirse, birey varoluşsal olarak sevmeyeceğini biliyorsa, yeni bir okulda kabul edilmek ve arkadaş edinmek ve nitelikli ilişkiler kurmak için çalışmayacaktır. Çünkü, şartlardan bağımsız olarak kimse onu zaten sevmeyecektir (Young ve ark., 2003). Cecero, Beitel ve Prout (2008) üniversiteye uyum ve psikolojik farkındalık ile erken dönem uyumsuz şemaların ilişkisini inceledikleri çalışmalarında tüm erken dönem şema alanlarının üniversite uyum düzeyi ile ters yönlü ilişki gösterdiğini ifade etmişlerdir. Özellikle kusurluluk ve duygusal yoksunluk erken dönem şemaları psikolojik farkındalık ve üniversiteye uyum ile güçlü bir ters yönlü ilişki göstermektedir.

Dolayısıyla hem Türkiye’de hem de yurtdışında son 20 yılda özellikle dikkat çekmeye başlayan üniversiteye uyum konusunun erken dönem şemaları bağlamında ele alınması alandaki önemli bir boşluğun doldurulması bağlamında önemli olacaktır. Dahası gelişimin farklı aşamalarındaki sosyal ilişkilerin o dönemin ihtiyaçlarını karşılayamaması ile ilgili olduğu ifade edilen yalnızlık, dönemin karakteristik duygusu olarak ortaya çıkabilmektedir. Bu bağlamda araştırmanın temel amacı erken dönem uyumsuz şemaların yalnızlık ve üniversite uyum düzeyi ile olan ilişkisini anlamaktır. Bu temel amaç bağlamında algılanan gerçeklik üzerinde yoğun etkisi olan erken dönem uyumsuz şemaların yalnızlık ve üniversite uyum süreci ile olan ilişkisinin anlaşılması amaçlanmıştır; araştırma hipotezi “erken dönem uyumsuz şemalar ve yalnızlık, üniversite öğrencilerinin uyum düzeyini anlamlı olarak açıklamaktadır” olarak belirlenmiştir.

Yöntem

Örneklem

Katılımcıların belirlenmesinde uygun örnekleme (convenience sampling) yöntemi tercih edilmiştir. Bu yöntem genellenebilirliği zayıf olmak ile beraber evren elemanlarının hepsini belirlemek imkânsız olduğunda kullanılır (Tabachnick ve Fidell, 2015). Üniversite öğrencilerinin tümüne genellenebilir bir çalışma yapılmasının zorluğu düşünüldüğünde henüz betimleme aşamasında bir çalışma için kolaylaştırıcı olması sebebiyle uygun örnekleme yöntemi işlevsel bulunmuştur. Bu araştırma etik kurul izinleri alınması sonrasında 2015-2016 eğitim öğretim yılında Ankara Üniversitesi ve Başkent Üniversitesinde gerçekleştirilmiştir. Vakıf üniversitelerinin mevcut üniversitelerin içindeki ağırlığı artmak ile beraber, günümüzde devlet üniversiteleri hala sistemdeki ağırlığını korumaktadır (<https://istatistik.yok.gov.tr/>). Bu nedenle her iki üniversitenin de temsil edilmesinin faydalı olacağı düşünülmüştür. Dolayısıyla araştırma ile her iki üniversitenin eğitim fakültelerinde okuyan 2. sınıf öğrencileri ile eğitim döneminin başladığı ilk bir ay içinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırmalar uyum ile ilgili zorlukların ağırlıklı olarak ilk bir yıl içinde deneyimlendiğini göstermektedir (bkz., Lauver ve ark., 2004). Bu sebeple, araştırma verilerinin 2014-2015 bahar yarıyılında toplanması planlanmıştır. Ancak gerekli izinlerin alınmasındaki güçlükler sebebi ile 2015-2016 güz yarıyılı ilk bir ayında 2. sınıf öğrencilerine ilk ay içinde uygulanmıştır. Birinci sınıf öğrencilerinin henüz okulla ilk tanışmaları ve uyum sürecinin henüz başladığı Eylül-Ekim aylarında sağlıklı bir değerlendirme yapımaları için erken olduğu düşünülmüştür.

Çalışma grubuna 312 gönüllü 2. sınıf öğrencisi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 241’i kadın (%77.2), 71’i erkektir (%22.8). Katılımcıların yaş ortalamaları 20.04 ($S = 2.07$), yaş aralığı ise 18-32’dir. Bölümlerine göre incelendiğinde katılımcıların 160’ının (%51.3) rehberlik ve psikolojik danışmanlık, 32’sinin (%10.3) bilgisayar ve öğretim teknolojileri, 23’ünün (%7.4) Türkçe öğretmenliği, 19’unun (%6.1) sınıf öğretmenliği, 18’inin (%5.8) okul öncesi öğretmenliği, 14’ünün (%4.5) ise İngilizce öğretmenliği bölümü öğrencisi oldukları görülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu. Katılımcıların yaş, cinsiyet, okudukları bölüm ve yaşadıkları yer gibi sosyo-demografik özelliklerinin değerlendirilmesi amacıyla demografik bilgi formu kullanılmıştır.

