

Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Sosyal Fobi Belirtileri: Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü Var mı?

Dilay Eldoğan
Başkent Üniversitesi

Elif Barışkın
Hacettepe Üniversitesi

Özet

Bu araştırmanın amacı, erken dönem uyumsuz şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı değişken rolünü incelemektir. Araştırmanın örneklemini 2011-2012 öğretim yılında Hacettepe Üniversitesi'nde eğitimine devam eden 240 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmada Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ), Beck Depresyon Envanteri (BDE), Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ) ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) kullanılmıştır. Araştırma verilerine aracı değişken (mediator) analizi uygulanmış ve analiz sonuçlarına göre duygu düzenleme güçlüğü'nün erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde aracı rolünün olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Araştırmanın güçlü yönleri, sınırlılıkları ve katkıları ilgili literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Erken dönem uyumsuz şema alanları, sosyal fobi belirtileri, duygu düzenleme güçlüğü

Abstract

The purpose of the study was to investigate the mediator role of emotion regulation difficulties on the relationship between early maladaptive schema domains and symptoms of social phobia. The sample included 240 university students. Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), Beck Depression Inventory (BDI), Young Schema Questionnaire-Short Form 3 (YSQ) and Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) were administered. Analysis revealed that there is a mediator role of emotion regulation difficulties in the relation between Disengagement, Impaired Autonomy and Impaired Limits schema domains and the symptoms of social phobia. Strengths, limitations and implications of the current study are discussed in the light of relevant research.

Key words: Early maladaptive schema domain, symptoms of social phobia, emotion regulation difficulties

Yazışma Adresi: Dilay Eldoğan, Başkent Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Eskişehir Yolu 20. km. 06810, Ankara

E-posta: dilayeldogan@hotmail.com

Yazar Notu: Bu metin, ilk yazarın Hacettepe Üniversitesi klinik psikoloji yüksek lisans tez verisinin bir bölümüne dayanmaktadır.

Sosyal fobi, insanların hayatının pek çok alanında olumsuz sonuçlar yaratabilen, yaşam boyu görülme sıklığı bakımından en yaygın anksiyete bozukluğudur (Judd, 1994; Kessler ve ark., 1994). Bu durum sosyal fobinin pek çok bilimsel araştırma kapsamında incelenmesine olanak tanımış olsa da sosyal durumlarla ilgili korkuların temelleri yeterince iyi anlaşılammıştır.

Sosyal fobinin temelinde mizaç, yetiştirilme şekilleri, akran ilişkileri ve olumsuz yaşam olayları gibi çeşitli değişkenlerin rol oynadığına, bu değişkenlerin bireylerde olumsuz temel inançlar oluşturması ile ilişkili olarak sosyal fobi belirtilerine yol açtığına dair bulgular bulunmaktadır (Neal ve Edelman, 2003; Rapee ve Spence, 2004). Sosyal fobi belirtileri gösteren bireylerde ortak olarak gözlenebilen başarısızlık, karamsarlık, yetersizlik, bağımlılık gibi şema düzeyindeki olumsuz temel inançlar ve bu temel inançların oluşumunda rol oynayan faktörler Jeffrey Young'ın şema kuramı çerçevesinde tanımladığı "erken dönem uyumsuz şemaları" akla getirmektedir (Pinto-Gouveia, Castilho, Galhardo ve Cunha, 2006). Ayrıca sosyal fobinin depresyon ve özellikle erken dönem uyumsuz şemaların sıklıkla çalışıldığı çekingin kişilik bozukluğu ve narsistik kişilik bozukluğu ile olan yüksek eş tanı oranları sosyal fobinin şema kuramı çerçevesinde değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır (Herbert, Hope ve Bellak, 1992).

Jeffrey Young, şema kuramında özellikle olumsuz çocukluk deneyimlerinin bir sonucu olarak gelişen şemaların; kişilik bozukluklarının, daha hafif karakterolojik sorunların ve pek çok Eksen I bozukluğunun temeli olabileceği hipotezini geliştirmiş ve bu şemaları "erken dönem uyumsuz şemalar" olarak tanımlamıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk çağının ihtiyaçları ileri derecede engellendiği veya aşırı doyurulduğunda ortaya çıkabilen, erken dönemde dünyayı algılamak adına oldukça işlevsel olabilen fakat zaman içinde değişime dirençli hale gelmesi sebebiyle psikopatolojilerin oluşumuna yol açabilen zihinsel haritalardır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Young, 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. Erken dönem uyumsuz şemalar ve psikopatoloji ilişkisini araştıran çalışmalarda sosyal fobi belirtileri gösteren bireylerin yapılan değerlendirmelerde duygusal yoksunluk, başarısızlık, güvensizlik, bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarından yüksek puan aldıklarına, bu şemaların ise kopukluk/reddedilmişlik ve zedelenmiş otonomi şema alanları ile ilişkili olduğuna dair bulgulara ulaşılmıştır (Pinto-Gouveia, Castilho, Galhardo ve Cunha, 2006).

