

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR İLE ROMANTİK İLİŐKI
VE PARTNER ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİDE MÜKEMMELİYETÇİLİK VE BELİRSİZLİŐE
TAHAMMÜLSÜZLÜŐÜN ARACI ROLÜ**

HAZIRLAYAN

BELİZ TOROSLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA - 2020

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR İLE ROMANTİK İLİŞKİ
VE PARTNER ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİDE MÜKEMMELİYETÇİLİK VE BELİRSİZLİĞE
TAHAMMÜLSÜZLÜĞÜN ARACI ROLÜ**

HAZIRLAYAN

BELİZ TOROSLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI

DOÇ. DR. OKAN CEM ÇIRAKOĞLU

ANKARA – 2020

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 09/06/2020

Öğrencinin Adı, Soyadı: Beliz Toroslu

Öğrencinin Numarası: 21810025

Anabilim Dalı: Psikoloji

Programı: Klinik Psikoloji Tezli YL

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu

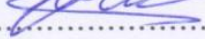
Tez Başlığı: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 99 sayfalık kısmına ilişkin, 08/06/2020 tarihinde tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 16'dır.

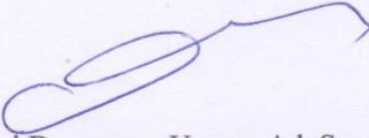
Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimededen daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

"Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını" inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası: 

Onay
09/06/2020


Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad,
Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu

TEŞEKKÜR

Hem yüksek lisans eğitimim boyunca hem de tez sürecinde değerli bilgi ve tecrübelerini aktaran, kendimi geliştirmemi destekleyen değerli hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu'na bu yolda bana katkıları için çok teşekkür ederim.

Tez jürime katılan Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün'e ve Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven'e bana zaman ayırdıkları ve değerli geribildirimleriyle tezimi geliştirmeme katkı sağladıkları tekrar çok teşekkür ederim. Bu süreçte birçok konuda desteğini ve yardımlarını esirgemeyen; ihtiyacım olduğunda kapısının bana her daim açık olduğunu hissettiren değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven'e ayrıca da çok teşekkür ederim.

Klinik psikolog olma yolunda bana hem mesleki hem de akademik olarak deneyimleri ve bilgileriyle beni geliştiren çok sevgili hocalarım ve süpervizörlerim Dr. Klinik Psikolog Dilay Eldoğan Eken'e ve Dr. Klinik Psikolog Muazzez Merve Yüksel'e içten teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans eğitimim boyunca bana kattıkları her şey için tüm hocalarıma ve Başkent Psikoloji ailesine çok teşekkür ederim.

Veri toplama sürecimde bana yardımcı olan tüm aileme ve arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Bu süreçte zorluklar ve aksiliklerle karşılaşsak da her konuda birbirimize destek olduğumuz Didem Kaya Demir'e, Ayça Güzey'e, Ezgi Çiftçi'ye ve yüksek lisans eğitimini keyifli kılan canım dönem arkadaşlarıma tümüne çok teşekkür ederim. İyi ki sizlerle karşılaştık.

Kendi yaşadığı zorlu sürece rağmen her zaman beni dinleyen ve destek olan canım arkadaşım Ecem Yazıcı'ya; sıkıntılarımı ve mutluluklarımı paylaştığımız diğer tüm arkadaşlarıma çok çok teşekkür ederim.

Yıllardır her türlü zorlukta ve mutlulukta benimle birlikte olan; umutsuzluğa düştüğümde beni motive eden ve neşelendirmek için elinden gelen her şeyi yapan; beni hep sabır ve sevgiyle dinleyen, destek olan, hep yanımda olduğunu hissettiren canım sevgilim Tolga Civelek'e çok teşekkür ederim. İyi ki hayatımdasın.

En çok da tüm hayatım boyunca beni maddi-manevi her anlamda destekleyen canım babam Şuayip Toroslu ve canım annem Aytaç Toroslu'ya teşekkür ederim. Hayatım boyunca

yaptığınız fedakârlıklarınız, anlayışınız, sevginiz, destekleriniz ve emekleriniz için size ne kadar teşekkür etsem az. Her zaman yanımda olduğunuzu hissetmek benim için çok kıymetli. Sizleri çok seviyorum, iyi ki varsınız.

ÖZET

TOROSLU, Beliz. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide, Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü. Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı. Ankara, 2020.

Mevcut çalışmanın amaçları, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şema alanları arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolünü incelemek; hangi şema alanlarının doğrudan ilişki ve partner odaklı belirtileri yordadığını incelemektir. Araştırmanın örneklemini çalışmaya katıldığı zamanda süregelen bir romantik ilişki içinde olan ve herhangi bir psikolojik/psikiyatrik tanısı olmayan 18-58 yaş aralığındaki 290 bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri; Demografik Bilgi Formu, Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form, Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği, Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda, araştırmadaki temel değişkenler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. İlişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumu ve düzeyini inceleyen model sonuçlarında, tüm şema alanlarındaki artışın, sadece belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla ilişki odaklı belirtileri arttırdığı görülmüştür. Diğer yönelimlilik ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının doğrudan ilişki odaklı belirtileri yordamadığı, sadece zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri doğrudan yordayabildiği tespit edilmiştir. Partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumu ve artışını inceleyen model sonuçlarında ise tüm şema alanlarındaki artışın, hem belirsizliğe tahammülsüzlük (zedelenmiş otonomi hariç) hem de mükemmeliyetçilik aracılığıyla partner odaklı belirtileri arttırdığı görülmüştür. Diğer yönelimlilik ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının doğrudan partner odaklı belirtileri yordamadığı, sadece zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri doğrudan yordayabildiği tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler, Erken dönem uyum bozucu şema alanları, Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe tahammülsüzlük

ABSTRACT

TOROSLU, Beliz. The Mediating Role of Perfectionism and Intolerance of Uncertainty In The Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Relationship and Partner Related Obsessive-Compulsive Symptoms. Başkent University, Institute of Social Sciences, Master Program of Clinical Psychology with Thesis. Ankara, 2020.

The aim of the current study is to examine the mediating role of perfectionism and intolerance of uncertainty in the relationship between relationship and partner related obsessive-compulsive symptoms and early maladaptive schema domains. Also, to examine which schema domains predict relationship and partner related obsessive-compulsive symptoms. The sample of the study consists of 290 individuals between the ages of 18-58; who have an ongoing romantic relationship during data collection and do not have any psychological/psychiatric diagnosis. The data was collected through Demographic Information Form, Obsessive-Compulsive Inventory – Revised Form, Relationship Obsessive-Compulsive Inventory, Partner-Related Obsessive-Compulsive Symptom Inventory, Intolerance of Uncertainty Scale, Frost Multidimensional Perfectionism Scale and Young Schema Questionnaire Short Form 3. After the statistical analyses, it was found that there were positive and significant relationships between the main variables in the research. The results of the model analysis examining the factors related to formation and level of relationship related obsessive-compulsive symptoms showed that, all schema domains predicted increases in relationship related obsessive-compulsive symptoms through the mediation of intolerance of uncertainty. It was seen that other directedness and impaired limits schema domains did not have a direct effect on relationship related obsessive-compulsive symptoms; only impaired autonomy, disconnection and unrelenting standards schema domains had a direct effect on relationship related obsessive-compulsive symptoms. The results of the model analysis examining the factors related to formation and level of partner related obsessive-compulsive symptoms showed that all schema domains predicted increases in partner related obsessive-compulsive symptoms through the mediation of intolerance of uncertainty (except for impaired autonomy) and perfectionism. It was seen that other directedness and impaired limits schema domains did not have a direct effect on partner related obsessive-compulsive symptoms; only impaired autonomy, disconnection and unrelenting

standards schema domains had a direct effect on partner related obsessive-compulsive symptoms. Findings of the current study were discussed in light of the relevant literature.

Keywords: Relationship and partner related obsessive-compulsive symptoms, Early maladaptive schema domains, Perfectionism, Intolerance of uncertainty

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET	iii
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
1.BÖLÜM	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler	2
1.1.1. Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin özellikleri	4
1.1.2. Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin etkileri.....	5
1.2. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Birbiriyle İlişkisi.....	7
1.3. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Gelişimi ve Sürmesinde Rol Oynayan Faktörler	8
1.3.1. Obsesif-kompulsif bozukluğun bilişsel modelleri	9
1.3.2. Obsesif-kompulsif bozukluğun bilişsel modellerinin romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisi	11
1.4. Mükemmeliyetçilik	12
1.4.1. Mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif bozukluk.....	13
1.4.2. Mükemmeliyetçilik ile ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisi.....	15

1.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük	16
1.5.1. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve obsesif kompulsif bozukluk	17
1.5.2. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki ve partner odaklı obsesif- kompulsif belirtilerin ilişkisi.....	18
1.6. Şema Terapi Modeli ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	19
1.6.1. Erken dönem uyum bozucu şemaların özellikleri	20
1.6.2. Erken dönem uyum bozucu şemaların temeli.....	20
1.6.3. Şema alanları ve erken dönem uyum bozucu şemalar	22
1.6.4. Erken dönem uyum bozucu şemalar ve psikopatoloji ilişkisi.....	26
1.7. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk İlişkisi.....	26
1.8. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük	28
1.9. Araştırmanın Önemi	29
1.10. Araştırmanın Amaçları ve Hipotezleri	31
2.BÖLÜM	33
YÖNTEM	33
2.1. Örneklem	33
2.2. Veri Toplama Araçları	34
2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu.....	34
2.2.2. Demografik bilgi formu.....	34
2.2.3. Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form (OKE-GGF)..	35
2.2.4. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)	36
2.2.5. Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği (PİOKBÖ).....	37
2.2.6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ)	38
2.2.7. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ).....	39

2.2.8. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSO-KF3)	40
2.3. İşlem	41
3. BÖLÜM	43
BULGULAR	43
3.1. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Bulguları	43
3.2. Çalışmadaki Ana Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar	45
3.3. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü	49
3.3.1. Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	50
3.3.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolünün Analiz Bulguları	59
3.4. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Üzerinde Direkt Etkisi Olan Şema Alanları ile Regresyon Analizi Bulguları	70
4.BÖLÜM	73
TARTIŞMA.....	73
4.1. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Bulgularının Tartışılması	73
4.2. Çalışmadaki Ana Değişkenlere İlişkin Korelasyon Bulgularının Tartışılması.....	75
4.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolüne İlişkin Model Analizi Bulgularının Tartışılması.....	78

