

BİBLİYOTERAPİ VE ŞEMA TERAPİ TEMELLİ MUTLULUK

Bibliyoterapi ve Şema Terapiye Dayalı Mutluluk Temelli
Psikoeğitim Programları

Dr. Zafer KORKMAZ



© Copyright 2023

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

Bu kitap “Şema Terapi ve Bibliyoterapi Temelli Psiko eğitim Programlarının Öğretmenlerin Depresyon ve Mutluluk Düzeyine Etkisi Açısından Karşılaştırılması” doktora tezinden üretilmiştir.

ISBN	Sayfa ve Kapak Tasarımı
978-625-399-175-3	Akademisyen Dizgi Ünitesi
Kitap Adı	Yayıncı Sertifika No
Bibliyoterapi ve Şema Terapi Temelli Mutluluk	47518
Editör	Baskı ve Cilt
Fuat TANHAN ORCID iD: 0000-0002-1990-4988	Vadi Matbaacılık
Yazar	Bisac Code
Zafer KORKMAZ ORCID iD: 0000-0001-6789-2064	PSY045070
Yayın Koordinatörü	DOI
Yasin DİLMEN	10.37609/akya.2598

Kütüphane Kimlik Kartı

Korkmaz, Zafer.

Bibliyoterapi ve Şema Terapi Temelli Mutluluk / Zafer Korkmaz, editör : Fuat Tanhan.

Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2023.

164 s. : tbl. ; 160x235 mm.

Kaynakça var.

ISBN 9786253991753

1. Psikoloji.

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

İÇİNDEKİLER

BÖLÜM 1

BİBLİYOTERAPİ	1
Bibliyoterapinin Tanımı	1
Bibliyoterapinin Tarihsel Gelişimi	2
Bibliyoterapinin Türleri	6
Bibliyoterapinin Sınırlamaları.....	9
Bibliyoterapi Yöntemine İlişkin Danışmanlık Teorileri	9
Rogers'ın Birey Merkezli Yaklaşımı ve Bibliyoterapi	10
Akılcı-Duygusal Davranış Terapisi ve Bibliyoterapi.....	11
Logoterapi ve Bibliyoterapi.....	11
Gerçeklik Terapisi ve Bibliyoterapi.....	13
Bilişsel-Davranışçı Terapi ve Bibliyoterapi	14
Pozitif Psikoterapi ve Bibliyoterapi	15
Bibliyoterapi Süreci.....	16
Özdeşleşme	17
Katarsis (arınma)	17
İçgörü.....	18
Genelleştirme.....	19
Bibliyoterapi Uygulaması.....	19
Bibliyoterapi Uygulanacak Kişinin Özellikleri	20
Bibliyoterapi Uygulayacak Kişinin Özellikleri.....	21
Bibliyoterapide Kullanılacak Malzeme Seçimi.....	22
Bu Çalışmada Kullanılan Bibliyoterapi Yöntemi ve Gereççeleri	23
Bu Çalışmada Kullanılan Kitapların ve Metinlerin Seçimi.....	24
Bibliyoterapi Yönteminin Etkililiği	25
Bibliyoterapide Depresyon ve Mutluluk ile İlgili Yapılan Araştırmalar	25

BÖLÜM 2

ŞEMA TERAPİ	27
Şema Tarihi	28
Şemaların Kökenleri.....	31

Psikoterapi Entegrasyonu Döneminde Şema Kavramı ve Şema Modeli	34
Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (EDUŞ)	38
Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı	39
Terk Edilme/İstikrarsızlık Şeması	40
Güvensizlik/Kötüye Kullanılma Şeması.....	40
Duygusal Yoksunluk Şeması	40
Kusurluluk/Utanç Şeması.....	41
Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma Şeması.....	41
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı.....	41
Bağımlılık/Yetersizlik Şeması	42
Zarar ya da Hastalık Karşısında İncinebilirlik Şeması	42
İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik Şeması	42
Başarısızlık Şeması	43
Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı.....	43
Hak Görme/Büyükleme Şeması	43
Yetersiz Özdenetim/ Özdisiplin Şeması	44
Diğerlerine Yönelimlilik Şema Alanı.....	44
Boyun Eğme Şeması	44
Kendini Feda Şeması	45
Onay/Tanınma Arama Şeması.....	45
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme Şema Alanı	45
Karamsarlık/Kötümserlik Şeması	46
Duygusal Ketlenme Şeması	46
Cezalandırılma Şeması.....	47
Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştirme Şeması	47
Modlar	49
Çocuk Modları.....	50
Yetişkin Modları.....	50
Başa Çıkma Modları	50
Sağlıklı Yetişkin Modu	50
Mutlu Çocuk Modu	51
Şema Terapi Uygulama Süreci	51
Şema Modeli ile Depresyonel Bozukluklar ve Mutluluk İlişkisi	53
Şema Modelinde Depresyon ve Mutluluk ile ilgili Yapılan Araştırmalar	54

Depresyon Kavramı	59
Depresyon Açıklayan Başlıca Kuramlar.....	59

BÖLÜM 3

DEPRESYON	59
Depresyon Belirtileri.....	60
Depresyonun Epidemiyolojisi.....	60
Depresyonun Etiyolojisi	61
Sosyal Nedenler ve Kişilik Faktörleri	61
Fizyolojik ve Biyolojik Nedenler.....	61
Depresyonun Tedavisi.....	62
Mutluluk Kavramı	63

BÖLÜM 4

MUTLULUK.....	63
Mutluluk Kavramının Tarihsel Serüveni	65
Mutluluk ve Psikoloji	68
Mutluluk ile İlgili Kuramlar	69
Uyum Kuramı (Dinamik Denge Kuramı).....	69
Erek (Telic) Kuramı.....	70
Etkinlik Kuramı.....	70
Aşağıdan Yukarıya Yukarıdan Aşağıya Kuramları	70
Sabit Nokta Kuramı	71
Akış Kuramı	71
Ryff'ın Psikolojik İyi Oluş Kuramı	71
Yargı Kuramı	72
Psikoeğitim Programının Psikolojik Altyapısı	73

BÖLÜM 5

PSİKOEĞİTİM PROGRAMLARININ HAZIRLANMASI.....	73
Psikoeğitim Programının Hedefleri.....	74
Şema Terapi Temelli Psikoeğitim Programı Geliştirme Süreci	75
Şema Terapi Temelli Psikoeğitim Sürecinde Hedeflenen Amaçlar.....	78
Bibliyoterapi Temelli Psikoeğitim Programı Geliştirme Süreci ve Hedefler	80