Erken dönem uyumsuz şemalar yaşamın erken dönemlerinde çocuğun içinde bulunduğu çevre hakkında bilgi sağlaması ve başa çıkmaya yönelik olması sebebiyle işlevseldir. Ancak, yetişkinlikte bireylerin değişen çevresel koşullara rağmen dünyayı şemalarıyla tutarlı olarak algılamaları ve şemalarını sürdürecekteki tepkiler vermeleri sebebiyle uyumsuz hale gelmekte ve psikopatolojilerin oluşumuna yol açmaktadır. Şema modeline göre şema teslimi, şema kaçınması ve şema aşırı telafisi şemaları sürdüren uyumsuz başa çıkma stilleridir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Şema teslimi, şemayı güçlendiren ve sürekli kılan düşünsel, davranışsal ve duygusal stratejileri; şema kaçınması, şemayı aktive edecek uyarılardan kaçınmayı; şema aşırı telafisi ise şemanın tersini ortaya koyacak duygu, düşünce ve davranışları kapsamaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Şemaları sürdürücü başa çıkma stilleri pek çok psikopatolojide gözlenebilmektedir. Bilişsel modellerin sosyal fobinin temel özellikleri olarak tanımladığı duygu yoğunluğu ve duygu düzenleme güçlüğü de şemaları sürdüren faktörler arasında yer alabilir. Diğer bir deyişle, erken dönem uyumsuz şemaların sürdürülebilmesi amacıyla "duygulara ilişkin farkındalığın olmaması, duyguların kabul edilememesi, duyguların ifade edilmemesi, duygu ile başa çıkmada amaç odaklı davranışlara erişimde güçlük yaşanması ve dürtüsel davranışlarda bulunulması" olarak ifade edilebilen duygu düzenleme güçlüğü'nün deneyimlenmesi ve deneyimlenen duygu düzenleme güçlüğü'nün de sosyal fobiye yol açabilmesi olasıdır (Gratz ve Roemer, 2004). Yapılan araştırmalar duygu düzenleme güçlüğü'nün anksiyete, yeme bozuklukları, duygu durum bozuklukları, alkol ve madde kullanım bozuklukları gibi psikopatolojiler ile ilişkili olduğunu göstermektedir (akt. Gross, 1995). Sosyal fobide duygu düzenleme güçlüğü ise bireylerin deneyimledikleri duygu ile baş edebilmek için kaçınma gibi işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerine yönelmeleri ve duygularını ifade etmede zorluk yaşamaları şeklinde görülmektedir (akt. Gross ve Levenson, 1997; Mineka ve Zinbarg, 2006). Sosyal fobide duygu düzenleme güçlüğü deneyimlenen kaygı ve korkunun pekişmesine, kişinin psikolojik yükünün

artmasına yol açmaktadır (Sung ve ark., 2012; Wells ve Papageoriou, 1998). Bu bilgiler ışığında, bireyler terk edilme, başarısızlık, karamsarlık gibi uyumsuz şemalarının etkisiyle sosyal ortamlarda eleştirilecekleri, aşağılanacakları, olumsuz değerlendireceklerine ilişkin sosyal kaygı yaşayabilirler (Neal ve Edelman, 2003). Bu sosyal kaygı ise şemaların sürdürülmesi adına deneyimlenebilecek duygu düzenleme problemlerinin etkisiyle sosyal fobi belirtilerine yol açabilir. Örneğin, bireyler şemaları sebebiyle sosyal uyaranlardan kaçınmak için sosyal ortamlarda yer almamayı tercih edebilir ya da kendileri ve performanslarıyla ilgili olumsuz beklentileri sonucu deneyimleyebilecekleri kaygıyla baş edemeyeceklerini düşünebilirler. Bu durum sosyal kaygının artmasına ve sosyal fobi belirtilerinin oluşmasına sebep olabilir.

Sonuç olarak, bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve deneyimledikleri duygu düzenleme problemlerinin kaygı ve duygu durum bozuklukları gibi pek çok psikopatolojinin temellerini oluşturduğu bilinmektedir. Ancak literatürde erken dönem uyumsuz şemalar, duygu düzenleme güçlüğü ilişkisini ya da bu ilişkiye bağlı olarak ortaya çıkabilecek psikopatolojileri araştıran detaylı çalışmalara rastlanmamıştır. Bu durum duygu düzenleme güçlüğünün psikopatolojilerin oluşumundaki aracı rolünün daha detaylı çalışılması ihtiyacını doğurmaktadır. Bu sebeple, mevcut araştırma kapsamında erken dönem uyumsuz şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolünün değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Bu çalışmada depresif belirti düzeyi depresyonun sosyal fobi ile yüksek eş tanı oranından dolayı kontrol değişkeni olarak yer almaktadır.

Yöntem

Örnekleme

Araştırmanın örneklemini 2011-2012 öğretim yılında Hacettepe Üniversitesi'nde eğitimine devam eden 240 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların 120'si (% 50) kız, 118'i (% 49) erkek öğrencidir, 2 katılımcıdan ise cinsiyet bilgisi alınmamıştır. Örnekleme oluşturan katılımcıların yaş aralığı 17-29, yaş ortalaması ise 19.84 ($S = 1.2$) olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu. Örnekleme oluşturan katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, eğitim durumu vb.) belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ). Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Safren ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (1999). Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ), sosyal etkileşim ve performans durumlarında sosyal

kaygı bozukluğu olan kişilerin korku ve kaçınma düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Yirmi dört maddeden oluşan ölçek sosyal etkileşim ve performans olmak üzere iki alt ölçekten oluşmakta ve tüm maddeler 4'lü Likert tipinde ayrı ayrı kaygı ve kaçınma alt başlıkları için değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması sosyal kaygı düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Safren ve ark., 1999). Ülkemizde ise ölçeğin Türkçe formu için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Soykan ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (2003).

Beck Depresyon Envanteri. Beck tarafından 1961 yılında depresyon riskini belirlemek, depresif belirtilerin düzeyini ve şiddetinin değişimini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan depresif yakınmaların şiddetinde artışa işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Tegin (1980) ve Hisli (1988) tarafından yapılmıştır.

Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi amacıyla geliştirilen ölçeğin orjinal formunda 5 şema alanını ve 18 şemayı kapsayan toplam doksan madde bulunmaktadır (Young, 1990). Katılımcılar, her bir maddeyi 6'lü Likert tipi ölçek üzerinde (1 = Benim için tamamıyla yanlış...6 = Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) değerlendirebilmektedir. Ölçeğin her bir şemasını kapsayan maddelerden alınan yüksek puan bireylerin o şema ile ilgili özelliklere sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin orjinal formu 5 şema alanını ve 18 şemayı kapsıyor olmasına rağmen, ölçeğin kapsadığı maddeler tarafından temsil edilen şema alanları ve şemalar kültüre göre farklılık gösterebilmektedir. YŞÖ-KF3'ün ülkemizde yapılan geçerlik güvenilirlik çalışmasında, ölçeğin Türkçe formu için 5 şema alanına ulaşılmış ve 14 faktörlü bir yapının (14 şemanın) uygun olduğu görülmüştür (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009). Mevcut araştırma kapsamında kullanılan ve ölçeğin Türkçe formu için ön görülen şema alanları ve şema alanlarının kapsadığı şemalar Tablo 1'de gösterilmektedir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ). Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği duygusal tepkilere ilişkin farkındalığın olmaması (farkındalık), duygusal tepkilerin anlaşılmasında (açıklık), duygusal tepkilerin kabul edilmemesi (kabul etmeme), etkili olarak algılanan duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim (stratejiler), olumsuz duygular deneyimlerken dürtülerin kontrolünde güçlük yaşama (dürtü), olumsuz duygular deneyimlerken amaç odaklı davranışlarda bulunmada güçlük yaşama (amaçlar) alt boyutlarını kapsamaktadır. Otuz altı maddeden oluşan ölçeğin her bir maddesi 5'li Likert tipi ölçek kullanılarak (1=hemen hemen hiç...5=hemen hemen her zaman) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan deneyimlenen duygu düzenleme güçlüğünün

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
Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	Tehditler Karşısında Dayanaksızlık
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim
Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	Kendini Feda
	Cezalandırılma
Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı	Yüksek Standartlar
	Onay Arayıcılık

*Young Şema Ölçeği Kısa Form 3 (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009)

deki artışa işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Rugancı tarafından yapılmıştır (2010).

İşlem

Araştırmada veri toplama amaçlı kullanılan ölçekler, Hacettepe Üniversitesi Etik Komitesinden alınan izin sonrası Hacettepe Üniversitesi'nde eğitimine devam eden hazırlık, lisans ve lisansüstü öğrencilerine, 2011-2012 eğitim döneminde uygulanmıştır. Katılımcılara araştırma amacı açıklandıktan ve bilgilendirilmiş onam formu aracılığıyla gönüllü katılımları sağlandıktan sonra veriler toplanmıştır. Kontrol amaçlı olarak, araştırma ölçekleri katılımcılara farklı sırayla uygulanmıştır.

Bulgular

Bu araştırma kapsamında depresif belirti düzeyi kontrol edildiğinde erken dönem uyumsuz şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni erken dönem uyumsuz şema alanları (kopukluk, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik, yüksek standartlar/bastırılmışlık), bağımlı değişkeni sosyal fobi belirti düzeyi, aracı değişkeni duygu düzenleme güçlüğü, kontrol değişkeni ise depresif belirti düzeyidir.

İlk olarak, regresyon analizi öncesi araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkiye bakılmış, elde edilen korelasyonlar Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2'den de izlenebileceği gibi sosyal fobi belirtileri ile diğer yönelimlilik ve yüksek standartlar/bastırılmışlık şema alanları arasındaki kısmi korelasyonlar anlamlılığa ulaşmamıştır. En yüksek kısmi korelasyon katsayıları kopukluk ve zedelenmiş otonomi ($r_{D,KZO} = .68$), kopukluk ve zedelenmiş sınırlar ($r_{D,KZS} = .62$), zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar ($r_{D,ZOZS} = .84$) şema alanları arasında elde edilmiştir.

İkinci olarak erken dönem uyumsuz şema alanları ile sosyal fobi belirtileri arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı değişken rolü incelenirken Baron ve Kenny (1986) tarafından geliştirilen aracı değişken analizi ölçütlerinden yararlanılmıştır. Aracı değişken analizinin ilk ölçütü "bağımsız değişken bağımlı değişkeni yordamalıdır" şeklindedir (Baron ve Kenny, 1986). Bu ölçüt kapsamında erken dönem uyumsuz şema alanlarının (kopukluk, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik, yüksek standartlar/bastırılmışlık) sosyal fobi belirtilerini yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla her bir erken dönem uyumsuz şema alanı için ayrı ayrı hiyerarşik regresyon analizi yapılmış, denkleme ilk blokta depresif belirti düzeyi toplam puanı, ikinci blokta şema alanları toplam puanları girilmiştir. Analiz sonuçlarına göre kopukluk, zede-

lenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının sosyal fobi belirtilerini yordadığı (sırasıyla, $R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{1,237} = 24.06$, $p < .01$, $\beta = .23$; $R = .42$, $R^2 = .18$, $F_{1,237} = 25.79$, $p < .001$, $\beta = .27$; $R = .44$, $R^2 = .20$, $F_{1,237}$

$= 28.86$, $\beta = .29$, $p < .001$) bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer ölçütlerin sınanmasına sadece ilk ölçütü gerçekleyen kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanları için devam edilmiştir. İkinci ölçüt “bağımsız de-

Tablo 2. Depresif Belirti Düzeyi Kontrol Edildiğinde Duygu Düzenleme Güçlüğü, Sosyal Fobi Belirti Düzeyi ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları Arasındaki Kısmi Korelasyon Katsayıları

Kontrol Değişkeni	2	3	4	5	6	7
Depresif Belirti Düzeyi						
1. Duygu Düzenleme Güçlüğü	.21*	.36**	.39**	.29**	.32**	.29**
2. Sosyal Fobi Belirti Düzeyi	-	.21*	.24**	.28**	.06	.06
Young Şema Ölçeği Boyutları						
3. Kopukluk		-	.68**	.62**	.34**	.25**
4. Zedelenmiş Otonomi			-	.84**	.47**	.31**
5. Zedelenmiş Sınırlar				-	.30**	.21*
6. Diğer Yönellilik					-	.52**
7. Yüksek Standartlar						-