Kurumla Bütünleşme Ölçeği (KBÖ). Pascarella ve Terenzini (1980; 2005) tarafından geliştirilen ve Türkçe’ye Tuna (2003) tarafından uyarlanan KBÖ ile

öğrencilerin yükseköğretim yaşamına uyumları, Tinto'nun (1975) modelindeki kavramlar (akademik ve sosyal uyum, kurumsal ve amaçsal kararlılık) temel alınarak beş boyutta ölçülmeye çalışılmıştır. Ölçekten alınan düşük puan bireylerin daha fazla uyum güçlüğü yaşadığına işaret etmektedir. Ölçek, üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin sonraki yıllarda da aynı üniversiteye devamlılıklarını yordamaya yardımcı olmaktadır. Ölçeğin özgün formu için yürütülen iki ayrı geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından (Pascarella ve Terenzini, 1980; Terenzini ve ark., 1981) elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları .69 ile .84 arasında değişmektedir. Alt boyutlara göre iç tutarlılık katsayıları; Akran Grubu İlişkileri (AGİ) için .84 ve .84; Öğretim Elemanlarıyla Günlük Etkileşimler (ÖEGE) için .83 ve .83; Öğretim Elemanlarının Öğrenci Gelişimi ve Öğretmeye İlgisi (ÖEÖGÖİ) için .82 ve .71; Akademik ve Entelektüel Gelişim (AEG) için .74 ve .69; Kurumsal ve Amaçsal Kararlılık (KAK) için ise .71 ve .58'dir. Ayrıca, yapılan açımlayıcı faktör analizi toplam varyansın birinci çalışmada %44.4' ünü ve ikinci çalışmada %44.6'sını açıklayan beş faktörlü bir yapı ortaya çıkartmıştır. Tuna (2003) tarafından yapılan ölçeğin uyarlama çalışması sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarının .75 ile .80 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre, AGİ, .78; ÖEGE, .80; ÖEÖGÖİ, .79; AEG, .78; KAK, .75 olarak bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık Ölçeği. Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilmiş bireylerin genel yalnızlık derecesini belirlemeye yarayan Likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Orijinalinde 10 olumlu ve 10 olumsuz olmak üzere 20 maddeden oluşan ölçek 4'lü derecelendirmeye sahiptir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Alınan yüksek puan bireylerin daha fazla yalnızlık yaşadığına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .89, test-tekerrar katsayısı ise .73'tür. Ölçek, Türkçe'ye Demir (1989) tarafından uyarlanmıştır. Demir'in çalışmasında ölçeğin iç tutarlılık katsayısını .96 olarak bulunmuştur. Test-tekerrar test çalışmasında ise güvenilirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

Young Şema Ölçeği-Kısa Formu (YŞÖ). Young Şema Ölçeği (Young Schema Questionnaire) erken dönem uyumsuz şemaları değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin özgün formu 205 maddeden oluşmakta ve 18 şemayı içermektedir (Schemidt ve ark., 1995). Young (1990), ölçeğin 75 maddeden oluşan kısa formunu geliştirmiştir. Faktör analizi sonuçlarına dayanarak, Young Şema Ölçeği-Kısa Formu'nun 15 şemayı içerdiği bildirilmiştir (Welburn ve ark., 2002). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Karaosmanoglu, Soygüt, Tuncer, Derinöz ve Yeroham (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi sonucunda ölçeğin duygusal yalıtılmışlık (emotional isolation), yetersizlik (insuffi-

ciency), zedelenmiş sınırlar (impaired limits) ve adil-sorumlu-kaygılı (fair, responsible) olmak üzere dört şema alanını içerdiği bildirilmiştir. Maddeler 6'lı derecelemeyle dayanmaktadır ($1 = Benim için tamamıyla yanlış$, $6 = Beni mükemmel şekilde tanımlıyor$). Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı oldukça yüksek bulunmuştur (Cronbach alfa = .95). Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayıları ise .54 ile .85 arasında değişmektedir. Yukarıda bahsedilen şema boyutları model tarafından önerilen beş şema alanında yer almaktadırlar. Bu şema alanları kopukluk/reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi/performans, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve aşırı tetikte olma/bastırılmışlıktır. Çalışmamızda veriler bu beş şema alanı üzerinden değerlendirilmiştir.

İşlem

Araştırmacı Ankara Üniversitesi ve Başkent Üniversitesi'nden izinler ile katılımcılara ulaşmıştır. Araştırma grubu her iki üniversitede eğitim fakültelerinde öğrenim gören tüm ikinci sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Tüm öğrencilere ulaşabilmek amacı ile dersi veren öğretim üyesinden izin alınmış; araştırmacı tarafından ders başlamadan önce veya dersin son yarım saatinde sınıflara girilerek bilgilendirilmiş onam formu ile birlikte envanterler dağıtılmıştır. Katılımcılar demografik form ve ölçeklerden oluşan anket bataryalarını gruplar halinde doldurmuşlardır. Envanter doldurulması ortalama olarak 30-35 dakika sürmüştür. Gönüllülük esasına dayandığı belirtilen çalışmada katılımcılara kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı belirtilmiştir.

İstatistiksel Analizler

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısından, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenin varyansını ne düzeyde açıkladığını belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır. İstatistiksel analizler SPSS 18 programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular

Bu çalışmada, erken dönem uyum bozucu şemalar ile yalnızlığın üniversite uyum düzeyi ile ilişkisi sıralı (hiyerarşik) regresyon ile incelenmiştir. Regresyon analizi, aralarında sebep-sonuç ilişkisi bulunan iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek ve bu ilişkiyi kullanarak o konu ile ilgili varyansı açıklamak, tahminler (estimation) ya da kestirimler (prediction) yapabilmek amacıyla yapılır. Diğer bir ifadeyle, bir kriter değişkeni ile bir veya daha fazla sayıda tahmin değişkenleri arasın-

daki ilgiyi sayısal hale dönüştürmede kullanılan istatistiksel analizdir. Regresyon analizi esas olarak değişkenler arasında ilişkinin niteliğini saptamayı amaçlar (Tabachnick ve Fidell, 2015). Amaç her tahmin değişkeninin kriter değişkenindeki toplam değişmeye olan katkısının saptanması ve dolayısıyla tahmin değişkenlerinin doğrusal kombinasyonunun değerinden hareketle kriter değerinin tahmin edilmesidir (Tabachnick ve Fidell, 2015).