4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolüne İlişkin Model Analizi Bulgularının Tartışılması.....	84
4.5. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Üzerinde Direkt Etkisi Olan Şema Alanları ile Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması.....	90
4.6. Araştırmanın Klinik Yansımaları	91
4.7. Araştırmanın Önemi, Sınırlılıkları ve Öneriler	92
SONUÇ	96
KAYNAKLAR	97

EKLER

EK 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

EK 2: Demografik Bilgi Formu

EK 3: Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form

EK 4: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği

EK 5: Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği

EK 6: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

EK 7: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

EK 8: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

TABLolar LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri.....	33
Tablo 2. İlişki ve partner odaklı belirtilerde cinsiyet için t-test sonuçları.....	44
Tablo 3. İlişki ve partner odaklı belirtilerde medeni durum için t-test sonuçları.....	45
Tablo 4. Değişkenler arası korelasyonlar.....	48
Tablo 5. Model analizi sonucu aracılıkların özeti.....	69
Tablo 6. İlişki odaklı belirtileri yordayan şema alanlarına ilişkin aşamalı regresyon analizi.....	71
Tablo 7. Partner odaklı belirtileri yordayan şema alanlarına ilişkin aşamalı regresyon analizi.....	72

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 1. Bireyin erken dönem uyum bozucu şema alanları, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin arasında bağlantıya ilişkin kurulan model.....	31
Şekil 2. Zedelenmiş otonomi şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	51
Şekil 3. Kopukluk şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	53
Şekil 4. Yüksek standartlar şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	55
Şekil 5. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	57
Şekil 6. Diğeri yönelimlilik şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	59
Şekil 7. Zedelenmiş otonomi şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	61
Şekil 8. Kopukluk şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	63
Şekil 9. Yüksek standartlar şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	65

Şekil 10. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	66
Şekil 11. Diğer yönelimlilik şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.....	68

1.BÖLÜM

GİRİŞ

Genel olarak Obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), kişi tarafından istenmeyen, rahatsız edici, girici düşünceler, dürtüler, fikirler veya görüntülerden (obsesyon) ve bu obsesyonların yarattığı kaygıyı azaltmak amacıyla gerçekleştirilen, kişinin kendini yapmak zorunda hissettiği tekrarlayıcı davranışlar/ritüellerden (kompulsiyon) oluşan bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 2013). OKB'li bireylerdeki kadar sık ve şiddetli olmasa da bu girici düşünce/görüntü/imgelerin aslında klinik olmayan örneklemelerde de görülmekte ve kişileri rahatsız etmektedir (Clark ve Purton, 1993; Rachman ve deSilva, 1978). OKB'nin görünümüne bakıldığında çeşitli obsesyon ve kompulsyonlardan oluşan oldukça heterojen ve karmaşık bir bozukluk olduğu görülmektedir (Abramowitz, McKay ve Taylor, 2011). Bu obsesyonların içeriğine bakıldığında simetri/düzen, kirlenme/bulaşma, kendine ve başkalarına zarar verme, cinsellik, din, şüphecilik gibi çeşitli temalar içermektedir (Abramowitz, McKay ve Taylor, 2011). Kişilerin yaşadığı bu obsesyonların yarattığı kaygı azaltmak veya ortadan kaldırmak amacıyla çeşitli açık ve örtük kompulsiyonlar gerçekleştirmektedirler (Rachman, 1998; Salkovskis, 1985). Bu kompulsiyonlar kontrol etme, yıkanma-temizlenme gibi çeşitli ritüeller ve tekrarlayıcı davranışlardan oluşabildiği gibi; kişinin zihninde belirli kelimeleri/sayıları tekrar tekrar sürdürmesi gibi zihinsel etkisizleştirme (nötralizasyon) de görülebilmektedir (Abramowitz ve ark., 2011). OKB'nin farklı görünümünün benzer etkenlerle ilişkili olduğu görülebildiği gibi benzer belirtilerin de farklı etkenlerle ilişkili olabildiği belirtilmiştir (Abramowitz, 2006). Bunun yanı sıra, kişide belirli bir obsesyon ve kompulsiyon çeşidi görülebildiği gibi birkaç obsesyon ve kompulsiyon çeşidinin de bir arada görülebilmektedir (Abramowitz ve ark., 2011).

Son yıllarda çalışılmaya başlanan; Doron, Derby, Szepsenwol ve Talmor (2012a, 2012b) tarafından yapılan çalışmalarda romantik ilişki ve partner temalı obsesif-kompulsif belirtilerin, OKB'nin bir başka semptom içeriği olabileceği düşünülmektedir. İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin incelenmesine ilişkin yapılan çalışmalarda, bu belirtilerin oluşumu ve devam etmesinde rol oynayan çeşitli faktörler bulunmuştur. Obsesif-kompulsif

belirtilerde rol oynadığı düşünölen çeşitli bilişsel faktörlerin; ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle de ilişkili olduğu; bunun yanı sıra bağlanma ve ailesel faktörler gibi çeşitli erken dönem yaşantıların da ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumunda ve devam etmesinde rol oynadığı belirtilmektedir (Doron ve ark., 2012a; 2012b; Doron, Derby ve Szepsenwol, 2014; Doron, Derby, Szepsenwol, Nahaloni ve Moulding, 2016).

Young, Klosko ve Weishaar (2003) tarafından ortaya koyulan Şema Terapi Kuramı, kişilerin erken dönem yaşantıları ve olumsuz deneyimleriyle oluşan şemaların (erken dönem uyum bozucu şemalar) kişinin kendisi, çevresi ve diğler insanlara ilişkin inanç ve tutumlarını şekillendirdiğini ve yetişkinlik dönemin de kişinin bilgi işleme süreçlerini etkilediğini ve çeşitli psikopatolojilerin oluşumuna zemin hazırladığını öne sürmektedir. Bu tez çalışması kapsamında ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile; OKB'nin yanı sıra ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumunda ve devam etmesinde önemli rol oynadığı düşünölen; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisinin şema terapi modeli çerçevesinden incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu bölümde ilk olarak ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler; özellikleri; etkileri ve birbiri ile ilişkileri açıklanmıştır. Sonraki bölümde ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin gelişimi ve devam etmesinde rol oynadığı düşünölen bilişsel faktörler, OKB ve ilişkisel obsesif-kompulsif belirtiler açısından incelenmiştir. Ardından bu bilişsel faktörlerden olan ve bu araştırmanın değışkenlerinden olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük kavramları, araştırma ile ilişkili alanyazın kapsamında açıklanmıştır. Bir sonraki bölümde ise Şema Terapi Kuramı, şemaların özellikleri, temelleri; şema alanları ve erken dönem uyum bozucu şemalar açıklanmıştır. Son olarak araştırmanın önemi, amaçları ve hipotezlerine yer verilmiştir.

1.1. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler

Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif belirtiler, yakın ilişkilerde görölebilen obsesif kompulsif belirtiler olarak tanımlanmaktadır (Doron ve ark., 2012a, 2012b). Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b) klinik gözlemlerine ve araştırmalara dayanarak, yakın ilişkilerde görölebilen bu obsesif kompulsif belirtileri, ilişki odaklı ve partner odaklı belirtiler olmak üzere iki ana grupta incelemektedir.

Doron ve arkadaşlarına (2012a) göre romantik ilişki odaklı obsesyonlar kişinin partnerine karşı duyguları; ilişkisine karşı duyguları ve partnerinin kendisine karşı duyguları ile ilgili aşırı zihinsel meşguliyet ve şüphelerden oluşmaktadır. Bu obsesyonlar ilişki deneyimi, partnerin ve kişinin duyguları ile ilgili düşünceler ve şüpheler olabileceği gibi imgeler veya ayrılma isteği gibi dürtüler şeklinde de olabilmektedir. Bu obsesif düşünce/imge/dürtülerinin yarattığı rahatsızlığı azaltmak amacıyla kişilerde güvence arama, kontrol etme davranışları, karşılaştırma gibi çeşitli kompulsiyonları ve/veya obsesyonları zihinsel birtakım etkisizleştirme çabaları (nötralizasyon) da oluşabilmektedir. Örneğin, kişinin zihnine sürekli partnerinin kendisini terk edeceği ile ilgili düşünceler girdiğinde, partnerinin kendisini sevip sevmediğini partnerine sorabilir ve partneri sevdiğini söylese bile kişi ikna olamamaktadır. Kişi bu şüphe ve düşüncelerinden dolayı sürekli partnerinin kendisiyle ve diğer insanlarla ne kadar süre vakit geçiriyor/konuşuyor, vb. karşılaştırmalar yapabilir. Bunun yanı sıra, kişi partneri ve ilişkisi ile ilgili duygularından da şüphe duyabilir. Örneğin, ilişkisi için 'Benim için doğru ilişki mi?' şeklinde zihinsel meşguliyeti olan bir kişi ilişkisinin doğru olup olmadığına yönelik diğer ilişkilerle veya eski ilişkileriyle kendi ilişkisini karşılaştırabileceği gibi ilişkisi olan diğer insanlara ilişkilerinden ve duygularından nasıl emin olduklarını sorup kendi de bunları kontrol edebilir.

Romantik ilişki temalı obsesyon ve kompulsyonların yanı sıra gözlemlenen bir diğer belirti grubu ise partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlardır. Doron ve arkadaşları (2012b) bu obsesyonları, kişinin partnerinde algıladığı kusurlara yönelik aşırı zihinsel meşguliyet ve şüpheler tanımlamaktadır. Partnerde algılanan kusurların, partnerin fiziksel görünüşü; sosyal becerileri; mesleki yetkinliği (başarı); ahlaki; zeka ve duygusal stabillik düzeyi olmak üzere altı alt boyuttan oluştuğunu belirtmektedirler. Bu obsesyonların yarattığı rahatsızlığı azaltılması için yine kontrol etme, onay arama, nötralizasyon gibi kompulsiyonlar oluşabilmektedir. Partnerinin ahlak düzeyi ile ilgili obsesif düşünceler yaşayan bir kişi, partnerini test edecek sorular sorabilir. Partnerinin sosyal becerileri ile ilgili şüpheler yaşayan biri partnerini sürekli farklı ortamlara sokup, partnerini diğer insanlarla karşılaştırabilir. Partnerinin çekici olmadığını düşünen bir kişi, sürekli zihninde partnerinin olumlu ve çekici olduğu yanları tekrar tekrar canlandırabilir.