* $p < .01$, ** $p < .001$

Tablo 3. Kopukluk, Zedelenmiş Otonomi, Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanlarının Sosyal Fobi Belirtilerini Yordamasında Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R ²	ΔR^2	β	ΔF
1	Depresif Belirti Düzeyi	.36	.13	.13	.36	35.15**
2	Depresif Belirti Düzeyi	.41	.21	.04	.23	11.43**
	Kopukluk					
3	Depresif Belirti Düzeyi	.43	.19	.02	.15	5.22*
	Kopukluk					
	Duygu Düzenleme Güçlüğü					
1	Depresif Belirti Düzeyi	.36	.13	.13	.36	35.15**
2	Depresif Belirti Düzeyi	.42	.18	.05	.27	14.45**
	Zedelenmiş Otonomi					
3	Depresif Belirti Düzeyi	.44	.19	.01	.14	4.04*
	Zedelenmiş Otonomi					
	Duygu Düzenleme Güçlüğü					
1	Depresif Belirti Düzeyi	.36	.13	.13	.36	35.15**
2	Depresif Belirti Düzeyi	.44	.20	.07	.29	19.79**
	Zedelenmiş Sınırlar					
3	Depresif Belirti Düzeyi	.46	.21	.02	.14	4.96*
	Zedelenmiş Sınırlar					
	Duygu Düzenleme Güçlüğü					

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

ğişken aracı değişkeni yordamalıdır” şeklindedir. Bu ölçüt kapsamında erken dönem uyumsuz şema alanlarının duygu düzenleme gücünü yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla her bir şema alanı için hiyerarşik regresyon analizi yapılmış, denkleme ilk blokta depresif belirti düzeyi toplam puanı ikinci blokta erken dönem uyumsuz şema alanları toplam puanları girilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının duygu düzenleme gücünü yordadığı (sırasıyla, $R = .49$, $R^2 = .24$, $F_{1,237} = 37.87$, $\beta = .39$, $p < .001$; $R = .51$, $R^2 = .27$, $F_{1,237} = 43.45$, $\beta = .44$, $p < .001$; $R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{1,237} = 29.66$, $\beta = .30$, $p < .001$) bulgusuna ulaşılmıştır. Üçüncü ölçüt “aracı değişken bağımlı değişkeni yordamalıdır” şeklindedir. Bu ölçüt kapsamında duygu düzenleme gücünün sosyal fobi belirtilerini yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmış, denkleme ilk blokta depresif belirti düzeyi toplam puanı, ikinci blokta ise duygu düzenleme gücünü toplam puanı girilmiştir. Analiz sonucuna göre duygu düzenleme gücünün sosyal fobi belirtilerini yordadığı ($R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{1,237} = 23.85$, $\beta = .21$, $p < .01$) bulgusuna ulaşılmıştır. Aracı değişken analizinin son ölçütü “aracı değişken ve bağımsız değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine girildiğinde daha önce bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasında var olan anlamlı ilişki anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır” olarak tanımlanmıştır. Son ölçütü sınamak amacıyla üç erken dönem uyumsuz şema alanı için ayrı ayrı hiyerarşik regresyon analizi yapılmış, bu analizlerde denkleme ilk blokta depresif belirti düzeyi toplam puanı, ikinci blokta şema alanları toplam puanları, üçüncü blokta duygu düzenleme gücünü toplam puanı girilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3’te verilmektedir.

Tablo 3’te de görülebileceği gibi denkleme üçüncü blokta duygu düzenleme gücünü değişkeninin eklenmesiyle kopukluk şema alanı değişkeninin beta değerinde .23’ten ($p < .01$) .15’e ($p < .05$), anlamlı bir düşme ($Sobel z = 4.37$, $p < .001$); zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .27’den ($p < .001$) .14’e ($p < .05$) anlamlı bir düşme ($Sobel z = 3.02$, $p < .02$) ve son olarak zedelenmiş sınırlar şema alanının beta değerinde .29’dan ($p < .001$) .14’e ($p < .05$) anlamlı bir düşme ($Sobel z = 2.68$, $p < .01$) olduğu gözlenmiştir.

Özetle, yapılan analizler sonucunda depresif belirti düzeyi kontrol edildiğinde duygu düzenleme gücünün erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar şema alanları ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde aracı değişken rolü olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tartışma

Şema kuramına göre erken dönem uyumsuz şema-

ların oluşmasına sebep olan en önemli etkenlerden biri başkaları ile güvenli bağlanma ihtiyacının karşılanmamış olmasıdır. Diğer bir değişle erken çocukluk döneminde önemli diğerleri ile kurulan ilişkilerde güvenin, istikrarın, benimsenmenin ve bakımın hakim olmaması erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunu yordayabilmekte, bu durum da yetişkinlikte psikopatolojilerin oluşumu ile sonuçlanabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Benzer şekilde bağlanma kuramının da güvenli bağlanma ihtiyacının karşılanmamış olmasının bireylerde olumsuz zihinsel temsillerin oluşumunda etkili olabileceği, bu zihinsel temsillerin ise bireylerin yaşamı boyunca yakın ilişkilerini ve duygu düzenleme becerilerini olumsuz yönde etkileyebileceği şeklinde varsayımları bulunmaktadır (Bowlby, 1973; Mikulincer ve Shaver, 2007). İki önemli kuramda vurgulanan çocukluk döneminde temel ihtiyaçların karşılanmamış olmasının olumsuz zihinsel temsillerin oluşumunu, bu temsillerin de duygu düzenleme problemlerini yordayabileceğine ilişkin bulgu mevcut araştırma ile de desteklenmiş, erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının duygu düzenleme gücünü yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