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni erken dönem uyum bozucu şemalar ve yalnızlık, bağımlı değişkeni ise üniversite uyum düzeyidir. Araştırmada araştırmacıya regresyon sürecinin gelişimini kontrol etme izni vermesi sebebiyle sıralı (hiyerarşik) regresyon tercih edilmiştir. Hiyerarşik regresyonda, bağımsız değişkenler araştırmanın belirlediği sırada denkleme girer. Her bir bağımsız değişken, denkleme girdiği noktada eşitliğe ne kadar katkıda bulunduğu açısından değerlendirilir. Bağımsız değişkenler, modele katkıda bulunmaları bakımından değerlendirilir. Bu araştırmada, regresyon denklemindeki bağımsız değişkenler korelasyon değerlerine bağlı olarak belirlenen sırada denkleme eklenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2015).

Regresyon analizi öncesinde araştırmada ele alınan değişkenler arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Elde edilen korelasyonlar Tablo 2’de sunulmuştur. Analizler UCLA Yalnızlık Ölçeği ile KBÖ toplam puanları arasındaki korelasyonların anlamlı ve ters yönde olduğunu göstermiştir. Şema alanları, üniversite uyum alt-ölçekleri ve yalnızlık arasındaki korelasyonların da büyük bir bölümünün anlamlı ve ters yönde olduğu bulunmuştur. KBÖ ile yalnızlık arasında anlamlı ve olumlu ilişki bulunmaktadır ($r = .53, p < .01$). KBÖ alt alanları ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi bakacak olursak AGİ ile ($r = -.67, p < .01$), ÖEGE ile ($r = -.29, p < .01$), ÖEÖGÖİ ile ($r = -.15, p < .01$), AEG ile ($r = -.37, p < .01$), ve KAK ile ($r = -.31, p < .01$) anlamlı ve ters yönde ilişki kurduğu görülmektedir.

KBÖ toplam puanı ile YŞÖ’nin beş şema alanı arasındaki korelasyonlar incelendiğinde tamamının ters yönde olduğu ve en yüksek korelasyonun kopukluk şema alanı ile olduğu ($r = -.50, p < .01$) görülür. KBÖ toplam puanı ile zedelenmiş sınırlar otonomi alanı arasında da yine anlamlı ilişki olduğu görülür ($r = -.38, p < .01$). Diğer şema alanları olan zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanları ile KBÖ arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. KBÖ’nün YŞÖ’nün beş alt şema alanı ile ilişkisine bakıldığında ise en yüksek ilişkinin yine kopukluk şema alanı ile AGİ arasında olduğu görülür ($r = -.51, p < .01$). Kopukluk şema alanı ile KBÖ’nün diğer alt alanlarına bakıldığında AEG ile ilişkisi ($r = -.36, p < .01$), KAK ile ilişkisi ($r = -.30, p < .01$) ve ÖEGE ile ilişkisinin de ($r = -.30, p < .01$) orta düzeyde olduğu görülür. Kopuk-

luk şema alanı ile ÖEÖGÖİ arasındaki ilişki ise anlamlı olmasına rağmen düşük düzeydedir ($r = -.18, p < .01$). İkinci yüksek değer olarak yine AGİ ile zedelenmiş otonomi alanı arasındaki ilişki gelmektedir ($r = -.40, p < .01$). Zedelenmiş otonomi alanı ile AEG ($r = -.29, p < .01$) ve KAK ($r = -.28, p < .01$) ile olan ilişkisi de anlamlı ve orta düzeydedir. ÖEÖGÖİ ile olan ilişkisi ise Kopukluk şema alanına benzer şekilde anlamlı ancak düşüktür ($r = -.13, p < .01$). Üçüncü şema alanı olan zedelenmiş sınırlar şema alanının sadece ÖEÖGÖİ ile düşük düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği görülür ($r = -.14, p < .01$). Diğerleri yönelimlilik şema alanı ve yüksek standartlar şema alanının ise hiçbir KBÖ alt ölçeği ile anlamlı ilişkisi olmadığı görülmüştür.

Son olarak, yalnızlık ile YŞÖ şema alanları arasındaki ilişkiye bakıldığında kopukluk şema alanı ile ($r = .73, p < .01$) oldukça yüksek ilişki görülmektedir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile yine oldukça yüksek ilişki görülmektedir ($r = .47, p < .01$). Zedelenmiş sınırlar şema alanı ($r = .16, p < .01$) ile ve diğerleri yönelimlilik şema alanı ($r = .20, p < .01$) ile de anlamlı ilişki bulunmaktadır. Yalnızlık ile yüksek standartlar şema alanı arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Sıralı (hiyerarşik) çoklu regresyon analizleri, korelasyon tablosu sonuçlarına bağlı olarak üç aşamalı olarak gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada en yüksek ilişki gösteren yalnızlık denkleme sokulmuştur. İkinci aşamada yüksek korelasyon gösteren kopukluk şema alanı ve zedelenmiş otonomi şema alanı denkleme dahil edilmiştir. Son aşamada ise, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanları denkleme dâhil edilmiştir.

Tablo 3’de erken dönem uyumsuz şema alanları ve yalnızlık ile üniversite uyumunun sıralı (hiyerarşik) regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Model 1’e göre yalnızlık üniversite uyumunun anlamlı yordayıcısıdır. $R^2 = .28, F_{1,304} = 118.67, p = .00$. Model 2, yalnızlık, kopukluk ve zedelenmiş otonomi şema alanlarının, üniversite uyumunu yordadığını göstermiştir. $R^2 = .31, F_{1,301} = 6.90, p = .00$. Model 3 de benzer şekilde yalnızlık, kopukluk, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanlarının üniversite uyumunu yordadığını göstermiştir. $R^2 = .34, F_{1,298} = 4.26, p = .00$.

Standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β) tüm modeller açısından hem anlamlı olan hem de en yüksek ilişkiyi gösteren bağımsız değişkenin yalnızlık olduğunu göstermektedir ($\beta = .53, -.36, -.32$). Ancak, Model 1 ile Model 2 arasında önemli bir fark olduğu göze çarpmaktadır. Aynı farklılık Model 2 ile Model 3 arasında görülmemektedir. Model 2 ve Model 3 açısından anlamlı olan ve yüksek ilişki gösteren diğer bir değişken ise kopukluk şema alanıdır ($\beta = -.17, -.22$).

Tablo 2. Young Şema Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Kurumla Bütünleşme Ölçeği Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Kopukluk Ş. A.	-											
2. Zedelemis Otonomi Ş. A.	.71**	-										
3. Zedelemis Sınırlar Ş. A.	.33**	.26**	-									
4. Diğerleri Yönelimlilik Ş. A.	.39**	.51**	.45**	-								
5. Yüksek Standartlar Ş. A.	.26**	.41**	.40**	.48**	-							
6. UYUM TOPLAM	-.50**	-.38**	-.07	-.06	-.01	-						
7. AGİ	-.51**	-.40**	-.05	-.18**	-.09	.70**	-					
8. ÖEGE	-.30**	-.20**	.03	.09	.03	.71**	.36**	-				
9. ÖEÖGÖİ	-.18**	-.13*	-.14*	-.07	-.03	.54**	.25**	.25**	-			
10. AEG	-.36**	-.29**	-.03	-.04	.00	.85**	.54**	.58**	.34**	-		
11. KAK	-.34**	-.28**	-.06	-.02	.03	.62**	.25**	.24**	.17**	.42**	-	
12. Yalnızlık	.73**	.47**	.16**	.20**	.09	-.53**	-.67**	-.29**	-.15**	-.37**	-.31**	-

Not 1. * $p < .05$, ** $p < .01$.

Not 2. (AGİ): Akran Grubu İlişkileri; (ÖEGE): Öğretim Elemanlarıyla Günlük Etkileşimler; (ÖEÖGÖİ): Öğretim Elemanlarının Öğrenci Gelişimi ve Öğretmeye İlgisi; (AEG): Akademik ve Entelektüel Gelişim; (KAK): Kurumsal ve Amaçsal Kararlılık.

Tablo 3. Sıralı Regresyon Analizi Model Özeti Regresyon Katsayıları

	β	R	R^2	ΔR^2	ΔF	Korelasyonlar			Durbin-Watson
						Sıfır Düzey	Kısmi	Yarı Kısmi	
Model 1		.28	.28	.28	118.67				
YLN	-.53*					-.53	-.53	-.53	
Model 2		.59	.31	.31	6.92				
YLN	-.36*					-.53	-.28	-.24	
KSA	-.17*					-.50	-.11	-.10	
ZOSA	-.10					-.38	-.08	-.07	
Model 3		.58	.34	.33	4.26				1.90
YLN	-.32*					-.53	-.25	-.21	
KSA	-.22*					-.50	-.14	-.11	
ZOSA	-.19*					-.38	-.15	-.12	
ZSSA	-.01					-.07	.01	.01	
DYSA	-.15					-.60	.14	.11	
YSSA	-.07					-.01	.08	.06	

Not. YLN: Yalnızlık; KSA: Kopukluk Şema Alanı; ZOSA: Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı; ZSSA: Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı; DYSA: Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı; YSSA: Yüksek Standartlar Şema Alanı.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ise tüm değişkenlerin bir arada denkleme dâhil edildiği Model 3'te anlamlı bir ilişki göstermektedir ($\beta = -.19$). Son olarak korelasyon değerleri verilmiştir. Tabloda ayrıca sıfır düzey, kısmi ve yarı kısmi korelasyon değerleri verilmiştir. Bu korelasyonlar da, Beta değerleri ile benzer biçimde, yalnızlık ve kopukluk şema alanının en yüksek ilişki gösterdiğini göstermiştir. Bu sonuçların örüntüsü üniversite uyumunun üçte birinden fazlasının erken çocukluk uyumsuz şema alanlarından kopukluk ve zedelenmiş otonomi şema alanları ve yalnızlık ile yordandığını göstermektedir. Zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanları ise üniversite uyumunu açıklamada anlamlı bir katkı sağlamamıştır.

Tartışma

Bu çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ve yalnızlık ile üniversiteye uyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Bağımsız değişkenlerden biri olan yalnızlık bugüne ilişkin bilgi sağlarken, erken dönem uyumsuz çocukluk şemaları kişinin geçmişten getirdiği bilişsel yapıların işlevselliğini araştırmaktadır. Araştırma sonuçları yalnızlık ile beraber kopukluk şema alanı ve zedelenmiş otonomi şema alanının üniversite uyum varyansını anlamlı biçimde açıkladığını göstermektedir.