Genel Amaç	83
Oturum I	83
BÖLÜM 6	
ŞEMA TERAPİ TEMELLİ PSİKOEĞİTİM PROGRAMI	83
Kullanılacak Materyaller	84
Süreç.....	84
Grup Kurallarını Tanıtma ve Oluşturma	85
Ödevlendirme.....	86
Oturum II	86
Kullanılacak Materyaller	87
Süreç.....	87
Alıştırma 1: (İz Sürmek).....	87
Alıştırma 2: (Küçük Ben ile Tanışmak)	88
Oturum III	89
Kullanılacak Materyaller	90
Süreç.....	90
Alıştırma 1: (Kızgın ve Dürtüsel Çocuk Modunun İzini Sürmek)	91
Alıştırma 2: (Sandalye Tekniği)	91
Alıştırma 3: (Öfke Kontrolü).....	91
Çalışma Kâğıdı (Kızgın ve Dürtüsel Çocuk Modu).....	92
Ödevlendirme.....	92
Oturum IV.....	93
Kullanılacak Materyaller	93
Süreç.....	94
Alıştırma 1: (Mutlu Çocuk Modunun İzini Sürmek)	94
Alıştırma 2: (Mutlu Çocuk Modunu Güçlendirme Alıştırmaları).....	94
Alıştırma 3: (Küçük Adımlar İlkesi)	95
Çalışma Kâğıdı (Mutlu Çocuk Modu)	95
Ödevlendirme.....	96
Oturum V	96
Süreç.....	97
Alıştırma 1: (Uyum Bozucu Ebeveyn Modların İzini Sürmek).....	97
Alıştırma 2: (Ebeveyn Mesajlarının Azaltılması)	98

Alıştırma 3: (Kendinize Tebrik Kartı Gönderin)	98
Oturum VI.....	100
Süreç.....	100
Alıştırma 1: (Başa Çıkma Modlarının İzini Sürmek)	101
Alıştırma 2: (Başa Çıkma ModlarınınAzaltılması).....	101
Çalışma Kâğıdı (Başa Çıkma Modları)	102
Oturum VII.....	103
Süreç.....	104
Alıştırma 1: (Sağlıklı Yetişkin Modunun İzini Sürmek)	105
Alıştırma 2: (Sağlıklı Yetişkin Modunu Güçlendirme Alıştırmaları).....	105
Çalışma Kâğıdı (Sağlıklı Yetişkin Modu)	106
Ödevlendirme.....	106
Oturum VIII.....	107
Süreç.....	107
Alıştırma 1: (Mutlu Çocuk Modunun İzini Sürmek)	108
Alıştırma 2: (Sağlıklı Yetişkin Modunun İzini Sürmek)	108
Alıştırma 2: (Sağlıklı Yetişkin ve Mutlu Çocuk Modunu Güçlendirme Alıştırmaları) 109	
Çalışma Kâğıdı 1 (Artılarım - Eksilerim)	109
Çalışma Kâğıdı 2 (Avantaj – Dezavantajlar)	110
Çalışma Kâğıdı 3 (Davranış Değişim Testi)	110
Genel Amaç	111
Oturum I	111

BÖLÜM 7

BİBLİYOTERAPİ TEMELLİ PSIKOEĞİTİM PROGRAMI	111
Süreç.....	112
Grup Kurallarını Tanıtma ve Oluşturma	112
Ödevlendirme.....	113
Oturum II	114
Süreç.....	115
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	115
Ödevlendirme.....	117
Oturum III.....	118

Süreç.....	119
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	119
Ödevlendirme.....	120
Oturum IV.....	120
Süreç.....	121
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	122
Ödevlendirme.....	122
Oturum V.....	123
Süreç.....	124
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	124
Ödevlendirme.....	125
Oturum VI.....	125
Süreç.....	126
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	127
Ödevlendirme.....	127
Oturum VII.....	128
Süreç.....	129
Okuma ve Değerlendirme Çalışması 1.....	129
Oturum VIII.....	130
Süreç.....	131
 KAYNAKLAR.....	 139

KAYNAKLAR

- Adams, S. J. ve Pitre, N. L. (2000). Who uses bibliotherapy and why? A Survey from an underserved area. *Canadian Journal of Psychiatry*, 45, 645-649.
- Ahmadpanah, M., Astinsadaf, S., Akhondi, A., Haghighi, M., Sadeghi Bahmani, D., Nazariadei, M. N., ve Brand, S. (2017). Early maladaptive schemas of emotional deprivation, social isolation, shame and abandonment are related to a history of suicide attempts among patients with major depressive disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 77, 71-79.
- Aiex, N.K. (1993). *Bibliotherapy*, ERIC Clearinghouse on Reading and Communication Skills Bloomington IN. ERIC veri tabanından edinilmiştir. (ED357333).
- Akarsu, B. (1982). *Ahlak öğretileri*. İstanbul: Remzi Kitab Evi.
- Aker, T. ve Önder, M. (2003). "Psikolojik Travma ve Sonuçlar". Ankara: Epsilon Reklamcılık
- Akgün, E. ve Karaman B.G. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarla bibliyoterapi: bir uygulama örneği*. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11:100-111.
- Apodaca, T.R., Miller, W.R., Schermer, C.R., Amrhein, P.C. (2007). A pilot study of bibliotherapy to reduce alcohol problems among patients in a hospital trauma center. *J Addict Nurs*, 18:167-173.
- Aracı, U. (2007). *Süfî Hikâyelerinin Kullanıldığı, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arıcı, H.Y. (2020). Mutluluk tarihi. *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 9, 217-243.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Nolen-Hoeksema, S. (2006). *Psikolojiye giriş*. (Üçüncü bas.), Y. Alogan (Çev.). Ankara: Arkadaş.
- Ayvaz, M. (2017). *Mevlânâ Celâleddîn Rumi'nin ahlâk öğretisi*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Ün. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir
- Bach, B., Lockwood, G., ve Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: Organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(4), 328-349.
- Bach, B., Simonsen, E., Christoffersen, P., ve Kriston, L. (2017). The Young Schema Questionnaire 3 short form (YSQ-S3): Psychometric properties and association with personality disorders in a Danish mixed sample. *European Journal of Psychological Assessment*, 33(2), 134-143.
- Bailleux, S., Romo, L., Kindynis, S., Radtchenko, A., ve Debray, Q. (2008). Study of the bonds between early maladaptive schemas and strategies of coping (among alcohol-dependent patients and depressed patients)]. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 18(1), 19-25.

- Bakar, H. (2018). *Lise öğretmenlerinin duygusal emek davranışı ile öznel iyi oluş düzeyleri ve aralarındaki ilişkilerin incelenmesi: Kastamonu ili örneği*. Kastamonu Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Bakos, D.S., Gallo, A.E., Wainer, R. (2015). *Systematic review of the clinical effectiveness of schema therapy*. *Contemp Behav Health*.
- Bandelow, B., Markus, R., Christian, R., Sophie, M., Yvonne, G. ve Dirk, W. (2015). Efficacy of treatments for anxiety disorders. *Int Clin Psychopharmacol*, 30:183-192.
- Barlow, D. H. (2001). *Clinical handbook of psychological disorders* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
- Bayraktar, S. (2012). *"Psikolojik Travma"*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Baysal, J. (1991). *Kitap ve kütüphane tarihine giriş*. İstanbul: Türk Kütüphanecileri Derneği İstanbul Şubesi.
- Beatty, W. K. (1962). *A historical review of bibliotherapy*. *Library Trends*, 11, 106-17. https://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/6050/librarytrends-v11i2c_opt.pdf adresinden edinilmiştir.
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561-571.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.
- Beck, A. T. (1996). *Beyond belief: A theory of modes, personality, and psychopathology*. In P. salkovskis (Ed). *Frontiers of cognitive therapy*. New York: Guilford Press. 1-25.
- Beck, A. T., Davis, D. D. ve Freeman, A. (2004). *Cognitive therapy of personality disorders* (2nd ed.). New York: Guilford.
- Beck, A. T., Steer, R. A., ve Carbin, M. G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical psychology review*, 8(1), 77-100.
- Beck, A. T., Ward, C., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). Beck depression inventory (BDI). *Arch Gen Psychiatry*, 4(6), 561-571.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York: Penguin Books.
- Behary, W.T. (2017). *Narsistle ateşkes* (4. Baskı). (M. Caner, N. Azizlerli Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Bildik T. (2013). "Ölüm, Kayıp, Yas ve Patolojik Yas", *Ege Tıp Dergisi*, 52(4): 223-29.
- Bolay, S. H. (1996). *Felsefe doktrinleri ve terimleri sözlüğü* (6. Baskı). Ankara: Akçağ.
- Brennan, D.J. (1989). *Effects of group counseling and interactive bibliotherapy on children's adjustment to separation and divorce* (PhD thesis). New York: Hofstra University.
- Brewer, W. F. ve Nakamura, G. V. (1984). *The nature and functions of schemas*. *Handbook of social cognition* (Vol. I, pp. 119-160).
- Brewin, C. R., Verews, B. ve Gotlib, I. H. (1993). Psychopathology ve early experiences: A reappraisal of retrospective reports. *Psychological Bulletin*, 113, 82-98.

