**Şema Mod Envanteri (Versiyon-3) (ŞME)’nin Geçerlik ve Güvenirliği[[1]](#footnote-1)**

Şema Kuramı çerçevesinde tanımlanmış olan modları değerlendirebilmek amacıyla Lobbesteal ve arkadaşları (Lobbestael, Vreeswijk, Spinhoven, Schouten, & Arntz, 2010) tarafından ilk defa 118 madde olarak geliştirilen ölçeğin genişletilmiş (174 madde) sürümüdür. ŞME’nin bu 3. Versiyonu, adli vakalara yönelik modları da değerlendirebilecek ifadeleri içeren ve değerlendirmeye 163 maddenin dahil edildiği bir mod ölçeğidir. Ölçekten alınan yüksek puanlar ilgili modların şiddetinin de arttığına işaret etmektedir. 6’lı likert tipi bir özbildirim ölçeği olan ŞME 1 (Hiç ya da Neredeyse Hiç) ile 6 (Her Zaman) arasında puanlanmaktadır. Ölçeğin 19 alt boyutu vardır ve bu alt boyutlar şöyledir: Kırılgan Çocuk, Öfkeli Çocuk, Hiddetli Çocuk, Dürtüsel Çocuk, Denetimsiz Çocuk, Mutlu Çocuk, Söz Dinleyen Teslimci, Kopuk Korungan, Kopuk Kendini Yatıştırıcı, Büyüklenmeci, Zorba ve Saldırgan, Cezalandırıcı Ebeveyn, Talepkar Ebeveyn, Sağlıklı Yetişkin, Entirikacı ve Manipülatif, Kurnaz Avcı, Öfkeli Korungan, Şüpheci Aşırı Denetimci, Adli Büyüklenmeci.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları toplam 1271 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların %77,5’i kadındır. Katılımcıların yaş ortalaması 20.43’tür (SS= 2.16, ranj=18-57). Geçerlik ve güvenirlik analizleri, doğrulayıcı faktör analizi (DFA), iç tutarlık analizleri, test tekrar test analizleri, çeşitli korelasyon analizleri ve diskriminant analizi yapılmıştır.

Yapılan DFA sonuçları ölçeğin geçerliliğini destekler nitelikte sonuçlar doğurmuştur.

**Tablo 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| χ2 | df | CFI | TLI | RMSEA | SRMR |
| 67090.567 | 14706 | .91 | .91 | .053 | .065 |

49 kişilik test-tekrar test grubunun iki haftalık ara ile yapılan ölçümleri arasındaki korelasyonlar .63-.89 (p<.001) arasında değişmektedir. Alt ölçeklerin iç tutarlılık değerleri .62 ile .91 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerin madde sayıları ve iç tutarlılık değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2**