Türkiye'de üniversiteye uyum üzerinde etkili olan faktörleri inceleyen çalışmalar ağırlıklı olarak ihtiyaçlar ve deneyimlenen psikolojik süreçlere odaklanmaktadır. Bu çalışmalardan biri olan çalışmada Gürkan (2006) yılmazlığın önemli bir faktör olarak uyum sürecinde etkili olduğunu vurgulamıştır. Benzer şekilde, Yalım (2007) da iyimserlik ve psikolojik sağlamlık gibi olumlu kişilik özelliklerinin, kadercisi ve suçu kendinde bulma başa çıkma stratejilerinin öğrencilerin üniversite uyumunun önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur. Üniversiteye uyumla başa çıkabilmede yüksek düzeyde iletişim becerilerine (Ceyhan, 2006), iyimserliğe ve psikolojik dayanıklılığa sahip olmanın, öğrencilerin üniversiteye uyumlarını kolaylaştırdığını göstermektedir. Mevcut çalışma da yalnızlık ile üniversiteye uyum arasında ters yönlü bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir. Özellikle akran grubu ilişkileri alt faktörü ile yalnızlık arasında var olan ters yönlü oldukça güçlü ilişki, iletişim alanı becerilerinin nitelikli ilişki kurmada oynadığı rol göz önünde bulundurulduğunda, üniversiteye uyumu zorlaştıran bir faktör olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, kız öğrencilerin psikolojik sağlamlık, iyimserlik ve sosyal yardım arama ve çaresizlik/kendini suçlayıcı başa çıkma stratejilerinin; erkeklerin ise psikolojik sağlamlık, problem çözme becerileri, sosyal yardım arama, kadercisi/kendini suçlayıcı başa çıkma yollarının üniversiteye uyum düzeylerinin yordayıcıları olduğunu gösteren araş-

tırmalar bulunmaktadır (bkz., Tuna, 2003; Yalım, 2009). Dünyada da pek çok farklı çalışma üniversiteye uyum düzeyinde yalnızlık ve kaygının arttığını sosyal desteğin ise azaldığını göstermektedir (örn., Larose ve Boivin, 1998). Anlaşılacağı üzere araştırmaların önemli bir kısmı uyumu kolaylaştıracağı varsayılan güçlere odaklanmış, bir kısmı ise uyum sürecinde yaşanan zorluklara vurgu yapmıştır.

Diğer yandan, içsel mekanizmalar arasında önemli yer tutan ve kökeninde bağlanma ve özerklik gibi çocukluğunda karşılanması gereken temel psikolojik gereksinimlerinin karşılanmaması olan ve kişinin dış dünya ile kurduğu ilişkide önemli bir belirleyici olan şemalar yeni bir yaşamın başladığı üniversite dönemine uyum sağlamada henüz hiç çalışılmamış bir değişkendir. Üstelik şemalar ilişkilerin niceliği ile değil niteliği ile ilgili bir kavram olan yalnızlık ile de yakından ilişkilidir. Dahası özellikle stresli yaşam durumlarında tetiklenen sosyal izolasyon ve duygusal yoksunluk gibi şemalar, kişiler arası ilişkilerde bireyin kendini değerli ve istedik hissetmesini güçleştirerek yalnızlık düzeyini arttırabilmektedir (Riso, du Toit ve Blandino, 2003). Yapılan araştırma da bunu destekler biçimde yalnızlık ile kopukluk şema alanının yüksek düzeyde ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, kusurluluk, sosyal izolasyon şemalarını barındıran kopukluk/reddedilmiş şema alanının bireylerde olumsuz zihinsel temsillerin oluşumunda etkili olabileceği, bu zihinsel temsillerin ise bireylerin yaşamı boyunca yakın ilişkilerini ve duygu düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkileyerek yalnızlığı arttırabileceği varsayılmaktadır (Bowlby, 1973; Mikulincer ve Shaver, 2007). Yalnızlığın, kopukluk şema alanının etkisiyle ortaya çıkabilecek ve duyguları ifade etmede, sosyal ortamlardan kaçınma şeklinde görülebilecek duygu düzenleme problemleri ile beraber üniversite uyum varyansını oldukça geniş bir biçimde açıklıyor olması, alanyazın ile de oldukça uyumludur.

Öte yandan Türkiye'deki alanyazında şemalar ile ilgili yapılan çalışmalar ağırlıklı olarak klinik gruplarla yürütülmüş ve genel popülasyonun uyum, yalnızlık, baş etme mekanizmaları, umut gibi özellikleri ile olan ilişkisi yeterince çalışılmamıştır. Klinik dışı çalışmaların büyük bölümü sınav kaygısı ile şemalar arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Bu çalışmalarda da özellikle kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı içinde yer alan ve kişilerin özgüvenini olumsuz etkileyen, kendini yalnız hissetmesine yol açan, kişinin başkalarının görüşlerine aşırı önem vermesine neden olan ve bireyselleşmeye engel olan şemaların varlığının gençlerde genel sınav öncesi anksiyete düzeyini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Atlı Özbaş ve ark., 2012; Kapçı ve Hamamcı, 2010; Yıldırım ve Ergene, 2003). Üniversite

öğrencilerinin geriye dönük anne kabul-ret algıları ile depresyon ve kaygı gibi psikolojik sorunları arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemalardan elde edilen üç şema alanının aracı rolünün araştırıldığı bir diğer çalışma ise zedelenmiş özerklik/diğerleri yönelimlilik şema alanının hem anne ret algısı ile depresyon arasındaki ilişkide hem de anne ret algısı ile kaygı arasındaki ilişkide aracı rol oynadığını göstermiştir (Sarıtaş-Atalar ve Gençöz, 2015). Mevcut çalışmada içinde terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, kusurluluk ve sosyal izolasyon bulunan kopukluk şema alanının yalnızlık ile üniversite uyum varyansını en yüksek düzeyde açıklayan iki değişken olduğu görülmektedir. Bu alan kişinin arzu ve duygularının tam anlamıyla karşılanmayacağına dair derin bir inancın yanı sıra; kötü, kusurlu, hatalı, çirkin ve değersiz olduklarına ya da başkaları tarafından sevilemeyecek olduklarına ilişkin yine oldukça derin bir inancı kapsar (Young ve ark., 2003). Bu şema alanındaki bireyler yoğun bir utanma hissine sahiptir. Diğerlerinden farklı olduklarına ya da ailesi dışındaki sosyal gruplara uygun olmadıklarına inanırlar. Bu sebepten başkaları ile olan ilişkilerinde iletişimlerini, spontan eylem ve düşüncelerini sürekli bastırma eğilimindedirler (Young, 1999).