1.1.1. Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin özellikleri

Aslında bakıldığında, ilişkilerin ilk başlarında ve/veya ilişkide yaşanan çatışmalar ve çatışmaların sürdüğü durumlarda bireyin ilişkiye ve partnerine karmaşık duygularının ve tutumlarının oluşması; ilişkiden ve/veya partnerden şüphe duymak olağan ve herkeste görülebilen bir durum olarak kabul edilmektedir (Brickman, 1987). Bu nedenle yukarıda bahsedilen ilişki ve partner temalı düşünceler olağan gözükebilir. Fakat, bu ilişki ve partner temalı obsesyonları olağan şüphelerden ve endişelerden ayıran önemli noktalar vardır (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2014). Öncelikle bu düşünce/imge/dürtüler giricidirler. Yani bir anda kişinin zihnine girer, kişi tarafından istenmez ve kabul edilemezlerdir. Bu girici düşünceler genellikle kişinin ilişki deneyimiyle veya kişinin bireysel ahlak ve değerleriyle uyumsuzdur (ego-distonik) (Doron ve ark., 2014). Örneğin, kişi ilişkisinden memnun olmasına ve partnerinin onu sevdiğini aslında bilmesine rağmen 'Acaba beni gerçekten seviyor mu?' düşüncesini zihninden atamayabilir. İnsanların dış görünüşünün ilişkide önemli olmadığını düşünen biri partnerinin yeterince çekici veya güzel/yakışıklı olmaması ile ilgili şiddetli düşünceler yaşayabilir. Bu nedenle, kişi bunun abartılı olduğunu düşünse bile obsesyonlar kişiyi rahatsız eder, kaygı uyandırır, kişinin suçluluk, utanç gibi duygular oluşmasına neden olabilir (Doron ve ark., 2012a; Doron ve ark., 2014). Bu rahatsızlığı ve kaygıyı azaltmak amacıyla kontrol etme, onay arama, karşılaştırma yapma, zihinsel ritüeller, nötralizasyon gibi kişinin kendisini yapmaktan alıkoyamadığı tekrarlayıcı kompulsiyonlar gelişebilmektedir (Doron ve ark., 2012a; Doron ve ark., 2014).

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri diğer psikopatolojilerden ayıran belli özellikler mevcuttur (Doron ve ark., 2014). Vücut Dismorfik Bozukluk'ta baskın olarak gözlenen özellik kişinin kendinde algıladığı kusurlarla uğraşmasıdır ve bu kusurlar kişinin fiziksel özellikleriyle sınırlıdır (American Psychiatric Association, 2013). Partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde ise kişi kendisine değil partnerinde algıladığı kusurlara yönelik zihinsel meşguliyet içerisindedir (Doron ve ark., 2012b; Doron ve ark., 2014). Buna ek olarak, kişinin zihinsel meşguliyetleri sadece partnerinin fiziksel özellikleri ile değil; partnerinin sosyal, mesleki, ahlaki ve becerisel özelliklerine yönelik kusurları da içermektedir (Doron ve ark., 2012b; Doron ve ark., 2014). Endişeler ile farkı düşünüldüğünde, endişeler genellikle sözel ifadelerden oluşup, gerçekleşmiş olayların olabilecek sonuçları veya gerçekleşmemiş gelecek

olaylarla ilgilidir (Clark, 2004). Fakat, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler daha önce de belirtildiği gibi genelde zihinde bir anda belirir, gircidirler ve ego-distoniktirler. Kişi bu girici düşünce/görüntü/dürtülerin gerçekçiliğinin düşük olduğunu bilseler bile rahatsızlık verir ve kişilerde bunları etkisizleştirme (nötralizasyon) çabası görülebilmektedir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2014). İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile karıştırılabilecek bir diğer kavramın ise obsesif kıskançlık olabileceği düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014). Bu iki kavram ilişkide görülebilir; fakat obsesif kıskançlığı ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlardan ayıran özellik; obsesif kıskançlıkta görülebilen partnerin olası bir sadakatsizliği olabileceği şüphesi ve bunu kontrol etmeye, denetlemeye yönelik girişimler ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde baskın bir özellik olarak görülmemektedir (Doron ve ark., 2014).

1.1.2. Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin etkileri

Obsesif-kompulsif bozuklukta obsesyonlar ve kompulsiyonlar kişinin hayatını her açıdan etkileyebilmekte ve işlevsellikte kayıplara neden olabilmektedir (Abramowitz, Fabricant ve Jacoby, 2013; Abramowitz ve Siqueland, 2013). Kişinin yaşadığı obsesyonlar kişiyi rahatsız ettiği gibi kompulsiyonlar da kişinin zamanının büyük bir bölümü kaplayarak kişinin sosyal hayatında ve ilişkilerinde çeşitli sıkıntılara; mesleki sıkıntılara neden olabilir ve kişinin normal bir hayat sürdürmesini zorlaştırabilmektedir (Abramowitz, Fabricant ve Jacoby, 2013; Abramowitz ve Siqueland, 2013). Doron ve arkadaşlarına (2012a, 2012b) göre ilişki ve partner temalı obsesyon ve kompulsiyonların içeriği zaten ilişkinin kendisi, ilişkide deneyimlenen duygular ve yaşantılar, partnerle ilgili olduğu için kişilerin hayatında ciddi anlamda sıkıntıya yol açabilmektedir. Obsesyonlar ve bunlara bağlı geliştirilen kompulsiyonlar (örn., partnerin sosyal becerilerini diğer insanlarla karşılaştırma; partnere sürekli kendisini sevip sevmediğini sorma; eski ilişkilerle karşılaştırma) partnerde negatif tepkilere yol açabileceği gibi ilişkide de çatışmalara yol açabilmektedir. İlişkilerde bu çatışmaların çokluğunun ilişki doyumunun düşmesine neden olabildiği ve ilişkinin devamlılığını sarsabildiği görülmüştür (Amato, 2000). İlişki doyumu ile ilgili alanyazında yapılan çalışmalara bakıldığında daha fazla ilişki doyumu ve ilişkide daha az çatışma gibi olumlu deneyimlerin daha fazla olabilmesinde önemli bir rol oynayan ilişkiyi ve partneri idealleştirme (Barelds ve Dijkstra, 2011; Muray ve ark., 2011; Rusbult, Van Lange, Wildschut, Yovetich ve Verette, 2000); ilişki ve partner odaklı obsesif

kompulsif belirti düzeyi yüksek olan bireylerde obsesyonlardan dolayı sürdürmesi zor olabileceği için daha az ilişki doyumu yaşanabilmektedir. Doron ve arkadaşları (2012a) tarafından yapılan çalışmaya göre ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin ilişki memnuniyetsizliği ile oldukça ilişki olduğu görülmüştür. İlişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arttıkça ilişki doyumunun düştüğü görülmüştür. İlişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin, genel OKB belirtileri; bağlanma kaygısı; bağlanma kaçınması ve duygudurum belirtileri kontrol edildiğinde bile ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin ise, genel OKB belirtileri; bağlanma kaygısı; bağlanma kaçınması; duygudurum belirtileri ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri kontrol edildiğinde bile ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğu görülmüştür (Doron ve ark., 2012b).

Yapılan çalışmalar ve klinik gözlemler göz önüne alındığında, düşük ilişki doyumu ve ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasında iki yönlü bir etki olduğu düşünülmektedir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2014). Yapılan çalışmalar ve klinik gözlemler göz önüne alındığında, düşük ilişki doyumu ve ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında iki yönlü bir etki olduğu düşünülmektedir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2014). Yani başka faktörlere bağlı olarak düşebilen ilişki doyumu ilişki ve partner odaklı obsesyonları, şüpheleri arttırabildiği gibi ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonların da partnerde de olumsuz tepkilere yol açabildiği ve ilişki doyumunu düşürebildiği düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014). Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler, ilişkilerin yanı sıra, kişilerin iyilik haline de olumsuz yönde etkilemektedir (Doron ve ark., 2014). Doron ve arkadaşlarına (2014) göre ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlar yaşayan kişiler, bu belirtilerden dolayı kaygı ve şiddetli rahatsızlık; aşırı kendini eleştirme; suçluluk, utanç gibi deneyimler yaşayabilmekte ve kişilerin iyilik halini düşürebilmektedir. Kliniğe başvuran kişilerden, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi yüksek olan kişiler bu zihinsel meşguliyetin kendilerine rahatsızlık verdiğini, bu obsesyon ve kompulsiyonların zaman aldıklarını, işlevselliklerine zarar verdiğini ve partnerlerine çektirdiklerini düşündükleri gözlenmiştir. Bunun yanı sıra, Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b) tarafından yapılan çalışmalarda genel obsesif-kompulsif belirtiler, düşük öz-saygı, bağlanma kaygısı ve kaçınması kontrol edildiğinde bile romantik ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonların depresyonla ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde genel obsesif-

kompulsif belirtiler, düşük öz-saygı, bağlanma kaygısı, bağlanma kaçınması ve romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları kontrol edildiğinde bile; partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlar depresyon ile ilişki bulunmuştur. Yani partner odaklı semptomlar, ilişki odaklı semptomlara kıyasla depresyonla kuvvetli bir ilişki içindedir (Doron ve ark., 2014).