|  |  |
| --- | --- |
| Kırılgan Çocuk (n=11, α= .91) | 5, 18, 29, 52, 79, 97, 137, 120, 159, 174, 30 |
| Öfkeli Çocuk (n=8, α= .75) | 67, 90, 113, 145, 147, 162, 130, 144 |
| Hiddetli Çocuk (n=9, α= .89) | 39, 75, 155, 146, 101, 170, 31, 41, 8 |
| Dürtüsel Çocuk (n=7, α= .75) | 135, 89, 143, 126, 99, 149, 40 |
| Denetimsiz Çocuk (n=5, α= .62) | 16, 164, 10, 80, 142 |
| Mutlu Çocuk (n=8, α= .82) | 129, 45, 121, 117, 111, 98, 100, 153 |
| Söz Dinleyen Teslimci (n=6, α= .70) | 7, 22, 123, 47, 105, 65 |
| Kopuk Korungan (n=9, α= .82) | 82, 116, 6, 56, 27, 103, 106, 160, 169 |
| Kopuk Kendini Yatıştırıcı (n=4, α= .62) | 87, 9, 151, 50 |
| Büyüklenmeci (n=10, α= .78) | 173, 34, 4, 136, 68, 92, 138, 2, 1, 110 |
| Zorba ve Saldırgan (n=6, α= .71) | 71, 125, 81, 127, 157, 150 |
| Cezalandırıcı Ebeveyn (n=10, α= .83) | 156, 23, 93, 104, 133, 48, 60, 46, 38, 140 |
| Talepkar Ebeveyn (n=5, α= .69) | 77, 14, 74, 19, 20 |
| Sağlıklı Yetişkin (n=10, α= .77) | 107, 139, 148, 108, 17, 85, 165, 59, 94, 161 |
| Entirikacı ve Manipülatif (n=11, α= .82) | 49, 112, 13, 102, 72, 36, 115, 64, 3, 163, 109 |
| Kurnaz Avcı (n=10, α= .82) | 70, 171, 66, 95, 44, 84, 131, 42, 43, 122 |
| Öfkeli Korungan (n=8, α= .81) | 76, 51, 119, 86, 158, 61, 21, 134 |
| Şüpheci Aşırı Denetimci (n=13, α= .84) | 25, 88, 124, 58, 54, 132, 73, 141, 152, 37, 11, 172, 26 |
| Adli Büyüklenmeci (n=13, α= .83) | 118, 69, 32, 12, 83, 96, 91, 55, 57, 35, 78, 24, 114 |

**Ölçeğe ve ölçek çalışmasına atıf vermek için:**

**Soygüt, G., Gülüm, İ. V. Tuncer, E., Lobbestael, J, & Bernstein, D. (2019). Şema Mod Envanteri-Versiyon-3. Yayına hazır çalışma. www.sematerapienstitusu.com**

**SMI**

|  |
| --- |
| **AÇIKLAMA:** Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullanabileceği ifadeler yer almaktadır. Lütfen her birini, o ifadeye genel olarak **ne kadar** inandığınıza ya da **ne yoğunlukta** hissettiğinize göre derecelendiriniz. |

|  |  |
| --- | --- |
| **SIKLIK:** Genellikle, | |
| **1**=Hiç ya da Neredeyse Hiç  **2**=Nadiren  **3**=Arada Sırada | **4**= Sık Sık  **5**=Çoğu Zaman  **6**= Her Zaman |