Bir diğer önemli bulgu ise, zedelenmiş otonomi şema alanının yalnızlık ve kusurluluk şema alanı ile beraber denkleme sokulduğunda anlamlı bir ilişki göstermez iken, denkleme diğerleri yönelimlilik şema alanı, yüksek standartlar şema alanı, zedelenmiş sınırlar şema alanı eklendiğinde anlamlı bir ilişkinin ortaya çıkmasıdır. Özellikle boyun eğcilik, kendini feda, onay arayıcılık şemalarını kapsayan diğerleri yönelimlilik şema alanı anlamlı olmasa da, üniversite uyumu ile önemli bir ilişki göstermektedir. Dahası bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, iç içe geçme, başarısızlık şemalarının zedelenmiş otonomi alanını üniversiteye uyum varyansını açıklamada desteklemektedir. Ancak bu varyansın yapısal eşitlik çalışmaları ile desteklenmesi gerekmektedir.

Bunun dışında da çalışmanın önemli sınırlılıkları da bulunmaktadır. Sonuçların genellenebilirliğini etkileyebilecek belki de en önemli sınırlılık ise şemaların şema alanları olarak çalışmaya dâhil edilmiş olması ve sonucunda şemaların kendi aralarındaki fark ve değişimlerin göz ardı edilmiş olmasıdır. İstatistiksel açıdan ele alınabilecek bir diğer sınırlılık, araştırma grubunun yalnızca iki üniversitenin eğitim fakültesi öğrencilerinden oluşmasıdır. Bu durum, araştırmanın genellenebilir olma özelliğini kısıtlamaktadır. Dolayısıyla katılımcıları betimlemek için örneklem yerine "araştırma grubu" ifadesinin tercih edilmesi uygun görülmüştür.

Araştırma henüz giriş niteliğinde kabul edilebilir. Henüz yapısal eşitlik bağlamında geliştirilebilecek bir modeli destekleyici çalışmalar alanyazında bulunmadığı

için neden-sonuç ilişkisini yordayacak geniş kapsamlı bir model yerine, temel ilişkilerin betimlenmesi ile yetinilmiştir. Gelecek dönem çalışmalarda üniversite uyumuna ilişkin tüm alt ölçeklerin ayrı ayrı şema alanları ile ilişkisinin ele alındığı; dahası yalnızlık, psikolojik sağlamlık ve baş etme mekanizmalarının aracı değişken olarak yer aldığı yapısal eşitlik modellerin geliştirilmesi yerinde olacaktır. Zira bu içselleştirilmiş temsillerin derinlemesine anlaşılması, kişilere sunulacak psikolojik yardımlar ya da bu kişiler için geliştirilecek müdahale programları için oldukça önemlidir.

Kaynaklar

- Atlı Özbaşı, A., Sayın, A. ve Coşar, B. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 81–89.
- Baker, R. W., McNeil, O. V. ve Sıryk, B. (1985). Expectations and reality in freshmen adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 94–103.
- Baker, R. W. ve Sıryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189.
- Baker, R. W. ve Sıryk, B. (1986). Exploratory intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 31–38.
- Bean, J. P. (1980). Dropouts and turnover: The synthesis and test of a causal model of student attrition. *Research in Higher Education*, 12(2), 155–187.
- Bean, J. P. (1983). The application of a model of turnover in work organizations to the student attrition process. *The Review of Higher Education*, 6(2), 129–148.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350–373.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Camara, M. ve Calvete, E. (2012). Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students. *Journal of Psychopathological Behavior Assessment*, 34, 58–68.
- Ceyhan, A. A. (2006). An investigation of adjustment levels of Turkish university students with respect to perceived communication skill levels. *Social Behavior and Personality*, 34(4), 367–379.
- Çeri, Ö. (2009). *Vajinismus tanısı alan kadınlar ve eşlerinde temel bilişsel şemalar ile bağlanma stillerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Chang, E. C. (2013). Perfectionism and loneliness as predictors of depressive and anxious symptoms in Asian and European Americans: Do self-construal schemas also matter? *Cognitive Therapy and Research*, 37(6), 1179–1188.
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14–18.
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L. ve Burgess, M. (2003). Attachments styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35, 303–312.
- Eldoğan, D. ve Barışkın, E. (2015). Erken dönem uyumsuz şema alanları ve sosyal fobi belirtileri: Duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü var mı? *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 1–8.
- Gök, A. C. (2012). *Associated factors of psychological well-being: Early maladaptive schemas, schema coping processes, and parenting styles*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291.
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 32(2), 45–74.
- Haris, A. E. ve Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy Research*, 26, 405–416.
- İrkörücü, A. (2012). *An investigation of attitude towards help seeking of Middle East Technical University students with respect to attachment style and early maladaptive schemas*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kapçı, E. G. ve Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127–136.
- Karaosmanoglu, A., Soygüt, G., Tuncer, E., Derinöz, Z. ve Yeroham, R. (2005). Dance of the schemas: Relations between parenting, schema, overcompensation and avoidance. XXXV Congress of the EABCT, Thessaloniki, Greece.
- Konukçu, H. B., Akkoyunlu, S. ve Türkçapar, M. H. (2013). Early maladaptive schemas in depressed women and its relationship with depression. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 2(2), 98–105.
- Lapsekili, N. ve Ak, M. (2012). Bipolar ve unipolar depresyonda erken dönem uyumsuz şemalar: Benzer-