- Bricker, D. C. ve Young, J. E. (2012). *A client's guide to schema therapy*. Recovered from.
- Briggs, C. A. ve Pehrsson, D.E. (2008). Use of bibliotherapy in the treatment of grief and loss: a guide to current counseling practices. *Adultspan Journal*, 7: 32-42.
- Bryant, J. ve Roberts, S. (1992). Bibliotherapy: An adjunct to audiologic counseling. *Journal Academy of Rehabilitative Audiology*, XXV, 51-67.
- Bulut, S. (2010). Yetişkinlerle yapılan psikolojik danışmada bibliyoterapi (okuma yoluyla sağaltım) yönteminin kullanılması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 46-56.
- Burns, D.D. (1990). *Feeling Good: The New Mood Therapy*. New York: Morrow.
- Butler A.C., Chapman, J.E., Forman, E.M. ve Beck, A.T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clin Psychol Rev*, 26: 17-31.
- Büyüköztürk, Ş. (2009). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. (10.Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Calvete, E., Orue, I., ve González-Diez, Z. (2013). An examination of the structure and stability of early maladaptive schemas by means of the Young Schema Questionnaire-3. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 283-290.
- Canavarro, M. C. ve Pereira, A. I. (2007). Children's perception of their parents' rearing style: The Portuguese version of EMBU-C. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion*, 2 (24), 193210.
- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: yüksek lisans tezi. Care, 1:doi 10.15761/CBHC.1000104.
- Carr, A. (20016). *Pozitif psikoloji*. İstanbul: Kaknüs Yayıncılık
- Carter, J. D., McIntosh, V. V. W., Jordan, J., Porter, R. J., Douglas, K., Frampton, C. M., ve Joyce, P. R. (2018). Patient predictors of response to cognitive behaviour therapy and schema therapy for depression. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 1-11.
- Carter, J. D., McIntosh, V. V., Jordan, J., Porter, R. J., Frampton, C. M., ve Joyce, P. R. (2013). Psychotherapy for depression: A randomized clinical trial comparing schema therapy and cognitive behavior therapy. *Journal of Affective Disorders*, 151(2), 500-505.
- Castille, K., Prout, M., Marczyk, G., Shmidheiser, M., Yoder, S., ve Howlett, B. (2007). The early maladaptive schemas of self-mutilators: Implications for therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(1), 58-71.
- Chen, H., Wigand, R. T. ve Nilan, M. (2000). Exploring web users' optimal flow experiences. *Information Technology & People*, 13(4), 263-281.
- Christensen, L.B., Johnson, R.B. & Turner, L.A. (2015). Araştırma yöntemleri desen ve analiz (Çev. A. Aypay) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Clark D.A, Beck AT, Alford BA (1999). *Scientific Foundations of Cognitive theory and Therapy of Depressions*, New York, John Wiley & Sons

- Cohen, L. J., Tanis, T., Ardalan, F., Yaseen, Z. ve Galynker, I. (2016). Maladaptive interpersonal schemas as sensitive and specific markers of borderline personality disorder among psychiatric inpatients. *Psychiatry Research*, 242, 395-403.
- Connors, G.J., Walitzer, K.S., Prince, M.A. ve Kubiak, A. (2017). Secondary prevention of alcohol problems in rural areas using a bibliotherapy-based approach. *J Rural Ment Health*, 41:162-173.
- Cooper, M.J., Rose, K.S. ve Turner, H. (2005). Core beliefs and the presence or absence of eating disorder symptoms and depressive symptoms in adolescent girls. *Int J Eat Disord*, 38:60-64.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayınları.
- Cornett, C. E. ve Cornett, C. F. (1980). *Bibliotherapy; the right book at the right time*. Bloomington, IN: Phi Delta Kappa Educational Foundation. ERIC veri tabanından edinilmiştir. (ED192380).
- Csikszentmihalyi, M. (2005). *Akış: mutluluk bilimi*. İstanbul: HYB Yayıncılık
- Çağbayır, Y. (2007). *Orhun yazıtlarından günümüze Türkiye Türkçesinin söz varlığı, Türkçe Sözlük*. Ankara: Ötüken.
- Çankaya, C. Z. (2005). *Öz belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çankaya, C. Z. ve Meydan, B. (2018). Ergenlik döneminde mutluluk ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Kış-2018, 17(65): 207-222.
- Dankowski, T. (2017). *American libraries, The Magazine of the American Library Association*, 50. E. Huron St., Chicago. <https://alair.ala.org/bitstream/handle/11213/7880/State-of-AmericasLibraries-Report-2017.pdf> adresinden edinilmiştir.
- Davoodi, E., Wen, A., Dobson, K. S., Noorbala, A. A., Mohammadi, A. ve Farahmand, Z. (2018). Early maladaptive schemas in depression and somatization disorder. *Journal of Affective Disorders*, 235, 82-89.
- De Vries, D., Brennan, Z., Lankin, M., Morse, R., Rix, B., Beck, T. (2017). Healing with books: a literature review of bibliotherapy used with children and youth who have experienced trauma. *Ther Recreation J*, 1:48-74.
- DeRubies, R. J, Tank, T. Z., Beck, T.A. (2001). *Cognitive therapy*. The Handbook of Cognitive Behavioral Therapies, KS Dobson (ed), New York/London, Guilford Press, s. 349-393.
- Descartes, R. (1992). *Ahlak üzerine mektuplar*. (M. Karahasan, Çev.) Ankara: MEB.
- Diener, E., Scollon, C. N. ve Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective wellbeing: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Disner, S. G., Beevers, C. G., Haigh, E. A. P. ve Beck, A. T. (2011). Neural mechanisms of the cognitive model of depression. *Nature Reviews Neuroscience*, 12(8), 467-477.
- Diş, S. B. (2008). *Bir dayatma halini alan mutluluk talebi*. Temaşa (8).