|  |  |
| --- | --- |
| **Sıklık** | **Genellikle,** |
|  | 1. İkinci olmayı kabullenemem. |
|  | 1. Diğer insanların çoğundan daha özel ve daha iyi olduğumu hissederim. |
|  | 1. Kendi çıkarım için insanların zayıflıklarından yararlanırım |
|  | 1. Diğer insanlar, onlardan istediklerimi yapmadıklarında gerilirim. |
|  | 1. Kendimi aşağılanmış hissederim. |
|  | 1. Diğer insanlarla aramda bir bağ varmış gibi hissetmem. |
|  | 1. Onlarla çatışmaktan, karşı karşıya gelmekten ve reddedilmekten kaçınmak için başkalarını memnun etmeye uğraşırım. |
|  | 1. Birini öldürebilecek kadar sinirlenebilirim. |
|  | 1. Sinirimi bozan düşünce veya duygularımdan daha az etkilenmek için kendimi sürekli meşgul ederim. |
|  | 1. Hedeflerime ulaşamadığımda kolayca usanır ve pes ederim. |
|  | 1. Mücadele etmezsem istismar edilirim ya da görmezden gelinirim. |
|  | 1. Kendi gereksinimlerim diğer insanlarınkinden önceliklidir. |
|  | 1. İnsanlardan yararlanabilmek için öncelikle bana güvenmelerini sağlarım. |
|  | 1. Kendime koyduğum standartları yakalayabilmek adına keyfimden, sağlığımdan ve mutluluğumdan vazgeçerim. |
|  | 1. Kızgın olduğumu söylemesem bile insanlar bunu fark ederler. |
|  | 1. Tembelimdir. |
|  | 1. Sorunları kendi başıma çözebilmek için çok uğraşırım. |
|  | 1. Kendimi dışarıda bırakılmış ya da dışlanmış hissederim. |
|  | 1. Sürekli bir şeyleri başarma ve tamamlama baskısı altındayım. |
|  | 1. Kendime karşı acımasızım. |
|  | 1. Kızgın olduğumda kimseyi yanımda istemem. |
|  | 1. Kendimi, yanında bulunduğum kişilere göre değiştiririm ki beni sevip, onaylasınlar. |
|  | 1. Kendimi cezalandırmak için canımı acıtmak gibi dürtülerim vardır (Örneğin, kendimi kesmek). |
|  | 1. Bir baltaya sap olamamış insanlarla zaman geçirmeyi sevmem. |
|  | 1. Eğer başkaları size iyi davranıyorsa, altında bilmediğiniz nedenler vardır. |
|  | 1. Başkalarının asıl niyetleri konusunda dikkatli olmalıyım. |
|  | 1. İnsanlarla içli dışlı olmak istemem. |
|  | 1. Bir şeyler yapmanın “doğru” ve “yanlış” yolları vardır ve ben de doğru olanını yapmaya çalışırım, yoksa kendimi eleştirmeye başlarım. |
|  | 1. Kendimi bu dünyada yapayalnız hissederim. |
|  | 1. Aldatıldığım ya da bana adil davranılmadığı durumlar oldu. |
|  | 1. Öfkeli olduğum zamanlarda sıklıkla kontrolümü kaybeder, diğer insanlara tehditler savururum. |
|  | 1. Güç ve statüye her şeyden çok değer veririm. |
|  | 1. İnsanların çoğuna güvenirim. |
|  | 1. Diğer insanların ihtiyaçlarını ve duygularını göz önünde bulundurmaksızın, ne istersem onu yaparım. |
|  | 1. Akılsız insanlara karşı sabrım yok. |
|  | 1. Sadece karşılığını alacaksam bir şeyler yaparım. |
|  | 1. Diğer insanlar hakkında yalan söylenebilir |
|  | 1. Kendimi affedemiyorum. |
|  | 1. Öfkelenmeye başladığımda çoğu kez kontrol etmeye çalışmam ve kendimi kaybederim. |
|  | 1. Sonuçlarını düşünmeden ne hissediyorsam onu söylerim, veya düşünmeden hareket ederim. |
|  | 1. Eğer öfkelenirsem öyle kontrolden çıkarım ki diğer insanlara zarar veririm. |
|  | 1. Birinin canını yakıyorsam bunu hak edecek bir şey yapmış demektir. |