- likler ve farklılıklar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 145–151.
- Larose, S. ve Boivin, M. (1998). Structural relations among attachment working models of parents, general and specific support expectations, and personal adjustment in late adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 579–601.
- McGinn, L. K., Cukor, D. ve Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, and anxiety and depression: Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style? *Cognitive Therapy Research*, 29, 219–242.
- Moore, R. S., Moore, M., Grimes, P. W., Millea, M. J., Lehman, M., Pearson, A., . . . Thomas, M. K. (2007). Developing an intervention bridging program for at risk students before the traditional pre-freshmen summer program. *College Student Journal*, 41(1), 151–159.
- Morris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relation to perceived parental rearing parental rearing behaviors, big five personality factors and psychological symptoms. *Clinical Psychology Psychotherapy*, 13, 405–413.
- Pascarella, E. T. ve Terenzini, P. T. (1980). Predicting freshman persistence and voluntary dropout decisions from a theoretical model. *Journal of Higher Education*, 51(1), 60–75.
- Pascarella, E. T. ve Terenzini, P. T. (2005). *How college affects students: A third decade of research*. (213–271). San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, H., Galhardo, W. ve Cunha, R. (2006). Early schemas and social phobia. *Cognitive Theory & Research*, 30, 571–584.
- Riso, L., du Toit, P. ve Blandino, J. (2003). Cognitive aspects of chronic depression. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 112(1), 72–80. doi: 10.1037/0021-843X.112.1.72
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290–294.
- Salimoğlu, K. B. (2015). Lise öğrencilerinin uyum bozucu şemalarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi, Kırgızistan ve Türkiye örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(2), 131–154.
- Sarıtaş-Atalar, D. ve Gençöz, T. (2015). Anne ret algısı ile psikolojik sorunlar arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(1), 40–47.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E. ve Young, J. E. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 295–321.
- Seidman, A. (2005). *College student retention: Formula for student success*. USA: American Council on Education and Praeger Publishers.
- Sheffield, A., Waller, G. ve Emanuelli, F. (2006). Is comorbidity in the eating disorders related to perceptions of parenting? Criterion validity of the revised Young Parenting Inventory. *Eating Behaviors*, 7, 37–45.
- Soygüt, G. ve Çakır, Z. (2009). The mediating role of the interpersonal schemas between parenting styles and psychological symptoms: A schema focused view. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(2), 144–152.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'un psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75–84.
- Spady, G. W. (1970). Dropouts from higher education: An interdisciplinary review and synthesis. *Interchange*, 1(1), 64–85.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2015). Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı (Çev. Ed. M. Baloğlu). Ankara: Nobel Yayınevi
- Terenzini, P. T., Lorange, W. G. ve Pascarella, E. T. (1981). Predicting freshman persistence and voluntary dropout decisions: A replication. *Research in Higher Education*, 15(2), 109–127.
- Tinto, V. (1975). Dropout from higher education: A theoretical synthesis of recent research. *Review of Educational Research*, 45, 89–125.
- Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition*(2. Baskı). Chicago: The University of Chicago Press.
- Tinto, V. (1997). Colleges as communities: Exploring the educational character of student persistence. *Journal of Higher Education*, 68(6), 599–623.
- Tuna, M. C. (2003). *Cross-cultural differences in coping strategies as predictors of university adjustment of Turkish and U.S. students*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Ünal, B. (2012). *Early maladaptive schemas and well-being: Importance of parenting styles and other psychological resources*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Wang, C. D. ve Mallinckrodt, B. (2006). Acculturation, attachment, and psychosocial adjustment of Chinese/Taiwanese international students. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 422–433.
- Wellburn, K., Coristine, M. ve Dagg, P. (2002). The schema questionnaire-short form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 519–530.

- Woosley, S. A. ve Miller, A. (2009). Integration and institutional commitment as predictors of college student transition: Are third week indicators significant? *College Student Journal*, 43(4), 1260–1271.
- Wright, M. O. D., Crawford, E. ve Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse and Neglect*, 33(1), 59–68.
- Yalım, D. (2007). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin uyumu: Psikolojik sağlık, başa çıkma, iyimserlik ve cinsiyetin rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 224–234
- Yiğit, İ. (2015). The mediating role of the early maladaptive schemas in the relationship between childhood abuse experiences and psychological well being. *Turkish Journal of Psychology*, 30(75), 47–59.
- Young, J. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema –focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. (1994). *Young Parenting Inventory*. Basılmamış Rapor.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Florida: Professional Resource Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.
- Young, J. ve Lindemann, M. (1992). An integrative schema-focused model for personality disorders. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 6, 11–23
- Young, M. H. ve Miller, B. C. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent offspring. *Journal of Marriage and Family*, 57(3), 813–822.
- Zychowski, L. A. (2007). *Academic and social predictors of college adjustment among first year students: Do high school friendships make a difference?* Yayınlanmamış doktora tezi., Indiana University, Pennsylvania.

Summary

Relationship of Early Maladaptive Schemas and Loneliness with University Orientation

Aylin Demirli Yıldız

Başkent University

Starting a university education is a whole new phase in an individual's life in which many academic, social and personal changes take place. At the same time, it means students are expected to be oriented in many different fields. In this study, the relationship between early maladaptive schemas, loneliness and university orientation level were examined. A lot of studies in the literature showed that during the university orientation phase, while loneliness and anxiety seem to increase (Larose & Boivin, 1998), social support tends to decrease (Larose & Boivin, 1998). As it was also emphasized in the literature, university orientation seems to be predictive in many decisions students make during their education. Furthermore, many studies revealed that even the decision to pursue the university education can be predicted by students' university orientation (Bean, 1980, 1983; Spady, 1970; Terenzi, Lorang, & Pascarella, 1981; Tinto, 1975, 1993, 1997; Woosley & Miller, 2009). Hence, the aim of the study was to explore the variance of university orientation explained by early maladaptive schemas and loneliness level of students.