İlk olarak, kopukluk şema alanı ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme gücünün aracı rolü incelendiğinde kopukluk şema alanının duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik ve kusurluluk şemalarını kapsadığı görülmektedir. Bu şemalar bireyleri duygusal olarak doyurulmayacakları, duygularını ifade etmemeleri gerektiği, sosyal ortamlardan kaçınmaları gerektiği ve çeşitli yönlerden kusurlu oldukları yönünde bilişlere yönlendirebilmektedir. Bu bilişlerin doğrudan ya da dolaylı olarak bireylerin duygu düzenleme becerilerini etkilemesi ve böylece sosyal fobi belirtilerinin tetiklenmesi kaçınılmazdır. Çünkü kopukluk şema alanının etkisiyle ortaya çıkabilecek ve duyguları ifade etmeme, sosyal ortamlardan kaçınma şeklinde görülebilecek duygu düzenleme problemleri neredeyse sosyal fobi psikopatolojisi ile özdeşleşmiş duygu düzenleme problemleridir (Gross, 1997; Mineka ve Zinbarg, 2006). İkinci olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme gücünün aracı rolü incelenecek olursa zedelenmiş otonomi şema alanının iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, başarısızlık, karamsarlık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarını kapsadığı görülmektedir. Bu şemalar ile ilişkili olarak bireylerde kendileri ile ilgili yetersizlik, başarısızlık ve karamsarlık algılarının oluşması beklenebilmektedir. Bu olumsuz algıların duygu düzenleme becerilerine zarar vermesi, deneyimlenen duyguyu baş edilemez boyutlara ulaştırması ve bu durumun da sosyal fobi belirtilerini etkilemesi beklenebilir. Ayrıca, bireyler sosyal ortamlarda yaşadıkları kaygıyı ifade ederlerse

terk edilme şeması gereği başkaları tarafından terk edilebileceklerini düşünüp duygularını ifade etmekten, amaç odaklı davranışlarda bulunmaktan ya da duygu düzenleme adına uygun stratejilere yönelmekten kaçınabilirler. Bu durum yaşanan kaygının artmasında ve sosyal fobi belirtilerine dönüşmesinde rol oynayabilir. Son olarak, zedelenmiş sınırlar şema alanı ile sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolüne ilişkin bulgu incelendiğinde, zedelenmiş sınırlar şema alanının sadece ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim şemasını kapsadığı, bu şemaya sahip bireylerin dürtülerini kontrol etme konusunda problem yaşadığı dikkat çekmektedir. Sosyal fobi belirtileri gösteren bireylerde ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim şemasının görülmesi literatürde sıkça karşılaşılan bir bulgu olmamasına rağmen bu şema alanının sosyal fobi belirtilerini yordaması sosyal fobi belirtileri ile narsistik kişilik bozukluğu arasındaki eş tanı oranından kaynaklanıyor olabilir. Çünkü ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim şeması narsistik kişilik bozukluğunda sıklıkla rastalanılabilen bir şema olmakla birlikte narsistik kişilik bozukluğu da sosyal fobi ile yüksek eş tanı oranına sahip bir psikopatolojidir (Stinson ve ark., 2008; akt. Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu şema ile ilişkili olarak bireyler yaşadıkları kaygıyı öfke patlamaları ve kendileri için huzursuzluk yaratan ortamlardan kaçınma şeklinde düzenlemeyi tercih edebilirler. Dolayısıyla dürtüsel duygu ile başa çıkma yolları bireylerin narsistik özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir çünkü mevcut araştırmada sosyal fobi ile yüksek eş tanı oranına sahip depresyon dışındaki psikopatolojiler kontrol değişkeni olarak alınmıştır. Bu bulgu sosyal fobi belirtileri gösteren bireylerin pek çok erken dönem uyumsuz şema alanına sahip olabileceğini ve uyumsuz şema alanlarının eşlik eden kişilik bozukluklarının özelliklerinden de kaynaklanabileceğini düşündürmektedir. Ancak bu hipotezin yapılacak olan araştırmalarla test edilmesi gerekmektedir. Ayrıca, narsistik kişilik bozukluğu eştanısı olmasa dahi dürtüsel davranışların, ayrıcalıklığa dair inançların ve bu inançlarla uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin bireylerde gözlenebilecek farklı bir şemanın (duyguları bastırma) aşırı telafisi olması ihtimali de mevcuttur. Yani, bireyler yaşadıkları kaygıyı bastırma, ifade etmeme yerine bu durumun tam tersi olan sınırsız şekilde ifade etme yoluna gidebilirler. İki kutupta yer alan ifade şekillerinin de uzun vadede deneyimlenen kaygıyı arttırması beklenmektedir.

Bu araştırmada elde edilen bulgular şema terapinin odak noktası olan duygular ile yapılan çalışmalarını ve bu çalışmaların olası yararlarını desteklemektedir. Sosyal fobi belirtileri deneyimleyen bireyler ile yapılacak klinik çalışmalarda erken dönem uyumsuz şemaların çalışılmasına ek olarak duygu düzenlemeye ilişkin duyguları kabul etme, duyguyla başa çıkmaya yönelik uygun stratejiler kullanma ve dürtüsel davranışlarda bulunma gibi