- Downing, V. B. (2013). *The effectiveness of bibliotherapy in group therapy to assist pre-adolescents in dealing with bereavement after divorce*. (Master's thesis, University of South Africa).
- Duncan, M.K.W. (2010). Creating bibliotherapeutic libraries for pediatric patients and their families: Potential contributions of a cognitive theory of traumatic stress. *J Pediatr Nurs*, 25:25-27.
- Dutra, L., Callahan, K., Forman, E., Mendelsohn, M. ve Herman, J. (2008). Core schemas and suicidality in a chronically traumatized population. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(1), 71-74.
- Edwards, D., ve Arntz, A. (2012). Schema therapy in historical perspective. In M. van Vreeswijk, J. Broersen ve M. Nadort (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy* (pp. 1-26). Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- Ekers, D. ve Lovell, K. (2002). Self-help for anxiety and depression in primary care: An audit of a pilot clinic. *Clinical Effectiveness in Nursing*, 6: 129-133.
- Emmons, R. A. Ve McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2): 377-389.
- Erol, N., Kılıç, C., Ulusoy, M., Keçeci, M. ve Şimşek, Z. (1998). *Türkiye ruh sağlığı profili araştırması ana rapor*. Ankara: TC Sağlık Bakanlığı.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi Güz 2009*, 7(4), 975-989.
- Eryılmaz, A. (2009). *Başta çıkma stratejilerinin kişilik özellikleriyle ergen öznel iyi oluş arasındaki aracı rolü*. Ankara Üniversitesi: Doktora tezi.
- Espery, L. (1999). *Cognitive behavior therapy of DSMIV personality disorder*. USA: Bruner/ Mazel.
- Fanner, D. ve Urquhart, C. (2008). Bibliotherapy for mental health service users Part 1: a systematic review. *Health Info Libr J*, 25:237-252.
- Farrell, J.M., Reiss, N. ve Shaw, A.I. (2016). *Şema terapi: Klinisyenin rehberi*. (Çev. S. G. Alkan ve E. Alkan), İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Flanagan, K.S., Vanden, Hoek K.K., Shelton, A., Kelly S.L., Morrison, C.M. ve Young, A.M. (2013). Coping with bullying: What answers does children's literature provide? *Sch Psychol Int*, 34(6):691-706.
- Floyd, M. (2003). Bibliotherapy as an adjunct to psychotherapy for depression in older adults. *Journal of Clinical Psychology*, 59(2): 187-195.
- Floyd, M. (2006). Two-year follow-up of bibliotherapy and individual cognitive therapy for depressed older adults. *Behavior Modification*, 30(3): 281-294.
- Floyd, M., Scogin, F., Nancy, L., Donna L Floyd, Rokke, P.D., (2004). Cognitive therapy for depression: a comparison of individual psychotherapy and bibliotherapy for depressed older adults. *Behavior Modification*. 2004 Mar, 28(2):297-318. The results show that bibliotherapy and individual psychotherapy are appropriate treatment options for depression in older adults. Sonuçlar bu bibliyoterapi ve birey-

- sel psikoterapi yaşı yetişkinlerde depresyon için uygun bir tedavi seçenekleri her ikisi de düşündürmektedir. The results suggest that bibliotherapy and individual psychotherapy are both viable treatment options for depression in older adults.
- Frankl V. E., (2009). *İnsanın anlam arayışı*. çev. Selçuk Budak, İstanbul: Okuyan Yayınları.
- Frankl, V. (2012). *İnsanın anlam arayışı*. (6. Baskı). (Çev: Budak, S.). İstanbul: Okuyan Us yayıncılık.
- FROMM, E. (1997). *Hayatı sevmek*. çev. Ali Köse, İstanbul: Arıtan Yayınları.
- Gauntz, M. (2007). *The Graham model of bibliosupervision: a multiple baseline analysis*. (Doctoral thesis, Philosophy in Counseling, Oregon State University).
- Gellatly, J., Bower, P., Hennessy, S., Richards, D., Gilbody, S. and Lovell, K. (2007). What makes self- help interventions effective in the management of depressive symptoms? Meta-analysis and metaregression. *Psychological Medicine*,37, 1217-1228.
- Gheisari, M. (2016). The effectiveness of schema therapy integrated with neurological rehabilitation methods to improve executive functions in patients with chronic depression. *Health Science Journal*, 10:14.
- Gizir, C. A. (2006). "Bir Kayıp Sonrasında Zorluklar Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Yas Danışmanlığı Modeli", *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (2), 195-213.
- Glaman, J. A. (1999). *A meta-analysis of the literature on the use of bibliotherapy in conjunction with short-term therapy in a university counseling center setting*. Master's thesis, University of Wisconsin, Stout. Retrieved March 20, 2008.
- Glaser, B. A., Campbell, L. F., Calhoun, G. B., Bates, J. M. ve Petrocelli, J. V. (2002). The early maladaptive Schema Questionnaire-short form: A construct validity study. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 2-13.
- Glasser, W. (2002). *Unhappy Teenagers: A way for parents and teachers to reach them*. New York: Harper Colloins.
- Gould, R., Clum, G. ve Shapiro, D. (1993). The use of biblioterapy in the treatment of panic: a preliminary investigation. *Behav Ther*, 24:241-252.
- Gregory, K.E. ve Vessey, J. A. (2004). Bibliotherapy: a strategy to help students with bullying. *J Sch Nurs*, 20:127-133.
- Gualano, M.R., Bert, F., Martorana, M., Voglino, R., Thomas, C. ve Zeppegno, R. (2017). The long-term effects of bibliotherapy in depression treatment: Systematic review of randomized clinical trials. *Clinical Psychology Review*, (58), 49-58.
- Hahlweg, K., Heinrichs, N., Kuschel, A. ve Feldmann, M. (2008). Therapist-assisted, self-administered bibliotherapy to enhance parental competence: short- and long-term effects. *Behav Modif*, 32:659-681.
- Halliday, G. (1991). Psychological self-help books-how dangerous are they? *Psychotherapy*, 28, 678-86.
- Halsted, J. W. (2002). *Some of my best friends are books: Guiding Gifted Readers from Preschool to High School*. Scottsdale, AZ, Great Potential Press.

- Halvorsen M, Wang CE, Richter J, Myrland I, Pedersen SK, Eisemann M et al. (2009). Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clin Psychol Psychother*, 16: 394-407.
- Halvorsen, M., Wang, C. E., Eisemann, M. ve Waterloo, K. (2010). Dysfunctional attitudes and early maladaptive schemas as predictors of depression: A 9-year follow-up study. *Cognitive Therapy and Research*, 34(4), 368-379
- Halvorsen, M., Wang, C. E., Richter, J., Myrland, I., Pedersen, S. K. ve Eisemann, M. (2009). Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 16(5), 394-407.
- Harris, A. ve Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405-416.
- Harris, R. (2019). *Mutluluk tuzağı*. (Çev. Ç. Şaher), Litera Yayıncılık, İstanbul.
- Hashemi, R. ve Darvishzadeh, K. (2016). Effectiveness of group schema therapy in reducing the symptoms of major depression in a sample of women. *Asian Soc Sci*, 12:232-238.
- Hashemi, N. and Ghayour B., Seyed M., Khadivi, Gholamreza and Hashemian Nejad, Farideh and Ashoori, Jamal. (2016). The effectiveness of cognitive behavioral therapy and schema therapy on happiness and mental health of nursing students. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*, 5 (2). **vb., Üçüncü olarak, bibliyoterapist kitapları seçerken bibliyoterapi programı katılımcısının özerkliği ni dikkate almalıdır.**
- Hawke, L. D. ve Provencher, M. D. (2011a). Early maladaptive schemas among patients diagnosed with bipolar disorder. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 803-811.
- Hawke, L. D. ve Provencher, M. D. (2011b). Schema theory and schema therapy in mood and anxiety disorders: A review. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 257-276.
- Hawke, L. D. ve Provencher, M. D. (2012). The Canadian French Young Schema Questionnaire. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44(1), 40-49.
- Haynes, J.S. ve Amer, K. (1999). Bibliotherapy: Using fiction to help children in two populations discuss feelings. *Pediatr Nurs*, 25:91-96.
- Heath M.A., Sheen D., Leavy D., Young E. ve Money K. (2005). Bibliotherapy: A source to facilitate emotional healing and growth. *Sch Psychol Int*, 26:563-580.
- Hebert, T. P., Long, L. A. ve Neumeister, K. L. (2001). Using biography to counsel gifted young women. *Journal of Secondary Gifted Education*, 12(2): 62-79.
- Heilemann, M.V., Pieters, H.C., Kehoe, P., ve Yang, Q. (2011). Schema therapy, motivational interviewing, and collaborative-mapping as treatment for depression among low income, second generation Latinas. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 42: 473-480.
- Heim, C. ve Binder, E. B. (2012). Current research trends in early life stress and depression: Review of human studies on sensitive periods, gene-environment interactions, and epigenetics. *Experimental Neurology*, 233(1), 102-111.