|  | 1. Hiç kimse ona zarar verme planım olduğunu fark edemez. |
|  | 1. Aklını başına getirmek için birisine fiziksel olarak zarar verebilirim. |
|  | 1. Mutlu ve huzurlu hissediyorum. |
|  | 1. Başıma bir şey geldiğinde insanların bana şefkat göstermesini hak etmiyorum. |
|  | 1. Olanlar hoşuma gitmese de durdurmak için harekete geçmem. |
|  | 1. İnsanlara öfkeleniyorsam kötü biriyimdir. |
|  | 1. İnsanlara hissettirmeden onları amacıma göre kullanırım. |
|  | 1. Beni üzen olaylar hakkında düşünmek zorunda kalmamak için yoğun bir şekilde çalışır ya da spor yaparım. |
|  | 1. İnsanlara “benden uzak durun” mesajı verebilmek için kontrollü bir (düzeyde) öfke gösteririm. |
|  | 1. Kendimi güçsüz ve çaresiz hissederim. |
|  | 1. Benim için çok önemli olan insanlarla ilgili her şeye tahammül edebilirim. |
|  | 1. Diğerlerinin beni incitmesine fırsat vermemek için uyanık olmalıyım. |
|  | 1. Patronun ben olduğumu diğerlerine belli ederim. |
|  | 1. Çoğu şeye karşı kayıtsızımdır. |
|  | 1. Patronluk yapmayı severim. |
|  | 1. Diğer insanlarla bir aradayken tetikte olmalısınız. |
|  | 1. Haksız yere eleştirildiğimi, istismar edildiğimi veya benden yararlanıldığını hissettiğimde kendimi savunabilirim. |
|  | 1. Kötü bir insan olduğum için diğer insanların keyif aldıkları şeylerden kendimi mahrum bırakırım. |
|  | 1. Sözel olmayan yöntemlerle insanların öfkemi anlamalarını sağlarım. |
|  | 1. Birini herhangi bir şey konusunda ikna edebilirim. |
|  | 1. Sinirli olduğumda bunu dile getirmem; fakat insanlar anlarlar. |
|  | 1. İnsanların benim için bir şey yapmasını istediğimde cazibemi kullanırım. |
|  | 1. İnsanların beni eleştirmesine veya aşağılamasına izin veririm. |
|  | 1. İstediğimi elde etmek için birilerine zarar vermekten çekinmem. |
|  | 1. İnsanlara karşı çok öfkeliyim. |
|  | 1. Yaptığım her şeyde en iyisi ben olmalıyım. |
|  | 1. Kendimi çoğu insandan daha üstün hissederim. |
|  | 1. İnsanlardan kurtulmak için planlar yaparım. |
|  | 1. Eşitlik diye bir şey yoktur, o yüzden diğer insanların üzerinde üstünlük kurmak daha iyidir. |
|  | 1. Diğer insanları etkilemek için hakkımda hikayeler uydururum. |
|  | 1. İnsanlar göründükleri kadar zararsız değillerdir. |
|  | 1. Çoğu insandan daha fazla sorumluluk sahibi olabilmek için kendimi zorlarım. |
|  | 1. Sinirlendiğimde etrafa bir şeyler fırlatırım. |
|  | 1. İnsanları benden uzakta tutmaya yarayan sessiz bir "öfke duvarı" örerim. |
|  | 1. Hata yapmamaya çalışırım; yaparsam kendimi yer bitiririm. |
|  | 1. İnsanların benim ne kadar güçlü olduğumu görmelerini sağlarım. |
|  | 1. Umutsuz hissediyorum. |
|  | 1. Benim yararıma olduğunu bilsem bile hoşlanmadığım şeyleri yapmakta zorlanırım. |
|  | 1. Eğer insanlar üzerinde üstünlük kurmazsanız, onlar sizin üzerinizde kurarlar. |
|  | 1. Hiçbir şey hissetmiyorum. |
|  | 1. Diğer insanlar başarılı olduğumu görebilsinler diye bir şeyler satın alırım (pahalı arabalar, kıyafetler ve güzel bir ev). |
|  | 1. Bana karşı olanlar bunun bedelini ağır ödeyeceklerdir. |