Romantik ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonların ne zaman başladığı tam olarak bilinmemekle birlikte, bu belirtilerden şikayetçi olan bireylerin şikayetlerinin erken erişkinlikte başladığı gözlemlenmiştir (Doron ve ark., 2014). Kliniğe başvuran bireylerden bazıları için bu belirtilerin romantik ilişki deneyimlerinin başından beri süre geldiği; bazıları için ise evlenmek, çocuk yapmak gibi ilişkideki önemli adımlar olabilen durumlarda da başlayabildiği veya bazı durumlarda semptomların ilişkinin bitmesiyle de başlayabildiği görülmüştür (Doron ve ark., 2014). İlişkiyi bitirdiği durumlarda kişi eski partnerinin tek gerçek kişi olduğunu ve 'o' kişiyi kaybettiğini düşünebilir, pişmanlık duyguları yaşayabilir, bu sıkıntıları azaltmak için ayrılık sebeplerinin tekrar tekrar zihninden geçirebilir. Bunun dışında, kişinin önceki ilişkilerinde yaşadığı ilişki ve/veya partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlardan dolayı tekrar aynı sıkıntılar olursa diye yeni ilişkilerden uzak durma da görülebilmektedir (Doron ve ark., 2014). Bunlara ek olarak, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin sadece süregiden romantik ilişkiler içerisinde değil, eski veya olası romantik ilişkilere yönelik, kişinin çocuğu veya ebeveynleriyle olan ilişkisinde de görülebildiği; fakat en çok sıkıntı yaratabilen durumun süregiden romantik ilişkilerde yaşanması olduğu görülmektedir (Doron ve ark., 2013; Doron ve ark., 2014). İlişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyete veya ilişkinin süresi ile ilişkili olmadığı görülmüştür (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2013; Doron ve ark., 2014).

1.2. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Birbiriyle İlişkisi

Doron ve arkadaşları (2012b) klinik gözlemlerine göre, romantik ilişki odaklı ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonlardan gibi oluşan bu iki semptom grubu birbirleriyle de oldukça ilişkili olduğunu; partner odaklı ve ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonların birbirlerini karşılıklı olarak etkilediklerini öne sürmüştür. Yapılan çalışmada da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin ilerleyen zamanda ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonlarda artışı yordadığı görülmüştür. Bu ilişkide, kişinin partnerinde algıladığı kusurlara yönelik girici düşüncelerinin kişiyi ilişkisinin doğruluğu veya partnerine karşı duyguları ile ilgili şüpheler

oluşturup; zamanla bu şüphelerin artmasına ve içeriği gereği ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin de artmasına neden olabileceği düşünülmektedir. Bir başka şekilde, partnerine yönelik çeşitli kusurlar bulmak, kişinin ilişkisine ve/veya partnerine yönelik duygularından şüphe duymasını destekleyen gerekçeler haline gelebilir. Örneğin, kişi partnerinde bu kadar kusur buluyorsa bunun, bu ilişkinin doğru olmadığını bir göstergesi veya kişinin partnerini yeteri kadar sevmediğinin bir göstergesi olarak görebilir. Bu süreçle paralel bir şekilde, partner odaklı obsesyonlar yaşayan kişiler, partnerlerini kompulsif şekilde diğer olası partnerlerle veya çevresindeki diğer ilişkilerle kıyasladıklarını belirtmektedir.

Aynı şekilde, kişilerin ilişkilerinin doğruluğu, partnerinin/kendisinin duyguları ile ilgili yaşadığı obsesif şüpheler (ilişki odaklı obsesyonlar); kişinin yaşadığı bu girici düşünceleri denetlemek, doğruluğu ve yanlışlığı ile ilgili kanıtlar bulmak amacıyla partnerinde algıladığı kusurlara odaklanmasına; bunun da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceği gözlemlenmiştir (Doron ve ark., 2014). Doron ve arkadaşları (2014) makalelerinde; devam etmekte olan bir çalışmada, çiftlerden birindeki ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin 4 haftalık bir süreçte diğer partnerdeki ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri yordadığını belirtmiştir. Yani ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif semptomların ilişkide diğer partnere de geçebildiği görülmüştür. Bu sonuçlar düşünüldüğünde, kişinin, partnerinin onu sevip sevmediğine veya ilişkisinin doğruluğuna ilişkin şüpheleri doğrultusunda yapabileceği kontrol davranışlarının (örn., sürekli beni seviyor musun diye sormak, onay aramak) karşı tarafın da bunları sorgulamasına neden olabileceği; benzer şekilde kişinin partnerini diğer insanlarla karşılaştırma davranışlarının, partnerde ilişkiye yönelik şüphelerin olmasına sebep olabileceği düşünülmektedir.

1.3. Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Gelişimi ve Sürmesinde Rol Oynayan Faktörler

Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerinin gelişimde çeşitli faktörlerin rol oynadığı düşünülmektedir. İşlevsel olmayan inançlar ve OKB ile ilişkili inançlar gibi bilişsel yatkinlıklar; bağlanma sorunları gibi erken dönem yaşantılar; kişisel; sosyal ve ailesel faktörlerin romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişiminde ve sürdürülmesinde önemli rol oynadığı düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014).

1.3.1. Obsesif-kompulsif bozukluğun bilişsel modelleri

OKB'nin daha iyi anlaşılabilmesi için birçok araştırmacı obsesyonların ve kompulsiyonların oluşumunda rol oynayan bilişleri ve mekanizmaları açıklamaya yönelik bilişsel modeller öne sürmüştür (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985). OKB'yi açıklayan çeşitli bilişsel modelleri inceleyip, OKB'de rol oynayan ayırt edici düşünceler üzerinde ortak bir uzlaşmaya varılması amacıyla Obsesif Kompulsif Bilişleri Çalışma Grubu (1997) OKB ile ilgili alan yazındaki çalışmalarını gözden geçirerek; Obsesif kompulsif belirtilerde önemli rol oynadığı düşünülen altı inanç belirlenmiştir.

Bu inançlar, düşüncelerin aşırı önemsenmesi; abartılı sorumluluk inancı; abartılı tehdit algısı; düşüncüyü kontrol etmenin önemi; belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliktir. Bu obsesif inançlar birbirleriyle birlikte görülebileceği gibi birbirlerini de etkileyebilmektedir.

Bu abartılı sorumluluk inancında, girici düşünce/imge/dürtü kişinin zihninde belirlediği zaman, kişi eğer gerçekleşecek olan tehlikeli duruma herhangi bir etkisi varsa; bu olayın engellenmesinin kişinin kendi sorumluluğunda olduğuna yönelik bir değerlendirme yapılmaktadır (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985). Abartılı sorumluluk inancına yönelik model Salkovskis (1985, 1989) tarafından yapılmıştır. Salkovskis'e (1985, 1989) göre obsesyonların oluşumunda kişinin içsel/dışsal bir uyarıyı değerlendirirken, aşırı sorumluluk inancı kritik bir rol oynamaktadır. Kişi bu girici düşüncelerin kendisine veya başlarına karşı bir tehdit oluşturabileceğini düşünmekte ve bu düşüncelerde kendine aşırı sorumluluk yüklemektedir. Kişinin bu sorumluluk algısı ile ilgili tutumları; kişiyi bu girici düşünceleri kontrol altına alma veya bu girici düşüncelerin sebep olduğu kaygıyı azaltmak amacıyla açık (kompulsif davranışlar) ve/veya örtük (nötralizasyon, zihinsel ritüeller) birtakım tepkiler vermeye ittiğini belirtmektedir. Çünkü kişi bu girici düşüncelerin kendisine veya başlarına karşı bir tehdit oluşturabileceğini ve bu düşüncelerde kendine aşırı sorumluluk yüklemektedir.

Bir diğer inanç ise bireyin düşüncelerine aşırı önem yüklemesidir. Kişi girici düşünceleri için; eğer böyle düşünceler aklıma geliyorsa bu düşünce benim için önemlidir veya benim hakkımda bir şey ifade ediyor demektir gibi değerlendirmesidir (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group [OCCWG], 1997; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985, 1989). Düşüncelerin aşırı önemsenmesini temel alan Rachman'a (1998) göre obsesyonların

oluşmasındaki en önemli faktör; normal olarak herkesin zihninde belirebilecek olan girici düşüncelerin katastrofik olarak yorumlanmasıdır. Kişinin girici düşünceyi felaket veya korkunç bir şey olarak yorumlamasının obsesyonel düşünceleri oluşturabileceği ve bu obsesyonların sıklığı arttırdığını düşünmektedir. Kişiler bu obsesyonlardan ve bunların yarattığı kaygılardan kurtulmak için çeşitli birtakım kaçınma, tekrarlayıcı davranışlar veya nötralizasyon gibi kompulsif davranışlar sergilediğinde; kaygıları kısa süreli olarak azalsa da o girici düşüncenin kişi için önemi ve anlamı değişmedikçe bu obsesyonların tekrar tetiklenebileceğini savunmaktadır. Buna ek olarak, sadece sürekli bir şekilde bu istenmeyen düşüncelerin zihne girmesinin bile kişi tarafından o düşüncenin önemli olabileceği ile ilgili yanlış yorumlanabileceğini belirtmektedir.

Düşüncelerin aşırı önemsenmesi ile ilişkili olan ve OKB'de rol oynadığı düşünülen bir diğer kavram düşünce eylem kaynaşmasıdır (Rachman, 1993; Salkovskis, 1985). Düşünce eylem kaynaşmasının iki tipi olduğu belirtilmiştir. İlkinde kişi bir şeyi düşünüyor/imgeliyorsa bunları düşünmekle eyleme dönüşmesinin aynı olduğunu düşünmesidir (Ahlak). İkincisinde ise girici düşüncelerin zihinde oluşunun bu düşünülen şeylerin gerçekleşme ihtimalini arttırdığı inancıdır (Olabilirlik) (Shafran, Thordarson ve Rachman, 1996). Yapılan araştırmalara göre, bu inançların klinik olmayan örneklemde de gözlenebildiği görülmüştür (Rachman, Shafran, Mitchell, Trant ve Teachman, 1996).

OKB'de rol oynadığı düşünülen bir diğer biliş ise düşünceyi kontrol etmenin önemidir (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985, 1989). Burada kişi girici düşüncelerinin gerçekleşmemesi veya olası bir tehlikeden korunmak için o düşünceleri kontrol altında tutması gerektiğine inanmaktadır. Bu nedenle bireyler düşüncelerini aşırı denetleme eğilimi içinde olmaktadır. Fakat obsesyonları aşırı denetlemenin aslında düşüncelerin sıklığını arttırdığı gözlemlenmiştir (Clark ve Purdon, 1993).