- Hieb, A. (1997). Poetry therapy and adolescents with learning disabilities: New directions in special education. *Journal of Poetry Therapy*, 10(4): 201–214.
- Hills, P., Argyle, M. The Oxford happiness questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Pers Individ Diff* 2002, 33:1073-1082.
- Hoffart, A., Sexton, H., Hedley, L., Wang, C., Holthe, H., Haugum, J. ve Holte, A. (2005). The structure of maladaptive schemas: A confirmatory factor analysis and a psychometric evaluation of factor-derived scales. *Cognitive Therapy and Research*, 29(6), 627-644.
- Hopwood, C. J. ve Thomas, K. M. (2014). Schema therapy is an effective treatment for avoidant, dependent and obsessive-compulsive personality disorders. *Evidence-Based Mental Health*, 17(3), 90-91.
- Hulbert, C. A., Jennings, T. C., Jackson, H. J. ve Chanen, A. M. (2011). Attachment style and schema as predictors of social functioning in youth with borderline features. *Personality and Mental Health*, 5(3), 209-221.
- Humphrey, K.M. (2009). *Counseling strategies for loss and grief*. Alexandria, VA, American Counseling Association.
- Iaquinta, A. ve Hipsky, S. (2006). Practical bibliotherapy strategies for the inclusive elementary school classroom. *Early Childhood Education Journal*, 4(3), 209-213.
- İnci, F. ve Boztepe, H. (2013). “Travma Sonrası Büyüme: Öldürmeyen Acı Güçlendirir Mi?” *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(2), 80- 84.
- Jack, S. ve Ronan, K. (2008). Bibliotherapy: Practice and research. *School Psychology International*, 29(2), 161-182. doi: 10.1177/0143034308090058.
- Jacob, J. ve De Guzman, R.G. (2015). Development of taking in the good based-bibliotherapy intervention program in the female adolescent depression treatment. *Indian J Posit Psychol*, (6): 331-339.
- Jacob, J. ve Guzman, R. G. (2016). Effectiveness of taking in the good based-bibliotherapy intervention program among depressed Filipino female adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*, 23, 99–107.
- Jacop, G., Genderen, H. Ve Seebauer, L. (2014). *Mod Terapisi: Diğer yollardan gitmek*. (Çev. N. Azizerli ve M. Soykut), Psikonet yayıncılık, İstanbul.
- James, I. A., Southam, L. ve Blackburn, I. M. (2004). Schemas revisited. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(6), 369-377
- Jamison, C. ve Scogin, F. (1995). The outcome of cognitive bibliotherapy with depressed adults. *J Consult Clin Psychol*, 63:644-650.
- Jamison, C., & Scogin, F. (1995). The outcome of cognitive bibliotherapy with depressed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(4), 644–650
- Jones, E. (2007). “A Paradigm Shift In The Conceptualization of Psychological Trauma In The 20th Century”, *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 164- 175.
- Jones, E. ve Wessely, S. (2005). *Shell shock to PTSD, military psychiatry from 1900 to the Gulf war*. Hove: Psychology Press
- Kant, I. (1999). *Pratik aklın eleştirisi*. (I. Kuçuradi, Ü. Gökberk, & F. Akatlı, Çev.) Türkiye Felsefe Kurumu, Çeviri Dizisi.

- Karaköse, Ş. ve Karaköse, R. (2011). *Mevlana ruhsal terapiler*. İstanbul: Yediveren.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kasap, S. (2021). Mental well-being and foreign language anxiety. *Multicultural Education*, 7(4), 226-2230.
- Kasap, S., & Ünsal, F. (2021). Attribution Theory and Language Learning. *Research in Language and Education: An International Journal [RILE]*, 2, 111-118.
- Kayri, M. (2007). Araştırmalarda iki aşamalı kümeleme analizi ve bir uygulaması. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 28(1), 177-189.
- Kessler, R. C. (1997). The effects of stressful life events on depression. *Annual Review of Psychology*, 48(1), 191-214.
- Khoshnood, G., Shirkavand, N., Ashoori, J. Ve Arab Salari Z. (2015). Effects of Schema Therapy on the Happiness and Mental Health of Patients with Type II Diabetes. *J Diabetes Nurs*, 3 (1), 8-18.
- Khosravani, V., Sharifi Bastan, F., Samimi Ardestani, M. ve Jamaati Ardakani, R. (2017). Early maladaptive schemas and suicidal risk in an Iranian sample of patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 255, 441-448.
- Klein, D. N. ve Schwartz, J. E. (2002). The relation between depressive symptoms and borderline personality disorder features over time in dysthymic disorder. *Journal of Personality Disorders*, 16(6), 523-535.
- Kovacks, M. (1981). The children's depression inventory (CDI). *Psychopharmacological Bulletin*, 21: 995-998.
- Kovacs, M. ve Beck, A. T. (1978). Maladaptive cognitive structures in depression. *American Journal of Psychiatry*, 135(5), 525-533
- Kramer, P. A. ve Smith, G. G. (1998). Easing the pain of divorce through children's literature. *Early Childhood Education Journal*, 26(2), 89-94.
- Kriston, L., Schäfer, J., Jacob, G. A., Härter, M. ve Hölzel, L. P. (2012). Reliability and validity of the German version of the Young Schema Questionnaire - short form 3 (YSQ-S3). *European Journal of Psychological Assessment*, 29(3), 205-212.
- Lawrence, K. A., Allen, J. A. ve Chanen, A. M. (2011). A study of maladaptive schemas and borderline personality disorder in young people. *Cognitive Therapy and Research*, 35(1), 30-39.
- Leahy, R. L. (2003). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Leana-Taşçılar, M.Z. (2017). Bibliyoterapi programının üstün zekâlı ve yetenekli öğrencilerin öz saygı düzeylerine etkisi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(37):73-95.
- Lee, S., Choi, Y. H., Rim, H. D., Won, S. H. ve Lee, D. (2015). Reliability and validity of the Korean Young Schema Questionnaire - short form-3 in medical students. *Psychiatry Investigation*, 12(3), 295-304.
- Lenoir, F. (2018). *Mutluluk üstüne felsefi bir yolculuk*. (Çev. A. Altınörs), Bilge Yayıncılık.