|  | 1. Sorunları, duygularımın beni etkilemesine izin vermeden, mantıklı yollardan çözebilirim. |
|  | 1. Sadece bir bakışımla insanlara öfkeli olduğumu gösterebilirim. |
|  | 1. Duygularımdan kaçınmak için bana heyecan veren ya da beni sakinleştiren şeyler yapmaktan hoşlanırım (örneğin, çalışmak, kumar oynamak, yemek yemek, alışveriş yapmak, cinsel aktiviteler, televizyon izlemek). |
|  | 1. Sürekli tetikte kalarak başkalarının sizi kullanmasını engelleyebilirsiniz. |
|  | 1. Dürtülerimi, anlık isteklerimi kontrol etmem imkansızdır. |
|  | 1. Bana yaptıkları yüzünden insanları azarlayasım gelir. |
|  | 1. Sıradan olmak olabileceğiniz en kötü şeydir. |
|  | 1. Diğer insanlara karşı talepkârımdır. |
|  | 1. Kendime kızgınım. |
|  | 1. Öğrenebilirim, gelişebilirim ve değişebilirim. |
|  | 1. Birini öldürsem kötü hissetmezdim. |
|  | 1. Diğer insanlar beni kibirli ve soğuk bulur. |
|  | 1. Kaybolmuş hissediyorum. |
|  | 1. İyimserim. |
|  | 1. Başımı belaya sokacak ya da diğer insanları incitecek kadar düşüncesizce hareket eder ya da duygularımı ifade ederim. |
|  | 1. Bana kulak verildiğini, anlaşıldığımı ve onaylandığımı hissederim. |
|  | 1. Öfkemin çığırından çıktığı olur |
|  | 1. İnsanları kendi çıkarlarım doğrultusunda yönlendirmede iyiyimdir. |
|  | 1. Hiçbir şeyi umursamam; hiçbir şey benim için önemli değildir. |
|  | 1. Kötü bir şey olursa bu benim hatamdır. |
|  | 1. İlişkilerde diğer kişinin hakimiyeti ele almasına izin veririm. |
|  | 1. Donuk hissederim. |
|  | 1. Gerektiğinde, değer verdiğim şeyleri başarabilmek için sıkıcı ve rutin işlere katlanırım. |
|  | 1. Özümde iyi bir insanım. |
|  | 1. Benim için bir şey yapsınlar diye insanları seviyormuş gibi yaparım. |
|  | 1. Diğer insanların uyduğu kurallara uymak zorunda değilim. |
|  | 1. Kendimi güvende hissederim. |
|  | 1. İyi bir yalancıyımdır. |
|  | 1. Eğer biri yanımda değilse, karşımdadır. |
|  | 1. Beni tanımak bir ayrıcalıktır. |
|  | 1. İstediklerimi elde edebilmek için insanların sırlarını onlara karşı kullanırım. |
|  | 1. Kendimi diğer şeylerden kopmuş hissediyorum (diğer insanlardan, duygularımdan ya da kendimden). |
|  | 1. Uyumlu bir insan olduğumu düşünüyorum. |
|  | 1. Başkalarının ihtiyaçlarını ve duygularını umursamadan istediğimi yaparım. |
|  | 1. Düşmanca duruşum ve beden dilim insanların öfkeli olduğumu anlamaları için yeterlidir. |
|  | 1. Kimsenin beni sevmediğini düşünüyorum. |
|  | 1. Sevildiğimi ve kabul gördüğümü hissediyorum |
|  | 1. Ucunda çok fazla para varsa birini öldürebilirim. |
|  | 1. İhtiyacımı açıkça ifade etmek yerine diğerlerinin dediğinin olmasına izin veririm. |
|  | 1. Diğer insanlar bana komplo kuruyorlar. |
|  | 1. İnsanlarla dalga geçer, onlara zorbalık yaparım. |
|  | 1. Dürtülerimi, anlık isteklerimi kontrol etmekte zorlanırım. |
|  | 1. Saldırı en iyi savunma yöntemidir. |
|  | 1. Diğer insanların beni itip kakmasına izin vermeyerek bana saygı duymalarını sağlarım. |
|  | 1. istikrarlı ve güvenli bir hayatım olduğunu düşünüyorum. |