Yapılan araştırmalara göre OKB'li bireylerde veya obsesif kompulsif belirtileri olan bireylerde abartılı bir tehdit algısı gözlemlenmiştir. Bireylerin olabilecek olumsuz olayların gerçekleşme ihtimalini ve olası sonuçlarını abartılı bir şekilde değerlendirme eğilimi içerisinde oldukları görülmüştür. (Freeston, Rhéaume ve Ladouceur, 1996; Salkovskis, 1985). Buna ek olarak bu eğilimde olan bireylerin kendilerini olası tehditler karşısında savunmasız/dayanaksız olarak algıladıklarını görülmüştür (Sookman, Pinar ve Engelsmann, 1997).

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve Mükemmeliyetçilik, OKB ile ilgili modellerde rol alan önemli özelliklerdir (Clark ve Purdon, 1993; OCCWG, 1997; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985, 1989). Belirsizliğe tahammülsüzlük OKB'de görülen bir özellik olduğu gibi diğer bozukluklarda da görülebilen bir özelliktir. Örneğin, belirsizliğe tahammülsüzlük obsesif-kompulsif kişilik bozukluğunda emin olma ve kesinlik ihtiyacı şeklinde görülebileceği gibi; bağımlı kişilik bozukluğunda ise belirli, kesin olma ihtiyacı ile ilişkili olarak karar vermede güçlük çekme ve karar vermede başkalarına bağlı olma (APA, 2013) şeklinde de görülebilmektedir (OCCWG, 1997).

Mükemmeliyetçilik ise OKB'de de önemli bir özellik olduğu gibi (Frost, Steketee, Cohn ve Griess, 1994; Frost ve Steketee, 1997; OCCWG, 1997); depresyon (Hewitt ve Flett, 1993), obsesif kompulsif kişilik bozukluğu gibi bozukluklarda da görülebilmektedir (APA, 2013).

Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b), Doron ve arkadaşları (2014) ve Melli ve arkadaşlarına (2018) göre de belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçi eğilimler ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin gelişimi ve devam etmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük kavramları, OKB ve ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile ilişkisi ayrıca anlatılacaktır.

1.3.2. Obsesif-kompulsif bozukluğun bilişsel modellerinin romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisi

Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b) tarafından yapılan çalışmada obsesyon ve kompülsiyonlarla ilişkili inançların, romantik ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompülsiyonlarla da ilişkili olduğu görülmüştür. Buradan yola çıkarak, obsesyon ve kompülsiyonlarla ilişkili inançların romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişmesinde de önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Bireyin düşüncelerin aşırı olmasına yönelik inancı, normalde herkesin aklına gelebilecek girici olumsuz düşüncelerin obsesyona dönüşmesine yol açabileceği düşünülmektedir. Partnerinin çekici olmadığına ilişkin düşünceler kişinin zihninde belirlediğinde bunun gelip geçici veya saçma, önemsiz bir düşünce olarak değerlendirmek yerine; böyle düşünceler aklımdan geçtiğime göre demek ki partnerimin çekici olmadığını düşünüyorum gibi; düşünceye bir anlam yüklediğinde obsesyona dönüşebilmektedir. Kişi böyle düşünmediği ile ilgili kendini rahatlatmak veya düşüncesinin

doğruluğuna yönelik onay aramak için zihninden tekrar tekrar partnerinin çekici özelliklerini geçirebileceği gibi (nötralizasyon) partnerinin çekiciliğini diğer insanlarla karşılaştırabilir (kompulsiyon). Bunun yanı sıra kişi partnerine karşı sevgisi ile ilgili şüpheler içeren düşünceler aklına geldiğinde, eğer bu düşünceler aklımdan geçiyorsa demek ki onu gerçekten sevmiyorum şeklinde yorumlayabilir. Abartılı tehdit algısına yönelik inançlar düşünüldüğünde; kişi partnerinde algıladığı kusurların (örn., partnerim hiç çalışkan değil hiç bir zaman ailemize destekleyemeyecek) veya ilişkiyi sonlandırmakla (örn., eğer ilişkiyi şimdi bitirmezsem hayatım boyunca mutsuz olacağım) ilgili düşüncelerin felaket bir sonuca yol açacağını düşünebilir. Bunun yanı sıra, kişi partnerini gerçekten sevmediği ile ilgili düşüncelerini kontrol edemezse ilişkinin bozulacağını ve/veya böyle düşündüğü için eğer ilişki bozulursa kendisi yüzünden olduğunu düşünebilir ve bu düşünceleri engellemek için bu düşünce kaybolana kadar çeşitli zihinsel aktivitelerde (nötralizasyon) bulunabilir.

1.4. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik kavramı birçok kuramcı tarafından çok boyutlu bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Hamachek, 1978; Hewitt ve Flett, 1991; Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Hamachek'e (1978) göre mükemmeliyetçilik, normal ve nevrotik mükemmeliyetçilik olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Normal mükemmeliyetçilikte kişilerin kendilerine yüksek standartlar belirlediğini fakat süreç içerisinde oluşabilecek hatalara karşı toleranslarının yüksek olduğunu; yani hatalar oluşsa bile bu kişilerin performanslarını başarılı olarak düşündüklerini; fakat nevrotik mükemmeliyetçilikte kişinin ufak hatalar karşısında kendilerine karşı eleştirel bir tutum içinde olduklarını, başarıya ihtiyacından çok başarısızlıktan kaçınmanın ön planda olduğunu belirtmektedir. Hewitt ve Flett (1991) ise mükemmeliyetçi düşüncelerin kime yöneltileceği veya kim tarafından yöneltileceğine yönelik bir kavramsallaştırma yapmaktadır. Mükemmeliyetçiliği, "kendi yönelimli"; "diğeri yönelimli" ve "sosyal olarak belirlenen" olmak üzere üç boyutlu bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Frost ve arkadaşları (1990) ise mükemmeliyetçiliği "hatalara aşırı dikkat"; "davranışlardan şüphe duyma"; "kişisel standartlar"; "ebeveyn eleştiriselliği"; "ebeveyn beklentisi" ve "organizasyon" olmak üzere beş boyutlu bir yapı olarak tanımlamakta ve bu kavramsallaştırmada mükemmeliyetçi düşünce ve değerlendirmeler ön planda bulunmaktadır.

Hatalara aşırı dikkat, kişinin en ufak bir hatayı bile başarısızlık olarak görmesi, başarısızlıktan korkması ve eğer başarısız olursa diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirilecek olması ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Mükemmeliyetçilikte sıkça görülen bir diğer özellik ise kişinin yaptığı işin veya performansının yeterince iyi olup olmadığı ile ilgili şüphelerle; ebeveyn eleştiriselliği ve beklentisi ise kişinin ailesinin, kendisine çok yüksek standartlar belirlediği ve kendisine karşı aşırı eleştirel yaklaştıkları algısı ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bunların yanı sıra; kişisel standartlar boyutu kişinin kendisine yüksek hedefler belirlemesi, organizasyon ise kişinin düzenliliğe ve organizasyona önem vermesi olarak tanımlanmaktadır. Organizasyon ve kişisel standartlar boyutunun aslında uyumlu mükemmeliyetçilik ile ilişkili olduğu (Frost ve ark., 1990; Frost ve DiBartolo, 2002) hatta yüksek standartların kişinin hayata daha olumlu bakması ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Blatt, D'Afflitti ve Quinlan, 1976). Hatalara aşırı dikkat, davranışlardan şüphe duyma, ebeveyn eleştiriselliği ve beklentisi ise uyumsuz mükemmeliyetçilik olarak da değerlendirilebileceği ve çeşitli psikopatolojilerle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Frost ve ark., 1990; Frost ve DiBartolo, 2002).

1.4.1. Mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif bozukluk

OKB ve mükemmeliyetçilik ilişkisini inceleyen birçok çalışmada mükemmeliyetçiliğin OKB ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Frost ve ark., 1994; Frost ve Steketee, 1997; Rasmussen ve Tsuang, 1986). OKB'li bireylerde mükemmeliyetçiliğin, kişinin çevresini kontrol etme ihtiyacı ve böylece de olumsuz sonuçlardan ve tehlikelerden kaçınma isteği ile olabileceği düşünülmektedir (Malinge, 1984; Salzman, 1979 akt. Frost ve DiBartolo, 2002). OKB'yi açıklamaya yönelik bilişsel kuramlarda ise "mükemmel bir çözüm olduğu inancı", "kesinlik ihtiyacı" ve mükemmeliyetçilik" bilişleri (Guidano ve Liotti, 1983); düşüncelerin kontrol edilmesi gerektiği ihtiyacı da (Freeston ve Ladouceur, 1997) OKB'li bireylerde gözlemlenen bilişsel değerlendirmelerden olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde OKB'de gözlemlenen "her şeyin mükemmel bir çözümü olduğuna" ilişkin inançlar, "bir şeyin mükemmel bir şekilde yapılabileceğine ve yapılması gerektiğine" yönelik inançlar ve "en ufak hatanın bile katastrofik sonuçlar doğurabileceğine" yönelik inançların mükemmeliyetçi eğilimlerle ilişki olduğu görülmüştür (OCCWG, 1997). Mükemmeliyetçi düşünce ve davranışlarla; istenmeyen bir başarısızlık, belirsizlik, felaket gibi olumsuz sonuçlardan kaçınma temaları; kişilerin hata

yapmaya karşı aşırı bir hassasiyeti olması OKB ve mükemmeliyetçiliği ilişkilendiren kuramlarda benzer bir tema olduğu; Frost ve arkadaşlarına (1990) göre uyumsuz mükemmeliyetçiliğin en önemli özelliklerinden biri olan hatalara karşı aşırı dikkat ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Klinik olmayan örnekleme yapılan çalışmalarda mükemmeliyetçi eğilimlerindeki artışın, OKB semptomlarında artış ile ilişkili olduğu (Frost ve ark., 1994); mükemmeliyetçi düşüncelerinin sıklığı ve kompulsif kontrol etme davranışları (Ferrari, 1995), yıkanma kompulsiyonları (Tallis, 1996) ve simetri/düzen ile ilgili obsesyonlarla (Leckman, Walker, Goodman, 1994) ilişkili olduğu bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalarda ise mükemmeliyetçiliğin boyutlarından olan hatalara karşı dikkat ve davranışlardan şüphe duymanın OKB belirtileri (Rheaume, Freeston, Dugas, Letarte ve Ladouceur, 1995) ve kompulsif biriktiricilik (Frost ve Gross, 1993) ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Frost ve Steketee (1997) çalışmasında OKB, panik bozukluk/agorafobi ve kontrol gruplarını karşılaştırdıklarında, OKB grubunun toplam mükemmeliyetçilik, hatalara karşı aşırı dikkat ve davranışlardan şüphe duyma alt boyutlarında kontrol grubundan daha yüksek puanlar aldığı ve panik bozukluk/agorafobi grubuyla davranışlardan şüphe duyma alt boyunda ayrıştığı bulunmuştur.