temalara da değinilmesinde yarar vardır. Çünkü bireyler erken dönem uyumsuz şemalarıyla baş etmek için yine uyumsuz başa çıkma stilleri kullanabilmektedirler. Örneğin, kaygı duyarlılığı yüksek olan üniversite öğrencilerinde alkol kullanımı oranlarının yüksek olmasına ilişkin araştırma sonuçları genç yetişkinlerde dürtü kontrolüne ilişkin uyumsuz şemalar ile başa çıkmada işlevsel olmayan yöntemlerin kullanılabilirliğine ilişkin bulguyu destekler niteliktedir (Çakmak ve Ayvaşık, 2007). Bu başa çıkma stilleri bireylerin mevcut şemalarıyla uyumlu olduğu için sosyal fobi belirtileri olan bireyleri yaşadıkları sıkıntıdan kurtarmak yerine, bireylerin şemalarını daha da güçlendirmekte ve deneyimledikleri sıkıntıları arttırmaktadır. Yani, bireylerin duygu düzenlemeye ilişkin çocukluktan bugüne getirdikleri problemler şemalarının sürdürülmesine yol açabilmektedir. Bu sebeple, şema terapi çerçevesinde yapılan davranışsal örüntü bozma aşamasında olduğu gibi bireylerin duygu düzenlemeye ilişkin yaşadıkları problemler belirlenip, bu problemlere ilişkin farkındalıklarının arttırılıp, daha uyumlu duygu düzenleme tarzları geliştirmeleri sağlanmalıdır. Benzer şekilde yapılacak klinik çalışmalarda hasta-terapist ilişkisine ayrıca değinilmelidir. Çünkü psikoterapi ilişkisi de sosyal bir ilişkidir ve sosyal fobi belirtileri deneyimleyen bireylerin, psikoterapi ilişkisinde de yoğun kaygı yaşayabilecekleri dikkate alınmalıdır. Bireylerin terapi ilişkisinde deneyimleyebilecekleri duygu düzenlemeye ilişkin güçlükler hem değerlendirme hem de değişim süreçlerinde terapi için önemli bir veri kaynağı olabilir.

Sonuç olarak, bu araştırma ile sosyal fobi, şema modeli çerçevesinde ve duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisi bakımından incelenerek literatüre katkı bulunmaya çalışılmıştır. Ayrıca mevcut araştırmada sosyal fobinin sıklıkla birlikte görüldüğü depresyonun etkisinin kontrol edilmesi araştırmanın güçlü yanlarından. Ancak, sosyal fobi ile yüksek eştanı oranına sahip diğer psikopatolojilerin de kontrol ediliyor olması araştırmadan elde edilebilecek bulguları daha da netleştirebilir. Ek olarak, elde edilen bulguların daha büyük bir katılımcı grubuyla ve klinik örneklemle çalışılarak desteklenmesi oldukça önemlidir. Öte yandan, şemaların örtük yapılar olması sebebiyle yapılacak çalışmalarda klinik görüşmelere dayanan veri toplama çalışmalarıyla zenginleştirilmiş niteliksel yöntemlere yer verilmesi yeni araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Baron, R. M. ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Beck, A. T. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2 Separation*

tion: *Anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A. ve Hofmann, S. G. (2006). Acceptability and suppression of negative emotion in anxiety and mood disorders. *Emotion*, 6, 587-595.

Çakmak, S. Ş. ve Ayvaşık, B. (2007). Üniversite öğrencilerinde alkol kullanma nedenleri ile kaygı duyarlılığı arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(60), 91-107.

Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.

Gross, J. J. ve Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: the acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(1), 95-103.

Gross, J. J. ve Muftoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.

Herbert, J. D., Hope, D. A. ve Bellack, A. S. (1992). Validity of the distinction between generalized social phobia and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 332-339.

Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 22, 118-126.

Jude, L. L. (1994). Social phobia: A clinical overview. *Journal of Clinical Psychiatry*, 55(6), 5-9.

Kashdan, T. B. ve McKnight, P. E. (2010). The darker side of social anxiety: When aggressive impulsivity prevails over shy inhibition. *Current Directions in Psychological Science*, 19, 47-50.

Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshleman, S. ve ark. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States. *Archives of General Psychiatry*, 51, 8-19.

Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 141-173.

Mineka S. ve Zimbarg R. A. (2006). Contemporary learning theory perspective on the etiology of anxiety disorders: it's not what you thought it was. *American Journal of Psychology*, 61, 10-26.

Neal, J. A. ve Edelman, R. J. (2003). The etiology of social phobia: toward a developmental profile. *Clinical Psychology Review*, 23, 761-786.

Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A. ve Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 571-584.

Rapee, R. M. ve Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 737-767.

Rugancı, R. N. (2010). *The relationship among attachment style, affect regulation, psychological distress and mental construction of the relational world*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Safren, S. A., Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Schneier, F. R. ve Liebowitz M. R. (1999). Factor structure of social fears: liebowitz social anxiety scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 13(3), 253-270.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form 3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.

Soykan, Ç., Özgüven, H. D. ve Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scaled: Turkish version. *Psychological Reports*, 93, 1059-69.

Stinson, F. S. ve ark. (2008). Prevalence, correlates, disability, and comorbidity of DSM-IV narcissistic personality disorder: Results from the wave 2 national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. *Journal of Clinical Psychiatry*, 69(7), 1033-1045.

Sung, S. C., Porter, E., Robinaugh, D. J., Marks E. H., Marques, L. M., Otto, M. W. ve ark. (2012). Mood regulation and quality of life in social anxiety disorder: An examination of generalized expectancies for negative mood regulation. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 435-441.

Tegin, E. B. (1980). *Depresyonda bilişsel bozukluklar: Beck modeline göre bir inceleme*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Ankara.

Wells, A. ve Papageorgiou, C. (1998). Social phobia: Effects of external attention on anxiety, negative beliefs, and perspective taking. *Behaviour Therapy*, 29, 357-370.

Young, J. E. ve Brown, G. (1990). *Young schema questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York.

Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.

Summary

Early Maladaptive Schema Domains and Social Phobia Symptoms: Is There a Mediator Role of Emotion Regulation Difficulties?