|  | 1. Özgürlüğümün ya da bağımsızlığımın elimden alınmaya çalışılmasına kızgınım. |
|  | 1. Birini çok kötü bir biçimde kırabilirim ve bu benim uykumu kaçırmaz. |
|  | 1. Diğerlerinin bana zarar vermek için hazırladıkları planları açığa çıkaracak ipuçları ararım. |
|  | 1. Hak etmediğimi düşündüğüm için kendimi eğlenceden mahrum bırakırım. |
|  | 1. Sadece bakışlarımdan bile sinirli olduğum anlaşılabilir. |
|  | 1. Kuralları çiğnerim, sonra da pişman olurum. |
|  | 1. İlgi odağı olmak için elimden geleni yaparım. |
|  | 1. Etrafımda insanlar olsa bile kendimi yalnız hissederim. |
|  | 1. Diğer insanlara karşı oldukça eleştirelimdir. |
|  | 1. İhtiyaçlarım konusunda sınırı aşmadan ısrarcı olurum. |
|  | 1. Cezalandırılmayı hak ediyorum. |
|  | 1. Olası tehditlere karşı her zaman tetikteyim. |
|  | 1. Sıkıcı ya da tek düze işleri tamamlamak için kendimi zorlamam. |
|  | 1. Körü körüne duygularımın peşinden giderim. |
|  | 1. Biri bana nasıl hissetmem veya davranmam gerektiğini söylediğinde sinirlenirim. |
|  | 1. İçimde biriktirdiğim ve boşaltmam gereken çok büyük bir öfkem var. |
|  | 1. Öfkeli olduğum kişilere fiziksel olarak saldırırım. |
|  | 1. Beni terk ettiği veya beni yalnız bırakıp gittiği için birine karşı öfkeliyim. |
|  | 1. Duygularımı ne zaman ifade edip ne zaman etmemem gerektiğini bilirim. |
|  | 1. Önce harekete geçer sonra düşünürüm. |
|  | 1. Diğerlerinin sizinle dalga geçmesine veya size zorbalık yapmasına izin vermeniz ezik bir insan olduğunuzu gösterir. |
|  | 1. Dikkatimi üzücü düşünce ve duygulardan uzaklaştırmak istiyorum. |
|  | 1. Kişisel bilgilerimi paylaşmam çünkü insanlar bunu bana karşı kullanırlar. |
|  | 1. İçinden geldiği gibi hareket eden ve eğlenceli biriyimdir. |
|  | 1. Yapmam gereken tüm işleri bitirmeden kendime rahatlama veya eğlenme izni vermem. |
|  | 1. Öfke patlamaları yaşarım. |
|  | 1. Kötü biriyim. |
|  | 1. Diğer insanların üzerinde üstünlük kurarak kendinizi sağlama alırsınız. |
|  | 1. Öfkemi, diğer insanları çevremden uzaklaştırmak için kullanırım. |
|  | 1. Kendimi özünde yetersiz, kusurlu ya da etkisiz hissederim. |
|  | 1. Diğer insanlara karşı soğuk ve acımasızımdır. |
|  | 1. Kendi başımın çaresine bakabilirim. |
|  | 1. Birine bana yaptığı bir şey yüzünden saldırıp onu incitesim gelir. |
|  | 1. İstediğimi elde etmek için başıma gelen şanssızlıkları abartılı bir biçimde anlatırım. |
|  | 1. Bir şeyden çabucak sıkılır, ilgimi kaybederim. |
|  | 1. Kendimi iyi tanırım ve beni nelerin mutlu edeceğini iyi bilirim. |
|  | 1. Dayanıklıyımdır. |
|  | 1. Diğer insanlarla bağım olduğunu hissederim. |
|  | 1. Diğer insanları küçümserim. |
|  | 1. Kendimi diğer insanlardan uzak hissederim. |
|  | 1. Öfkeli olduğumda etrafa zarar veririm. |
|  | 1. İntikam için doğru zamanı kollarım. |
|  | 1. İnsanların yaptıkları şeylerin arkasındaki nedenleri bulmaya çalışırım. |
|  | 1. "Bir numara" olmak benim için önemlidir (Örneğin; en popüler, en başarılı, en zengin, en güçlü). |
|  | 1. Yalnız hissederim. |

1. © Çeviri: Soygüt, G., Gülüm, İ. V. ve Tuncer, E. [↑](#footnote-ref-1)