- Leppänen, V., Hakko, H., Sintonen, H. ve Lindeman, S. (2016). Comparing effectiveness of treatments for borderline personality disorder in communal mental health care: The Oulu BPD study. *Community Mental Health Journal*, 52(2), 216-227.
- Lewis, C., Pearce, J. ve Bisson, J.I. (2012). Efficacy, cost-effectiveness and acceptability of self-help interventions for anxiety disorders: systematic review. *Br J Psychiatry*, 200:15-21.
- Lewis, S. P., Lumley, M. N. ve Grunberg, P. H. (2015). Early maladaptive schemas and non-suicidal selfinjury among young adults: A preliminary investigation. *Counselling Psychology Quarterly*, 28(4), 386-402.
- Loose, C., Graaf, P. ve Zarbock, G. (2018). *Çocuk ve ergenler için şema terapi*. (Çev. N. Azizlerli ve ark.), İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Lu, Y. L. (2008). *Helping children cope: What is bibliotherapy?* *Research and Development*, Spring, 47-49.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y. ve Diener, E. (2003). Reexamining Adaptation and Set Point Model of Happiness: Reactions to Changes in Marital Status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 527- 539.
- Malogiannis IA, Arntz A, Spyropoulou A, Tsartsara E, Aggeli A, Karveli S et al. (2014). Schema therapy for patients with chronic depression: a single case series study. *J Behav Ther ExpPsychiatry*, 45:319-329.
- Markie-Dadds, C. ve Sanders, M.R. (2006). Self-directed triple P (positive parenting program) for mothers with children at-risk of developing conduct problems. *Behav Cognit Psychother*, 34:259-275.
- Marrs, R. (1995). A meta-analysis of bibliotherapy studies. *Am J Community Psychol*, 23:843- 870.
- Masley SA, Gillanders DT, Simpson SG, Taylor MA (2012). A systematic review of the evidence base for schema therapy. *Cogn Behav Ther*, 41:185-202.
- Maslow, A. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi*. Çev. O. Gündüz, İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Mcardle, S. ve Byrt, R. (2001). Fiction, poetry and mental health: expressive and therapeutic uses of literature. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 8, 517-524.
- McCall, A.L. (2010). Teaching powerful social studies ideas through literature circles. *Soc Stud*, 101:152-159.
- McCulliss, D. ve Chamberlain, D. (2013). Bibliotherapy for youth and adolescents— School-based application and research. *J Poetry Ther*, 26:13-40.
- McCulliss, D. (2012). Bibliotherapy: Historical and research perspectives. *Journal of Poetry Therapy*, 25(1), 23-38. doi:10.1080/08893675.2012.654944.
- McGinn, L. K., Young, J. E., & Sanderson, W. C. (1995). When and how to do longer term therapy without feeling guilty. *Cognitive and Behavioral Practice*, 2(1), 187-212.
- Middleton, D. ve Crook, C. (1996). Bartlett and socially ordered consciousness: A discursive perspective Comments on Rosa. *Culture& Psychology*, 2, 379-396.

- Montgomery, P. ve Maunders, K. (2015). The effectiveness of creative bibliotherapy for internalizing, externalizing, and prosocial behaviors in children: A systematic review. *Child Youth Serv Rev*, 55:37-47.
- Murdock, N. L. (2013). "Akılcı Duygusal Davranış Terapisi". (Çev: Arı R., Akkoyun F.). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*, Ankara: Nobel.
- Myracle, L. (1995). *Molding the minds of the young: The history of bibliotherapy as applied to children and adolescents*. The Alan Review.
- Nelson, M. (1991). *Exploration of the bibliotherapeutic approach with the adopted child* (Master's thesis). Fresno, California State University, Fresno.
- Nia, K. M., Sovani, A. ve Forooshani, S. G. R. (2014). Exploring Correlation Between Perceived Parenting Styles, Early Maladaptive Schemas ve Depression Among Women with Depressive Symptoms in Iran ve India- Role of Early Maladaptive Schemas as Mediators ve Moderatos. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(12), e17492.
- Nietzsche, F. W. (2015). *Böyle buyurdu Zerdüşt*. (7. Baskı). (M. Batmankaya, Çev.) İstanbul: Say.
- Nilsson, K. K. (2016). Early maladaptive schemas in bipolar disorder patients with and without suicide attempts. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(3), 236-239.
- Norcross, J. C. (2006). Integrating self-help into psychotherapy: 16 practical suggestions. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37(6), 683-693.
- Onions, C.T. (1966). *The Oxford dictionary of English etymology*. New York: Oxford University Press.
- Orton, G. L. (1997). *Strategies for counseling with children and their parents*. Pacific Grove, CA, USA: Brooks/Cole.
- Otte, C., Gold, S. M., Penninx, B. W., Pariante, C. M., Etkin, A., Fava, M. ve Schatzberg, A. F. (2016). Major depressive disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 2, 1-20.
- Ouzts, D. T. ve Brown, K. L. (2000). Practical applications for the classroom teacher: a bibliotherapeutic approach. *Paper presented at the Annual Meeting of the Internal Reading Association 45th*, Indianapolis, Indiana.
- Ouzts, D.T. (1991). The emergence of bibliotherapy as a discipline. *Reading Horizons*, 31(3), 199-206. https://scholarworks.wmich.edu/reading_horizons/vol31/iss3/3/ adresinden edinilmiştir.
- Öner, U. ve Yeşilyaprak, B. (2006). Bibliyoterapi: Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programlarında Çocuk Edebiyatından Yararlanma. II. *Ulusal Çocuk ve Gençlik Edebiyatı Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi), Yayın No: 203, Ankara, s.:559-565.
- Öy, B. (1991). Çocuklar için depresyon ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2: 132-137.
- Özdengül, F. (2010). *Rumi ve aşkın terapi I*. (2. Baskı). Konya: Bahçıvanlar Basım.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. (11. b.). Ankara: Nobel Tıp.