OKB hastalarında yapılan gözlem ve araştırmalar göz önüne alındığında, mükemmeliyetçi eğilimlerin gelişimsel sürecinin, kişinin ebeveynleri ile ilgili olabileceği; ebeveynlerin mükemmeliyetçiliğinin çocukta mükemmeliyetçi eğilimlere yol açabileceği ve çocukluktan gelişen bu mükemmeliyetçi eğilimlerin OKB'nin öncüllerinden biri (Rasmussen ve Eisen, 1989) olabileceği düşünülmektedir (Honjo, Hirano ve Murase, 1989; Lo, 1967; Rasmussen ve Tsuang, 1986). OKB'nin yanı sıra mükemmeliyetçiliğin depresyon (Hewitt ve Flett, 1993), ruminasyon artışı (DiBartolo, Frost, Dixon ve Almodovar, 2001), kaygı bozuklukları (Frost ve ark., 1990; Hewitt ve Flett, 1991; Frost ve Steketee, 1997) ve yeme bozuklukları (Bastiani, Rao, Weltzin ve Kaye, 1995) gibi çeşitli psikopatolojilerle de ilişkili olduğu gözlemlenmiştir.

1.4.2. Mükemmeliyetçilik ile ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisi

Daha önce bahsedilen diğer OKB ile ilişkili inançların yanı sıra mükemmeliyetçiliğin, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin gelişimi ve devam etmesinde oldukça önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014; Melli, Bulli, Doron ve Carraresi, 2018). Kişinin hatalara karşı aşırı hassas olması, ufak hataları bile başarısızlık olarak görmesi; kişinin ilişkisinde yaşayabileceği en ufak sıkıntılar karşısında bile kişide ilişkisinin yeteri kadar iyi olmadığı ile ilgili şüphelerin çoğalmasına neden olabileceği düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014). Bununla benzer şekilde kişi partneriyle birlikteyken mükemmel hissetmiyorsa, onun kendisi için "doğru" kişi olmadığını da düşünebilir. Partner odaklı obsesyonlar düşünüldüğünde, kişinin diğerlerine karşı mükemmeliyetçi tutumları, kişinin partnerinde algıladığı kusurlara yönelik aşırı bir zihinsel meşguliyet oluşturabileceği düşünülmektedir (Doron ve ark., 2014). Örneğin, kişi partnerinin yeterince zeki/becerikli/başarı olmadığını; kalçalarının çok büyük olduğunu veya boyunun çok kısa olduğunu düşünebilir. Kişinin bu düşünlerinden rahatsız olduğu ve kaygısını azaltmak için çeşitli kompulsiyonların gelişebileceği belirtilmiştir (Doron ve ark., 2014). Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b) tarafından, klinik olmayan örnekleme yapılan çalışmada ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçi bilişler arasında orta düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Benzer şekilde Melli, Carraresi ve Doron (2015) tarafından yapılan çalışmada da mükemmeliyetçilik ve OKB bilişleri, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkili bulunmuştur. Hatalara aşırı önem vermenin ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle daha ilişkili olduğu görülmüştür. Klinik örnekleme yapılan bir başka çalışmada ise hem OKB grubunda hem de ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif grubunda kontrol grubuna göre daha yüksek mükemmeliyetçilik düzeyi görülmüştür (Doron ve ark., 2016). Melli ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan çalışmada hatalara aşırı dikkat ve davranışlardan şüphe duyma alt boyutları; kişinin yanlış ilişkide olduğuna dair inançlarının ve yalnız kalma inançlarının, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordadığı görülmüştür. İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyinin, organizasyon alt boyutu dışındaki bütün mükemmeliyetçilik alt boyutlarıyla orta düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Hatalara aşırı dikkat ve davranışlardan şüphe duyma alt boyutlarının, diğer değişkenler kontrol edildiğinde

bile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordadığı bulunmuştur. Partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde ise bu ilişkiler daha düşük düzeyde bulunmuştur.

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan çalışmalarda, bu değişkenler arası ilişkiler ve mükemmeliyetçiliğin yordayıcılığıyla ilgili bilgi vermektedir.

1.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Belirsizliğe tahammülsüzlük, Freeston ve arkadaşlarına (1994) göre kişinin belirsizlik karşısında verdiği yanlı duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkileri içeren; işlevsel olmayan bilgi işleme ve denetleme, belirsizlik karşısında kaygı duyma, belirsizliği ortadan kaldırma ve geleceği kontrol etme inancı, belirsizliğin olumsuz sonuçları ile ilgili inanışlar ve belirsizlikle başa çıkmada zayıflık inancını kapsadığı belirtilmiştir. Bunun yanı sıra Krohne (1989) ise bu kavramı belirsizlik karşısında kişilerin aşırı tetikle olması, belirsizliğin ve belirsizliğin olası sonuçları ile ilgili düşüncelerin kişide kaygıyı arttırdığını ve kişinin aslında bu olumsuz duygulardan kaçınmak için belirsizlikten kaçındığını belirtmiştir (akt. Sarawgi, Oglesby ve Cogle, 2013). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün, endişenin artışında rol oynayan önem bilişsel faktörlerden biri olduğu gözlemlenmiştir (McEvoy ve Mahoney, 2012; Sexton, Norton, Walker ve Norton, 2003). Bunun yanı sıra yaygın kaygı bozukluğunun gelişiminde ve devam etmesinde de önemli bir rol oynadığı (Freeston ve ark., 1994; Holaway, Heimberg ve Coles, 2006; Sexton ve ark., 2003) ve endişe düzeyi klinik olmayan bireylerle yaygın kaygı bozukluğunun ayrışmasında da rol oynadığı görülmüştür (Ladouceur, Blais, Freeston ve Dugas, 1998). Freeston ve arkadaşları (1994) ve Dugas, Latarte, Rhéaume, Freeston ve Ladouceur (1995) kişilerin sorunları tehdit olarak algılaması ve problemleri çözebileceğine olan inancın düşüklüğünün kişinin kaygılarını daha da arttırdığını; bununla ilişkili olarak kişinin bu bilişlerden kaçınmak için düşünceleri bastırma, dikkatini dağıtma gibi başa çıkma stratejileri kısa vadede kaygıyı azaltmada işe yarasa bile; kişinin tehdit algısı ve belirsizliğe yönelik inançları değişmediği için uzun vadede bu başa çıkmaların işlevsiz olduğunu ve kaygıların devam etmesine yol açabileceğini belirtmişlerdir. Belirsizliğe tahammülsüzlük sıklıkla yaygın kaygı bozukluğu ile ilişkilendirilse de (Freeston ve ark., 1994; Behar, DiMarco, Hekler, Mohlman ve Staples, 2009) yapılan araştırmalara göre sosyal kaygı (Carleton, Collimore ve

Asmundson, 2010); depresyon (Dugas, Schwartz ve Francis, 2004) ve OKB (Tolin, Abramowitz, Brigidi ve Foa, 2003) gibi bozukluklarda da önemli bir rol oynadığı görülmüştür.

1.5.1. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve obsesif kompulsif bozukluk

Obsesif kompulsif bilişleri çalışma grubu (1997) tarafından belirlenen, OKB'de rol oynayan bilişlerden biri de belirsizliğe tahammülsüzlük olarak tanımlanmıştır. Bu çalışmalarda, OKB'de sıkça rastlanan belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili olan bilişlerin "kesin olma ihtiyacı", "değişen durumlarda veya gelecek durumlarda, önceden kesinleşmezse kişinin başa çıkamayacağına yönelik inançlar" ve "belirsiz durumlarda yeterli işlevselliği gösterememe" ile ilgili bilişlerin ön plana çıktığı görülmüştür. OKB'li bireylerin karar vermede sorunlar yaşaması, doğru kararın ne olduğu ile ilgili şüpheler yaşamasının da kesinlik ihtiyaçları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Carr, 1974 akt. OCCWG, 1997).

OKB ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişkisini inceleyen çalışmalara bakıldığında; Tolin ve arkadaşları (2003) kontrol etme ritüelleri ön planda olan OKB grubu, diğer OKB belirtileri ön planda olan OKB grubu ve kontrol grubunu karşılaştırdıkları bir çalışmada; kontrol etme ritüelleri ön planda olan OKB grubunun diğer gruplara göre belirsizliğe tahammülsüzlüğünün daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra tekrarlama ile ilişkili ritüelleri olan OKB'li bireylerde de belirsizliğe tahammülsüzlüğün yüksek olduğu görülmüştür. Belirsizliğe tahammülsüzlükteki artışın, OKB belirti şiddetinde artışı yordadığı görülmüştür. Lind ve Boschen (2009) ise kontrol etme davranışları ile OKB'nin oluşumu ve devam etmesinde rol oynayan bilişsel faktörlerden biri olan; sorumluluk inançları arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı bir rol oynadığını göstermiştir. Yapılan çalışmalarda, OKB'de belirsizlik karşısında eyleme geçememe kaygısından ziyade gelecekteki olası belirsizliklerle ilgili kaygılarla ilişkili olduğu görülmüştür (Carleton ve ark., 2010; McEvoy ve Mahoney, 2011). Daha geniş ve kapsayıcı öncül bir olarak düşünülen nörotizm kişilik özelliği ile endişe arasındaki ilişkide de belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı bir faktör olduğu (Sexton ve ark., 2003); nörotizm ve çeşitli psikopatolojilerin (OKB, Depresyon, Yaygın kaygı bozukluğu ve Sosyal Fobi) ilişkisinde de belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık ettiğine ilişkiler bulgulara ulaşılmıştır (Carleton ve ark., 2010; McEvoy ve Mahoney, 2011). Fergus ve Wu (2010) tarafından yapılan çalışmada tehdit algısı ve sorumluluk inançları kontrol edildiğinde bile

belirsizliğe tahammülsüzlüğün OKB belirtilerini tek başına yordadığı görülmüştür. Sarawgi ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise belirsizliğe tahammülsüzlük ve OKB belirtileri ilişkisi hem öz bildirim ölçeği ile hem de deneysel olarak incelenmiştir. Sonuçlara bakıldığında, öz bildirim dayanan sonuçlarda, depresyon ve kaygı kontrol edildiğinde bile belirsizliğe tahammülsüzlüğün OKB belirtilerini yordadığı görülmüştür. Benzer şekilde, obsesyon ve kompulsiyonların canlı ortamda tetiklenerek değerlendirildiği sonuçlara bakıldığında ise belirsizliğe tahammülsüzlüğün, nötralizasyon dışındaki diğer belirtilerle ilişkili olduğu görülmüştür. Bunlara ek olarak; Ruether ve arkadaşları (2013) belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin etkileşim içinde olabileceğini, belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan bireylerin aslında gelecek durumlardaki belirsizliği "bilmek, emin olmak" amacıyla mükemmeliyetçi eğilimler gösteriyor olabileceğini belirtmiştir. Klinik olmayan örneklerde yaptıkları çalışmada ise mükemmeliyetçilik ile OKB belirtilerinin şiddeti ilişkisinde belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı bir rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