Dilay Eldoğan
Başkent University

Elif Barışkın
Hacettepe University

Social phobia is a prevalent anxiety disorder that may result in serious negative outcomes in lives of many people (Judd, 1994; Kessler et al., 1994). Although social phobia was frequently investigated due to its negative outcomes on people by the researchers, the main basis of the fears related to social conditions has not been understood yet properly.

Temperament, parenting style, negative life circumstances and relations with peers are regarded as some variables which lead to distorted beliefs in people and there exist some evidence that those distorted beliefs may induce social phobia symptoms (Neal & Edelman, 2003; Rapee & Spence, 2004). The distorted beliefs of people with social phobia such as incompetence, failure, pessimism and dependence resemble early maladaptive schemas that are defined by Jeffrey Young within the frame of Schema Theory (Pinto-Gouveia, Castilho, Gelhardo, & Cunha, 2006).

Early maladaptive schemas are mental representations that are formed when either basic needs of the children are not satisfied or overly satisfied by the caregiver and these mental representations that can be called schemas are functional in childhood in terms of perceiving the world, people, and relationships around them. However, as the children get older, the schemas may resist changing and play considerable role in the development of psychopathology (Young, Klosko, & Weishaar, 2003). In the schema theory, there are defined five early maladaptive schema domains (disconnection/rejection, impaired autonomy, impaired limits, others directedness and over vigilance and inhibition) and eighteen early maladaptive schemas (abandonment/instability, mistrust/abuse, emotional deprivation, defectiveness/shame, social isolation/alienation, dependence/incompetence, vulnerability to harm or illness, enmeshment/undeveloped self, failure, entitlement/grandiosity, insufficient self control/self-discipline, subjugation, self sacrifice, approval seeking/recognition seeking, negativity/pessi-

mism, emotional inhibition, unrelenting standards/hyper criticalness, punitiveness) (Young, Klosko, & Weishaar, 2003). According to the findings of the studies which focus on the relationship between psychopathology and early maladaptive schemas, it was suggested that people with social phobia symptoms mostly exhibit patterns related to emotional deprivation, failure, mistrust, vulnerability to harm and illness, dependence schemas and it is known that the mentioned schemas are involved within disconnection/rejection and impaired limits schema domains (Pinto-Gouveia, Castilho, Gelhardo, & Cunha, 2006).

Although the schemas become dysfunctional in adulthood, they are sustained throughout life by some factors one of which is emotion regulation difficulties. In the other words, emotion regulation difficulties that can be defined as "having no awareness about one's emotions, not able to accept the emotions, emotional inhibition, having difficulty at reaching appropriate emotion regulation strategies and impulsive behaviors" may have role in the development of social phobia symptoms (Gratz & Roemer, 2004). In social phobia, emotion regulation difficulties can be observed as avoidance and emotional inhibition (Mineka & Zinbarg, 2006; as cited in Gross & Levenson, 1997). Moreover, the mentioned emotion regulation difficulties lead to increases in the perceived anxiety, fears and as a result psychological burden of the patient (Wells & Papageoriou, 1998; Sung et al., 2012).

In brief, it is obvious that early maladaptive schemas and emotion regulation difficulties are the factors underlying many anxiety and mood disorders. However, in the literature it was not encountered with the research in which the relationship between early maladaptive schemas and emotion regulation difficulties or the role of emotion regulation difficulties in the development of psychopathology studied. In the current study, it was aimed to investigate the mediator role of emotion regula-

tion difficulties on the relation between early maladaptive schema domains and social phobia symptoms. In the study, the level of depressive symptoms was regarded as control variable due to its high comorbidity rates with social phobia symptoms.

Method

Participants

The sample in the study included 240 university students who were attending to their education during 2011-2012 at Hacettepe University. Whereas 120 (50 %) of the participants were female, 118 (49 %) of the participants were male, 2 of the participants did not state their gender. Their ages were ranging between 17 and 29.

Instruments

In the study, Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), Beck Depression Inventory (BDI), Young Schema Questionnaire-Short Form 3 (YSQ) and Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) were used respectively. Turkish forms of all of the instruments and the factor structure of Turkish forms were used in the current study. Firstly, Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) was adapted by Soykan and colleges (1999) and the scale was employed to measure anxiety and avoidance levels of people at situations in which social interaction and performance are required. In the current study the scale was administered to determine the level of social phobia symptoms of the subjects. Secondly, Beck Depression Inventory (BDI) was adapted by Hisli (1988; 1989) and it was developed to measure the depression level of the adolescent subjects. In the current study, the purpose of using BDI was to assess and control depression level of the subjects. Thirdly, Young Schema Questionnaire – Short Form 3 (YSQ-SF 3) was adapted by Soygüt and colleges (2009) and the scale was developed to determine early maladaptive schemas and schema domains of people. In the current study, early maladaptive schema domains of the subjects were assessed via YSQ-SF3. Lastly, Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) was adapted by Rugancı (2010) and the scale was developed to determine the aspects and level of emotion regulation difficulties of the subjects. In the current study, emotion regulation difficulty level of the subjects was assessed with DERS.

Procedure

Following the necessary ethical permissions were gathered, the instruments were applied to the participant after the main purpose of the study explained and their volunteer participation in the study was ensured. For the control purpose, instruments were applied to the participants in different orders.

Results

For the each of the early maladaptive schema domains a mediator analysis was applied to the data gathered from participants. For the mediator analysis Baron and Kenny's (1986) mediator analysis criteria were taken into account. Before the hierarchical regression analyses were conducted the partial correlations among the variables of the study were measured and obtained partial correlation coefficients were presented in Table 2. The highest partial correlation coefficients were obtained between Disconnection/Rejection and Impaired Autonomy schema domains ($r_{D,DIA} = .68$), Disconnection/Rejection and Impaired Limits schema domains ($r_{D,DIL} = .62$) and lastly Impaired Autonomy and Impaired Limits schema domains ($r_{D,IAIL} = .84$), respectively.