Method

Independent variables of the current study were determined as early maladaptive schemas and loneliness while the dependent variable was specified as university orientation level. Institutional Integration Scale, UCLA Loneliness Scale and Young Schema Questionnaire-Short Form were used to collect data from participants. In addition, in order to obtain demographic information, a demographic information form, involving questions such as age, gender and major, was presented to the participants.

Three hundred and twelve second-year university students participated to the study. Two hundred and forty one (77.2%) of the participants were female while 71 (22.8%) of the participants were male. Mean age of the

participants was 20.04 ($SD = 2.07$), and their age range changed between 18 and 32. In terms of their departments, 160 (51.3%) of the participants were students of Psychological Counseling and Guidance department; 32 (10.3%) of the participants were students of Computer and Instructional Technologies department; 23 (7.4%) of the participants were students of Turkish Language Education department, 19 (6.1%) of the participants were students of Primary Education department, 18 (5.8%) of the participants were students of Early Childhood Teaching department, and finally 14 (4.5%) of the participants were students of English Language Teaching department.

Results

In order to control the regression process depending on the correlations of the variables, sequential (hierarchical) regression was preferred. Hierarchical multiple regression analysis was carried out in three stages based on the results of the correlation analyses. In the first stage, loneliness, which showed the highest correlation, was added to the equation. In the second stage, disconnection schema and impaired autonomy schema domains were included into the equation. Finally, in the last stage, three models were tested by including impaired limits schema domain, others oriented schema domain and high standards schema domain into the equation.

In Model 1, as an independent variable, only loneliness was added to the equation. As a result of Model 1, loneliness significantly explained the variance of university orientation, $R^2 = .28$, $F_{1,304} = 118.67$, $p = .00$. In Model 2, disconnection schema domain (DSD) and impaired autonomy schema domain (IASD) were added to the regression equation along with the loneliness. According to the Model 2, DSD, IASD and loneliness significantly explained university orientation $R^2 = .31$, $F_{1,301} = 6.90$, $p = .00$. In Model 3, all independent variables were added to the regression equation. It showed that loneliness, dis-

connection schema domain, impaired autonomy schema domain, impaired limits schema domain, others oriented schema domain and high standards schema domain explained the university orientation significantly, $R^2 = .34$, $F_{1,298} = 4.26$, $p = .00$. Standardized regression coefficients (β) showed that loneliness, as one of the independent variables, was found significant with the highest correlation in all three models ($\beta = .53$, $\beta = -.36$, $\beta = -.32$, respectively). However, while an important difference was seen between Model 1 and Model 2, the same difference could not be observed between Model 2 and Model 3. Another variable which was found significant and highly correlated in the last two models was the disconnection schema domain ($\beta = -.17$, $\beta = -.22$). Impaired autonomy schema domain shows significance in Model 3 in which all variables were included in the equation ($\beta = -.19$).

Discussion

Findings of the current study showed that more than one third of the university orientation could be explained by loneliness and disconnection schema domain as well as impaired autonomy schema domain from early maladaptive domains. Impaired limits schema domain, others oriented schema domain and high standards schema domain did not show significance in predicting the university orientation.

Unfortunately, the studies conducted in Turkey regarding maladaptive schemas have mostly been carried out with clinical groups while general population's relationship with its features such as compliance, loneliness, coping mechanisms and hope have not been studied efficiently. Limited number of studies investigating the role of maladaptive schemas in non-clinical group mostly aimed to examine the relationship between early maladaptive schemas and stress level of high school students preparing for university entrance exam in different contexts. These studies reached the conclusion that the schemas that were within the disconnection and rejection schema domains affect a person's confidence negatively, lead the person to think that s/he is alone, cause the person to excessively care about others' opinions and prevent individualism and thus seem to negatively affect the level of general pre-exam anxiety of young people (Atlı Özbaş, Sayın, & Coşar, 2012; Kapçı & Hamamcı, 2010; Yıldırım & Ergene, 2003). Even though these studies help in providing some prediction on academic performance of university-age young adults under stress, they are not enough to understand the experiences of university students. Among the non-clinical studies in the literature, none of them examined the relationships between early maladaptive schemas. Thus, the results of the current study are important in many aspects.

First of all, this is one of the first study in the literature showing the relationship between university orientation and early maladaptive schemas with loneliness. Second point that makes the current study important is that disconnection schema domain was found to be positively associated with loneliness but negatively associated with orientation level. This domain consists of schemas such as emotional deprivation, repressing emotions, social isolation/insecurity and imperfection. Individuals with one of these schemas involve a deep belief that their desires and emotions will not fully be met as well as a belief that they are imperfect, faulty, ugly and worthless or they will not be loved by others (Klosko, Young, & Weishaar, 2003). Moreover, individuals within this schema domain tend to have intense feelings of shame. They think that they are different from others or they do not fit in the social groups other than their families. Therefore, in their relationships with others, they tend to avoid communications, spontaneous actions or thoughts (Young, 1999). Thus, this characteristic of the schema domain can also explain its strong relationship with loneliness.

Along with its strengths mentioned above, the present study has some limitations. One of the most important limitation is that the schemas which were involved in the study were analysed under the frame of schema domains and the differences between schemas among each other and variances were disregarded. This limitation may affect the generalizability of the results since the differences of correlation of schemas with loneliness level and with different orientation types are hidden. Another limitation is that the current study is a preliminary study. Because there are no studies in the literature supporting a model, all variables involved in the equation were considered as independent variables. In further studies, developing models involving loneliness, resilience and coping mechanisms as mediating variables would be appropriate.

Despite its limitations, the present study provided important data for creation of orientation studies, which were commonly studied especially in universities. It can be said that there is a fundamental relationship between one's internalized representation of her/himself and subsequent psychological adjustment (Bowlby, 1988). Therefore, understanding the internalized representations of individuals seem very important in terms of developing appropriate intervention programs and providing psychological help for them.