1.5.2. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin ilişkisi

Doron ve arkadaşlarına (2014) göre ilişki ve partner temalı obsesif-kompulsif belirtilerin içeriği düşünüldüğünde, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle oldukça ilişkili olduğu ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde aslında oldukça önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. İlişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler düşünüldüğünde, kişinin doğru bir ilişkinin içinde olup olmadığı ile ilgili belirsizlik; partnerin kişiye; kişinin de partnerine duyduğu sevgi ile ilgili şüpheler göz önüne alındığında; zaten aşk/sevgi gibi kavramların daha soyut ve belirsiz bir kavram olmasının, belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek bireylerin bu gibi şüpheler karşısında hasa hassas ve kaygılı olabileceği ve bu belirsizlikle başa çıkabilmek için çeşitli işlevsiz başa çıkma yöntemlerine (örn., kompulsif şekilde kontrol etme, karşılaştırma, onay arama) başvurabildiklerini belirtmiştir. Yapılan çalışmalarda da ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri, belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2016).

Özetle, aktarılan çalışmalara bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlüğün OKB'nin oluşumu ve gelişiminde rol oynayan faktörlerden biri olduğu; çeşitli faktörler ve OKB arasındaki ilişkilere de aracılık edebildiği söylenebilmektedir. Benzer şekilde, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişkisini inceleyen çalışmalar düşünüldüğünde ise belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile ilişki olduğu söylenebilmektedir. Ancak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle gözlemlenen ilişkisinde; belirsizliğe tahammülsüzlüğün zamansal konumu, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin gelişiminde ve sürmesinde rol oynayan diğer faktörlerle ilişkileri ve bu diğer faktörlerin ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle gözlemlenen ilişkisinde aracı bir rol oynayıp oynamadığı ile ilgili yapılmış görgül bir çalışmaya rastlanmamıştır.

1.6. Şema Terapi Modeli ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Şema terapi kuramı, Young ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Bilişsel-davranışçı terapilerin temel tedavi yöntemlerini ve kavramlarını, Gestalt, bağlanma, nesne ilişkileri ve psikanalitik kuramların öğelerini birleştirerek daha bütünlükçü ve yenilikçi bir terapi kuramı ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Her ne kadar bilişsel-davranışçı terapiler birçok Eksen I bozukluğunun tedavisinde oldukça faydalı olsa da; kişilik psikopatolojileri, tam olarak herhangi bir Eksen I bozukluğuna dâhil edilemeyen fakat karakterolojik olarak çeşitli sıkıntılar yaşan bireyler söz konusu olduğunda bilişsel-davranışçı terapilerden uzun vadede fayda görülmediği görülmektedir. Yapılan klinik gözlemlere göre şema terapinin bu konularda oldukça iyi sonuçlar verdiği belirtilmektedir (Young ve ark., 2003).

Young ve arkadaşlarına (2003) göre yetişkinlikte oluşan birçok psikopatolojinin temelinde, çocukluk döneminde yaşanan olumsuz yaşantıların ve bu yaşantılarla oluşan erken dönem uyum bozucu şemalar yatmaktadır. Bilişsel terapide, "şema" kavramı kişinin çocukluk dönemindeki yaşantılarıyla oluşan; kişinin kendisini, çevresini ve dünyayı anlamlandırmasını sağlayan geniş bilişsel yapılar olarak adlandırılmaktadır (Beck, 1967). Bu şemalar kişinin deyimleriyle şekillendiği gibi işlevsel/olumsuz da olsa sürdürüldüğü belirtilmektedir (Beck, 1967). Young ve arkadaşları (2003) tarafından yapılan tanıma göre erken dönem uyum bozucu

şemalar; kişinin bilişleri, duyguları, anıları ve bedensel duyularını kapsayan; kişinin kendisi ve diğer ilişkileri ile ilişkili olan; çocukluk veya ergenlik döneminde gelişip kişinin yaşamı boyunca ayrıntılanarak devam eden; işlevsel olmayan oldukça yayılmış ve kendini tekrar eden örüntüleri kapsamaktadır. Erken dönem uzum bozucu şemalar, işlevsel olmayan davranışlardan oluşmaktan ziyade, işlevsel olmayan davranışlar bu şemalar neticesinde gelişmektedir (Young ve ark., 2003).

1.6.1. Erken dönem uyum bozucu şemaların özellikleri

Erken dönem uyum bozucu şemalar, genellikle kişinin çocukluk dönemindeki ve bağlanma figürleri ile ilişkilerindeki olumsuz yaşantıların kişinin çocukluğu ve ergenliği süresince tekrarlanmasıyla birikerek şemaları oluşturur (Young ve ark., 2003).

Bu şemalar kişinin kendisi nasıl biri olarak gördüğü, dünyanın ve diğer insanların nasıl olduğu, ilişkilerin nasıl işlediği, vb. konularla ilgili bir takım öngörülerde bulunmasına ve kavramasına yardımcı olurlar. Yani aslında kişinin hayatta kalmasını sağlarlar. Kişi için oldukça tanıdıkırlar, şemaları onlar için doğruyu ifade eder. Geçmişte kişi için işlevsel yanları olsa da aslında şemalar işlevsel değildir. Bu nedenle aynı zamanda da kişiye oldukça rahatsızlık verir. Kişiler sıklıkla kendilerini şemalarını tetikleyebilecek olaylarla karşı karşıya kalır. (Young ve ark., 2003).

Şemalar kişinin yetişkinliğinde yaşadığı durumlar için artık geçerli olmasa bile kişinin duygu, düşünce, davranış ve kişiler arası etkileşimlerini etkileyerek; kişinin çocukluğunda yaşadığı olumsuz duyguların tekrar tekrar deneyimlenmesine yol açabilmektedir (Young ve ark., 2003).

Şemaların şiddeti ve kişinin hayatına ne kadar nüfuz ettiği değişkenlik göstermektedir. Kişi çocukluğunda bir şemayla ilişkili deneyimlere ne kadar sık ve şiddetli maruz kalırsa; ileriki dönemde şemanın yoğunluğu ve etkisi de o kadar fazla olmaktadır (Young ve ark., 2003).

1.6.2. Erken dönem uyum bozucu şemaların temeli

Young ve arkadaşlarına (2003) göre erken dönem uyum bozucu şemaların oluşmasında rol oynayan üç genel faktör bulunmaktadır. İlk olarak herkes için evrensel olarak geçerli, çocukluk dönemlerinde karşılanmasına ihtiyaç duyulan bir takım temel duygusal ihtiyaçlar

olduğunu belirtmektedirler. Kişiler çocukluk dönemlerinde kendilerine güvenlik, bakım ve stabilite sağlayan ve kendilerini kabul eden güvenli bağlanmalara ihtiyaç duyarlar. Bunun dışında bağımsızlığını kazanma, kendine yetebilirlik, kendi kimliğini oluşturma, kendi duygu ve ihtiyaçlarını özgürce ifade edebilme, spontanlık, oyun, öz-denetimini sağlayabilme ve kendine sınırlar çizme ihtiyaçları vardır. Şemaların ise bu genellikle çocukluk çağında bu duygusal ihtiyaçların karşılanmaması halinde ortaya çıkabildiğini belirtmişlerdir.

Temel duygusal ihtiyaçların karşılanmamasının yanı sıra kişinin çocukluk dönemi yaşantıları da şemaların oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2011; Young ve ark., 2003). Young ve arkadaşlarına (2003) göre bu yaşantılar genellikle aile ortamı ve aile dinamikleri ile yakından ilişkilidir ve yetişkinlikte şemaların tetiklendiği durumlarda kişi sıklıkla çocukluğunda ebeveynleriyle yaşadığını olumsuz yaşantıları tekrar deneyimlemektedir. Şemaların oluşumunda ve gelişiminde rol oynayan erken dönem yaşantılardan ilki, kişinin daha önce bahsedilen ihtiyaçlarının zedeleyici şekilde engellenmesidir. Bu zedeleyici şekilde engellenme deneyimi çocuk, iyi olarak kabul edilen deneyimleri çok az aldığı zaman ortaya çıkmaktadır. Çekirdek aile içerisinde sevgi, istikrar, şefkat gibi yaşantılardan mahrum bırakılmıştır. İkinci bir yaşantı ise, çocuğun güvenlik ihtiyacının karşılanmaması ile ilişkilidir. Çocuğun zarar gördüğü ve mağdur edildiği yaşantıları içermektedir. Şemaların oluşumunda rol oynayan bir diğer yaşantı tipinde ise çocuk iyi olarak kabul edilen ihtiyaçları çok fazla aldığı zaman yaşanmaktadır. Burada çocuk, ailesi tarafından şımartılmış, üzerine fazla titrenmiş olabilir. Ebeveynler çocuklarına gereğinden fazla korumacı veya aşırı düzeyde özerklik ve sınırsız özgürlükler verebilirler. Bu erken dönem yaşantılar, çocuğun kendine gerçekçi sınırlar çizme, özerklik veya kendini ortaya koyma gibi ihtiyaçlarının karşılanamamasına yol açar. Şemaların oluşumunda rol oynayan bir diğer yaşantı ise çocuğun ebeveynleri veya kendileri için önemli olan diğerleri ile özdeşim kurması ve seçici olarak o kişileri içselleştirmesidir. Bu süreçte çocuk ebeveynin duyguları, düşünceleri ve davranışları ile seçici bir şekilde özdeşim kurar, yani model alır ve bunları içselleştirir. Fakat çocuğun içselleştirdiği bu modelin çocuğun ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalması durumlarında çocuk birtakım şemalar geliştirebilmektedir.