The first criterion of mediator analysis is stated as "independent variable should predict the dependent variable". To test the first criterion successive hierarchical regression analysis were run for each of the early maladaptive schema domains (disconnection/rejection, impaired autonomy, impaired limits, others directedness and unrelenting standards) as independent variables and social phobia symptoms as dependent variables separately. According to results of the hierarchical regression analysis, it was revealed that disconnection/rejection, impaired autonomy and impaired limits schema domains predicted social phobia symptoms ($R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{1,237} = 24.06$, $p < .01$, $\beta = .23$; $R = .42$, $R^2 = .18$, $F_{1,237} = 25.79$, $p < .001$, $\beta = .27$; $R = .44$, $R^2 = .20$, $F_{1,237} = 28.86$, $\beta = .29$, $p < .001$, respectively). The resting three criteria of mediator analysis were tested for the three schema domains which were gathered significant results. The second criterion of mediator analysis is stated as "independent variable should predict mediator variable". For the purpose of testing the second criterion, hierarchical regression analyses were run for each of three early maladaptive schema domains (disconnection/rejection, impaired autonomy and impaired limits) as independent variables and emotion regulation difficulties as mediator variable separately. According to the results of the analysis it was revealed that disconnection/rejection, impaired autonomy and impaired limits schema domains predicted emotion regulation difficulties ($R = .49$, $R^2 = .24$, $F_{1,237} = 37.87$, $\beta = .39$, $p < .001$; $R = .51$, $R^2 = .27$, $F_{1,237} = 43.45$, $\beta = .44$, $p < .001$; $R = .45$, $R^2 = .20$, $F_{1,237} = 29.66$, $\beta = .30$, $p < .001$, respectively). The third criterion of mediator analysis is stated as mediator variable should predict dependent variable. For the purpose of testing the third criterion, hierarchical regression analysis was run for emotion regulation difficulties as mediator variable and social phobia symptoms as dependent variable. The result of the regression revealed that emotion regulation difficulties variable predicted social phobia symptoms

($R = .41$, $R^2 = .17$, $F_{1,237} = 23.85$, $\beta = .21$, $p < .01$). Lastly, the fourth criterion of mediator analysis is stated as “when mediator variable and independent variable were added to the regression analysis at the same time, the significance level between independent variable and dependent variable should decrease.” For the purpose of testing the last criterion, both three early maladaptive schema domains (disconnection/rejection, impaired autonomy and impaired limits) and emotion regulation difficulties total points were added to the regression model. The analysis revealed that when the emotion regulation difficulties total points were added to the model, significant decreases were observed in the beta values of all three early maladaptive schemas. The significance of the decrement in the beta values was assessed with Sobel Test.

In sum, the analyses revealed that there exists a mediator role of emotion regulation difficulties on the relation between Disconnection/Rejection, Impaired Autonomy and Impaired Limits schema domains and the symptoms of social phobia.

Discussion

According to Schema Theory, deficiency of trust, consistency and caring in the relationship with the primary care givers may predict the emergence of early maladaptive schemas and as a result development of psychopathologies in the adulthood (Young, Klosko, & Weishaar, 2003). Similarly in the attachment theory, it was mentioned that negative relationship with the attachment figure may lead to negative mental representations and these representations may affect the capability of emotion regulation of the individuals negatively as well (Bowlby, 1972; Mikulincer & Shaver, 2007). Parallel with the mentioned theories, in the current study, it was revealed that some of the early maladaptive schema domains (mental representations having roots in childhood) which are disconnection/rejection, impaired limits and impaired autonomy predict emotion regulation difficulties and there exists a mediator role of emotion regulation difficulties in the relation between these early maladaptive schema domains and social phobia symptoms.

Firstly, when disconnection/rejection schema domain is investigated it can be realized that emotional deprivation, emotional inhibition, social isolation/mis-

trust and defectiveness schemas are included in this domain. Consistent with the qualities of those schemas, it is possible that people who have those schemas may have negative cognitions such as “I shouldn’t express my emotions”, “I am not going to be satisfied emotionally”, “I am defective and I have to avoid social situations”. Moreover, these negative cognitions may affect emotion regulation capability of individuals and as a result social phobia symptoms can be triggered.

Secondly, impaired autonomy schema domain is included in enmeshment, abandonment, failure, negativity/pessimism and vulnerability to harm or illness schemas. It is possible that negative cognitions related to those schemas can increase the level of emotions that were experienced in social situations. For example, individuals may avoid expressing their emotions because of shame related to their anxiety. As a result the emotions which are not coped in an effective manner may increase and lead to emergence of social phobia symptoms.

Lastly, impaired limits schema domain is included in entitlement/insufficient self control schema. The relationship between entitlement/insufficient self control schema and social phobia symptoms can be explained with the high comorbidity rate between narcissistic personality disorder and social phobia because entitlement/insufficient self control schema is frequently observed in people with narcissistic personality disorder (as cited in Young, Klosko, Weishaar, 2003; Stinson et al., 2008). In accordance with this schema, it is possible that individuals who have this schema may express their emotions in an aggressive manner and behave impulsively. Handling the emotions impulsively can be as harmful as suppressing emotions for the psychological well being.

In sum, according to the result of the current study, it is recommended to emphasize the importance of emotion regulation during the therapy process when working with individuals who experience social phobia symptoms. Otherwise, difficulties in emotion regulation may strengthen early maladaptive schemas of individuals and as a result trigger the development of psychopathology, specifically social phobia. Moreover, to gather detailed information about the mediator role of emotion regulation between early maladaptive schema domains and social phobia symptoms, this study can be replicated with a larger sample size and with the participation of clinical population.