- Pardeck, J. A. ve Murphy, J. W. (2005). *Disability issues for social workers and human services professionals in the twenty-first century*. Routledge.
- Pardeck, J. A. ve Pardeck, J. T. (1998). An exploration of the uses of children's books as an approach for enhancing cultural diversity. *Early Child Development and Care*, 147(1), 25-31. doi: 10.1080/0300443981470104
- Pardeck, J. T. (1993). Literature and adoptive children with disabilities. *Early Child Development and Care*, 91(1), 33-39
- Pardeck, J. T. (1994). Using literature to help adolescents cope with problemsbibliotherapy. *Adolescence*, 29 (114), 421-427.
- Pardeck, J. T. (1995). Bibliotherapy: An innovative approach for helping children. *Early Child Development and Care*, 110(1), 83-88
- Pardeck, J. T. ve Pardeck, J. A. (1997). Recommended books for helping young children deal with social and development problems. *Early Child Development and Care*, 136(1), 57-63.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39.
- Pehrsson, D. ve McMillen, P.S. (2010). A National survey of bibliotherapy preparation and practices of professional counselors. *J Creat Ment Health*, 5:412-425.
- Perris, C. (2000). Personalityrelated disorders of interpersonal behaviour: A developmentalconstructivist cognitive psychotherapy approach to treatment based on attachment theory. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 7(2), 97-117.
- Pesseckian, N. (2008). *Doğu hikâyeleriyle psikoterapi*. (3. Basım). (Çev: Fişiloğlu, H.) İstanbul: Beyaz.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children* (Margaret Cook, Trans). New York: International Universities Press.
- Pierce, L. Marinn (2015). The use of bibliotherapy with adolescents and their families. *J Fam Psychother*, 26:323-330.
- Pretzer, J. L. ve Beck, A. T. (2005). Cognitive theory of personality disorders. In M. F. Lenzenweger ve J. F. Clarkin (Eds.), *Major theories of personality disorder* (2nd ed.). (pp. 43-114). New York: Guilford
- Pretzer, T. 1991. Cognitive-behavioral approaches to the treatment of personality disorders. In c.perris & P.D McGorry. (Eds). *Cognitive psychotherapy of psychotic and personality disorders: Hand book of theory and practice*. New York: John wily & sons.
- Rafaeli, E., Bernstein, D.P. ve Young, J. E. (2013). *Şema terapi ayırıcı özellikler*. (Çev. M. Şaşıoğlu), İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Rafaeli, E., Maurer, O., Lazarus, G ve Thoma, N. C. (2016). *The self in schema therapy*.
- Rahimian, S. ve Ghaffary, T. (2014). Schema Therapy as a Treatment For Chronic Disorders. *Indian J. Sci. Res.* 4 (3): 437-446.
- Rapee, R. M., Abbott, M. J. ve Lyneham, H. J. (2006). Bibliotherapy for children with anxiety disorders using written materials for parents: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(3): 436- 444.

- Reavell, J., Hopkinson, M., Clarkesmith, D. ve Lane, D.A. (2018). Effectiveness of cognitive behavioral therapy for depression and anxiety in patients with cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis. *Psychosom Med*, 80:742-753.
- Renner, F., Arntz, A., Peeters, F.P., Lobbestael, J., Huibers, M.J. (2016). Schema therapy for chronic depression: results of a multiple single case series. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 51:66-73.
- Renner, F., Arntz, A., Leeuw, I. ve Huibers, M. (2013). Treatment for chronic depression using schema therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 20(2), 166-180.
- Renner, F., Arntz, A., Peeters, F., Lobbestael, J. ve Huibers, M. J. (2016). Schema therapy for chronic depression: Results of a multiple single case series. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 51, 66-73.
- Renner, F., DeRubeis, R. J., Arntz, A., Peeters, F., Lobbestael, J. ve Huibers, M. J. (2018). Exploring mechanisms of change in schema therapy for chronic depression. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 58, 97-105.
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A. ve Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 581-590.
- Riso, L. P., du Toit, P. L., Blandino, J. A., Penna, S., Dacey, S., Duin, J. S. ve Ulmer, C. S. (2003). Cognitive aspects of chronic depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 112(1), 72-80.
- Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., TuriniSantorelli, N., et al. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515-529
- Roediger, E. (2015). *Şema terapi nedir. Şema terapinin temellerine, modellerine ve uygulamalarına giriş* (1. Baskı) (S. Ataman, Çev.). Ankara: Nobel Yayınları.
- Rogers, C. R. (1995). *On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin Company
- Rubin, R. J. (1978). *Using bibliotherapy: A guide to theory and practice*. Phoenix, AZ: Oryz Press. <https://catalogue.nla.gov.au/Record/2421462> adresinden edinilmiştir.
- Rumelhart, D. E. (1984). *Schemata and the cognitive system*. In R. S. Wyer & T. K. Srull, Handbook of social cognition (pp. 161-188). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Rumelhart, D. E. ve Ortney, A. (1977). *The representation of knowledge in memory*. In R. C. Anderson, R. J. Spiro, & W. E. Montague (Eds.), Schooling and the acquisition of knowledge (pp. 99-135). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Saariaho, T. H., Saariaho, A., Karila, I. ve Joukamaa, M. (2009). The psychometric properties of the Finnish Young Schema Questionnaire in chronic pain patients and a non-clinical sample. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40(1), 158-168.

- Saito, A. (1996). Social origins of cognition: Bartlett, evolutionary perspective and embodied mind approach. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 26(4).
- Sakulsriprasert, C., Phukao, D., Kanjanawong, S. ve Meemon, N. (2016). The reliability and factor structure of Thai Young Schema Questionnaire-short form 3. *Asian Journal of Psychiatry*, 24, 85-90.
- Santacruz, I., Mendez, F. J. ve Sanchez-Meca, J. (2006). Play therapy applied by parents for children with darkness phobia: Comparison of two programmes. *Child & Family Behavior Therapy*, 28 (1): 19–35.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi: Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E. ve Telch, M. J. (1995). The Schema Questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19(3), 295-321.
- Schrank, F. A. & Engels, D. W. (1981). Bibliotherapy as a counseling adjunct: Research findings. *The Personnel and Guidance Journal*, 60, 143-147.
- Segal, Z. V. ve Swallow, S. R. (1994). Cognitive assessment of unipolar depression: Measuring products, processes and structures. *Behaviour Research and Therapy*, 32(1), 147-158.
- Seligman, Martin E.P. (2007a). *Gerçek mutluluk*. çev. Semra Kunt Akbaş, Ankara: HYB yayınları.
- Seligman, Martin E.P. (2007b). *Öğrenilmiş İyimserlik*. çev. Semra Kunt Akbaş, Ankara: HYB yayınları.
- Sempertegui, G. A., Karreman, A., Arntz, A. ve Bekker, M. H. J. (2013). Schema therapy for borderline personality disorder: A comprehensive review of its empirical foundations, effectiveness and implementation possibilities. *Clinical Psychology Review*, 33(3), 426-447.
- Seneca, L.A. (2019). *Gladyatörler kararını arenada verir*. (6. Baskı). İstanbul: Destek Yayınları.
- Seung-Chae, L. (2013). *The Effect of Bibliotherapy on the Happiness Index of University Students*. Korean Library and Information Science Society Pages, 287-308. Bu sonuçların müdahaleci ve önleyici etkileri tartışılmıştır.
- Shah R, Waller G (2000). Parental style and vulnerability to depression: the role of core beliefs. *J Nerv Ment Dis*, 188:19-25.
- Shah, R. ve Waller, G. (2000). Parental style and vulnerability to depression: The role of core beliefs. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(1), 19–25.
- Shechtman, Z., Nachshol, R. (1996). A school-based intervention to reduce aggressive behavior in maladjusted adolescents. *Journal Of Applied Developmental Psychology*, 17: 535–552.
- Shepherd, T. ve Iles, L. B. (1976). What is bibliotherapy?. *Language Arts*, 53(5), 569-571. https://www.jstor.org/stable/41404208?seq=1#metadata_info_tab_contents adresinden edinilmiştir.

- Sipahi, B. Yurtkoru, S. ve Çinko, M. (2008). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi* (2. Baskı) İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Smith, N. M., Floyd, M. R., Scogin, F., & Jamison, C. S. (1997). Three-year follow-up of bibliotherapy for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(2), 324-327
- Smoller, J. W., Craddock, N., Kendler, K., Lee, P. H., Neale, B. M., Nurnberger, J. I., ve Franke, B. (2013). Identification of risk loci with shared effects on five major psychiatric disorders: A genome-wide analysis. *The Lancet*, 381(9875), 1371-1379.
- Solberg, M.E., Olweus, D. (2003). Prevalence estimation of school bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggress Behav*, 29:239-268.
- 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.
- Stamps, L. S. (2003). *Bibliotherapy: how books can help students cope with concerns and conflicts*. The Delta Kappa Gamma Bulletin, Fall, 25-29.
- Starker, S. (1988). Psychologists and self-help books: Attitudes and prescriptive practices of clinicians. *American Journal of Psychotherapy*, 62(3), 448-455.
- Stewart PE ve Ames GP (2014). Using culturally affirming, thematically appropriate bibliotherapy to cope with trauma. *J Child Adoles Trauma*, 7:227-236.
- Stopa, L. ve Waters, A. (2005). The effect of mood on responses to the Young Schema Questionnaire: Short form. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78(1), 45-57.
- Sturm, B. W. (2003). Reader's advisory and bibliotherapy: Helping or healing? *Journal of Educational Media & Library Sciences*, 41(2), 171-179.
- Sullivan, A. K. ve Strang, H. R. (2002). Bibliotherapy in the classroom using literature to promote the development of emotional intelligence, *Childhood Education*, 79(2), 74-80.
- Sullivan, A. K., Strang, H. R. (2003). Bibliotherapy in the classroom: Using literature to promote the development of emotional intelligence. *Childhood Education*, 79(2), 74-80.
- Şahin, N. H. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-126.
- Şahin, N. H. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*. 7(23), 3-13.
- Tamar, M. ve Özbaran, B. (2004). Çocuk ve ergenlerde depresyon. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, Ek 2: 84-92.
- Tanhan, F. , Kasap, S. , Muahmed, H. İ. & Ünsal, F. (2021). Teacher Tolerance Scale: Validity and Reliability Study. *Siirt Eğitim Dergisi*, 1 (2) , 30-48 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/sedder/issue/67464/1039950>
- Tanhan, F., Kasap, S., Hasan, F. & Ünsal, F. (2022). Development of Teacher Empathy Scale: A Study of Validity and Reliability. *Humanistic Perspective*, 4 (3), 493-511. DOI: 10.47793/hp.1049794

- Taşçı, K. D. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile depresyon ilişkisinin açıklanmasında ontolojik iyi oluş değişkeninin aracı rolü: Bir yol analizi Çalışması*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Tuğlacı, P. (1974). *Okyanus Türkçe sözlük*. İstanbul: Pars.
- Tuzgöl Dost, M. (2005). Öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 103-110.
- Unoka, Z. S., Fogd, D., Seres, I., Kéri, S. ve Csukly, G. (2015). Early maladaptive schema-related impairment and co-occurring current major depressive episode-related enhancement of mental state decoding ability in borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 29(2), 145-162.
- Ünal, A. Ö. ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(3), 46-63.
- Ünsal, F. (2021). Kişilik Özellikleri ve Yabancı Dil Öğrenimi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (2), 332-357. DOI: 10.33711/yyuefd.1029038
- Ünsal, F., & Hastunç, Y. (2021). Features in Foreign Language Learning Processes; Motivation and Personality. *Diyalektolog*, (28).
- Veenhoven, R. (1997). *Advances in understanding happiness*, Published in French in Revue Québécoise de Psychologie, 18.
- Veenhoven, R. (2006). How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories. *USA: Paper presented at conference on 'New Directions in the Study of Happiness: United States and International Perspectives*.
- Wang, C. E. A., Halvorsen, M., Eisemann, M. ve Waterloo, K. (2010). Stability of dysfunctional attitudes and early maladaptive schemas: A 9-year follow-up study of clinically depressed subjects. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(4), 389-396.
- Warner, M. S. (2009). Defense or actualization? Reconsidering the role of processing, self and agency within Rogers' theory of personality. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 8(2), 109-126.
- Welburn, K. R., Coristine, M., Dagg, P., Pontefract, A., ve Jordan, S. (2002). The schema questionnaire-short form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 519-530.
- Williams, C. and Martinez, R. (2008). Increasing access to CBT: Stepped care and CBT self-help models in practice. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 36, 675-683.
- Wilson, S. ve Thornton, S. (2007/2008). The factor that makes us more effective teachers: Two pre-service primary teachers' experience of bibliotherapy. *Math Teach Educ Dev*, 9:21-35.
- Witty, M. C. (2007). *Client-centered therapy*. In Handbook of Homework Assignments in Psychotherapy, 35-50, Springer US.
- Wright J, Clum G, Roodman A ve Febbraro GA. (2000). A bibliotherapy approach to relaps prevention in individuals with panic attacks. *J Anxiety Disord*, 14:483-499.

- Yalçın, S.B., Ak, M., Kavaklı, M ve Kesici, Ş. (2018). Mutluluğun önündeki engel: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7(1):7-13
- Yıldız, M. (2019). *Bilişsel davranışçı terapi ve şema terapi yaklaşımıyla ruh sağlığı koruma önleme ve psikoterapi kılavuzu*. Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema focused approach*. Sarasota, Professional Resource Press.
- Young, J.E, Klosko, J.S. ve Weishaar, E.M. (2017). *Şema terapi* (Çev. T.V. Soylu), İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Young JE, Klosko J.S. (2019). *Hayatı yeniden keşfedin* (Çev. S. Kohen ve D. Güler), İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota: Professional Resource Exchange.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Rev. Professional Resource Press/ Professional Resource Exchange. Sarasota, FL.
- Young, J. E. ve Gluhoski, V. L. (1996). *Schema-focused diagnosis for personality disorders*. In F. E. Kaslow (Ed.), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. 300-321). New York: Wiley.
- Young, J. E. ve Klosko, J. & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner guide*. New York. Guilford.
- Young, J. E. ve Mattila, D. E. (2006). Schema-focused therapy for depression. In M. A. Reinecke, & M. R. Davison (Eds.), *Depression: A practitioner's guide to comparative treatments* (pp. 291-316). New York: Springer.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.
- Yörük, S., Türkmen, H., Yılmaz, H. ve Nebioğlu, M., (2016), "Gebelikte Yas, Kayıp ve Ebelik", *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(3): 207-212.
- Yuan, S., Zhou, X., Zhang, Y., Zhang, H., Pu, J. ve Yang, L. (2018). Comparative efficacy and acceptability of bibliotherapy for depression and anxiety disorders in children and adolescents: A meta-analysis of randomized clinical trials. *Neuropsychiatr Dis Treat*, 14:353-365.
- Yusuf, R. ve Taharem, M. S. (2008). Bibliotherapy: A tool for primary prevention program with children and adolescents. *Journal Antidadah Malaysia*, 75-90.
- Zaccaria, J. ve Moses, H. (1968). *Facilitating human development through reading: The use of bibliotherapy in teaching and counseling*. Champaign IL: Stipes. <https://www.jstor.org/stable/pdf/400112>.

Dr. Zafer KORKMAZ

Dr. Zafer KORKMAZ, lisans eğitimini Ankarada Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesinde tamamlayıp, yüksek lisans ve doktorasını Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında yapmıştır. Millî Eğitim Bakanlığına bağlı farklı okul türlerinde ve kurumlarda okul psikolojik danışmanlığı ve yöneticilik yapmış olan Dr. Zafer KORKMAZ, Eğitim Bilimleri, Psikoloji, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında hâlen çalışmalarını sürdürmektedir.