Bunların yanı sıra şemaların oluşumunda rol oynayan bir diğer faktör de çocuğun mizacıdır. Herkesin doğduğunda getirdiği belli bir mizacı vardır ve bunlar çocuğun erken dönem

yaşantıları ile etkileşme girebilmekte ve şemaların oluşmasına neden olabilmektedir (Young ve ark., 2003). Örneğin, aynı anne tarafından reddedici tutumlar deneyimler iki kardeşten, daha utangaç mizaca sahip olan çocuk daha da içe çekilebilirken; daha girişken mizaca sahip çocuk kendini daha rahat ortaya koyabilir.

1.6.3. Şema alanları ve erken dönem uyum bozucu şemalar

Young ve arkadaşları (2003) şema terapi modelinde, 18 tane erken dönem uyum bozucu şema tanımlamışlardır. Bu 18 şema, çocuklukta karşılanmayan duygusal ihtiyaçlar ile bağlantılı olarak 5 şema alanı altında toplanmaktadır. Bu bölümde, şema alanları ve erken dönem uyum bozucu şemalar detaylı olarak açıklanmıştır.

Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı: Bu alandaki şemalara sahip kişiler diğerleriyle güvenli ve tatmin edici bağlanma örüntüleri kuramamıştır. Kişilerin güvenlik, bakım, sevgi, saygı ve ait hissetme ile ilgili temel ihtiyaçları karşılanmamıştır. Bu alandaki şemalara sahip kişilerin aile ortamlarına bakıldığında genellikle soğuk, reddedici, stabil olmayan ve kopuk olduğu görülmektedir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalar:

Terk Edilme/İstikrarsızlık. Bu şemaya sahip bireyler hayatlarındaki önemli insanlardan beklediği destek ve yakınlık ihtiyaçlarının karşılanması konusunda bu kişilerin güvenilmez ve dengesiz oldukları algısı içerisindedirler. Hayatlarındaki kişilerin duygusal olarak öngörülemez olması, ölecek olması veya kendisini terk edecekleri algısı içindedirler (Young ve ark., 2003).

Güvensizlik/Suistimal Edilme. Bu şemaya sahip kişiler, fırsat verilirse başkalarının kendilerini aldatacağı, kandıracağı veya zarar vereceği beklentisi içindedirler (Young ve ark., 2003).

Duygusal Yoksunluk. Bu şemaya sahip kişiler, duygusal ihtiyaçlarının (sevgi, şefkat, anlayış, dinleme, karşılıklı olarak duyguların paylaşımı, kendisini yönlendirecek bir kişi) karşılanmayacağı beklentisi içerisindedirler (Young ve ark., 2003).

Kusurluluk/Utangaç. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerinin kusurlu, kötü, aşağı, istenmeyen ve sevilmeyen biri olarak görmektedir. Bu kişiler reddedilmeye ve eleştiriye karşı aşırı hassastırlar ve kendilerinde algıladıkları kusurlara ilişkin utanç duygusu yaşayabilmektedirler (Young ve ark., 2003).

Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerinin diğer insanlardan farklı olduklarını, aileleri dışında herhangi bir sosyal gruba/topluluğa ait olmadıklarını, diğerlerinden yalıtılmış olduklarını hissederler (Young ve ark., 2003).

Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Alanı: Bu şema alanı kişinin özerk olma, ayırışma, kendini ortaya koyma ve bağımsız olarak işlev gösterme konularında algıladığı becerileri ile ilişkilidir. Bu alandaki şemalara sahip bireylerin çocukluğuna bakıldığında, genellikle aşırı korumacı, iç içe geçmiş, çocuğun kendini bağımsız bir şekilde ortaya koymasını önleyen, çocuğun kendine güvenini zedeleyici aile ortamları görülmektedir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalar:

Bağımlılık/Yetersizlik. Bu şemaya sahip kişiler genellikle başlarından yardım almadan; karar verme, düzenleme, yeni görevleri halletme, sorun çözme gibi gündelik işleriyle başa çıkamayacaklarını ve halledemeyeceklerini düşünürler. Çaresizlik hisleri ön plandadır (Young ve ark., 2003).

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık. Bu şemaya sahip kişiler her an başlarına adli, mali, tıbbi, duygusal veya çevresel bir felaketin gelebileceğini ve buna engel olamayacaklarına ilişkin aşırı bir korku içindedirler (Young ve ark., 2003).

İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik. Bu şemaya sahip kişiler bir veya iki kişi ile aşırı bir duygusal bağlanma ve yakınlıktadırlar. Bireyleşememe ön plandadır ve kişiler genellikle aşırı yakınlık içinde oldukları birey/bireylerin desteği olmadan mutlu olamayacakları ve yaşayamayacakları inancı içindedirler. Bunun yanı sıra bu kişiler aynı zamanda bir birey olarak diğerleriyle kaynaştığın, bir birey kimliği oluşturamadığı ve yakınlıkta olduğu kişiler tarafından boğulduğu hissi yaşayabilirler (Young ve ark., 2003).

Başarısızlık. Bu şemaya sahip kişiler başarısız, beceriksiz, aptal, diğerlerine göre aşağıda olduğu ve başarısızlığın kaçınılmaz olduğuna ilişkin inançları içerir (Young ve ark., 2003).

Zedelenmiş Sınırlar Alanı: Bu şema alanı kişinin kendine sınır koyma, kendine ve başkalarına karşı sorumlulukları ve hedef odaklı davranma gibi konulardaki eksiklikleri ile ilişkilidir. Bu alandaki şemalara sahip kişiler genellikle başkalarının haklarına saygı gösterme, sözlerine sadık olma, hedefler belirleme ve bunları gerçekleştirme ve başkalarıyla iş birliği yapma konularında sıkıntı yaşarlar. Bu alandaki şemalara sahip bireylerin çocukluğuna bakıldığında genellikle disiplin ve sınır koyma konusunda yetersiz ebeveynlerin olduğu, çocuğu

fazla serbest bırakan; çocuğa sorumluluk verme, hedef belirleme ve yönlendirme konularında model olmayan; gerekli yüzleştirme ve denetleme uygulayamayan aile ortamları görülmektedir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalar:

Hak Görme/Büyükleme. Bu şemaya sahip bireyler kendilerinin diğer insanlardan daha üstün olduklarına ve özel haklara sahip oldukları inancındadırlar. Sosyal etkileşimde önemli olan karşılıklılığın kendileri için önemi yoktur. Bu nedenle sahip olmak veya yapmak istedikleri şeylere ulaşmak için diğerlerini kontrol etme eğilimi içinde olabilirler. Diğer insanların duyguları ve ihtiyaçlarını önemsemezler (Young ve ark., 2003).

Yetersiz Özdenetim. Bu şemaya sahip bireyler kişisel hedeflerini gerçekleştirme, dürtülerini veya duygularını kontrol etme konularında yeterli öz-denetim sağlayamamaktadırlar ve kaçınırlar. Bunun yanı sıra engellenmeye karşı aşırı bir tolerans içerisindedirler (Young ve ark., 2003).

Diğeri Yönelimlilik Alanı: Bu şema alanı, kişinin sevgi ve onay kazanmasını, ait hissetmesini sürdürmek için kendi ihtiyaçları ve yönelimlerini yok sayarak diğer insanların duygularına, tepkilerine ve isteklerine yönelmesi ile ilişkilidir. Genellikle kişinin kendi duygularını bastırması, ihtiyaçlarını ve isteklerini görmezden gelmesi veya farkında olmaması ile ilişkilidir. Bu alandaki şemalara sahip bireylerin çocukluğuna bakıldığında koşullu sevgi, saygı ve kabul ortamı görülmektedir. Çocuk ebeveynlerinden sevgi ve kabul görebilmek için kendi ihtiyaç ve yönelimlerini baskılaması gerektiğini öğrenir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalar:

Boyun Eğicilik. Bu şemaya sahip bireyler terk edilmemek veya karşı tarafın öfkesinden kaçınmak için tercihlerini, kararlarını, isteklerini, duygularını ve öfkesini bastırarak kontrolü aşırı derecede diğer insanlara bırakır. Bu şemada aynı zamanda, başkalarının kişinin duygularını ve isteklerini önemsemeyeceği düşünceleri de görülmektedir (Young ve ark., 2003).

Kendini Feda. Bu şemaya sahip bireyler kendi mutlulukları için gönüllü olarak başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya odaklanırlar. Diğer insanların acılarına karşı aşırı duyarlı olma ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu kişilerde bencil hissetme ile ilişkili suçluluktan kaçınma, başkalarına acı verebilecek davranışlardan kaçınma veya muhtaç olduklarını düşündükleri kişilerle bağlantı kurmaya devam etme görülebilmektedir. Aynı zamanda, zaman

zaman kişi kendi ihtiyaçlarının karşılanmadığını hissedebilir ve bu da kendisinin ilgilendiği kişilere karşı kırgınlık, hayal kırıklığı yaşayabilmektedir (Young ve ark., 2003).

Onay Arayıcılık. Bu şemaya sahip bireyler diğer insanların ilgisini ve onayını kazanmaya ve uyumlu olmaya aşırı önem verirler. Diğer insanların tepkileri, kişinin statüsünün belirlenmesinde önemli rol oynamaktadır. Bu kişiler statü, para ve görünüş üzerinden diğer insanlar tarafından onaylanmaya, beğeni toplamaya veya kabul görmeye çalışabilir (Young ve ark., 2003).

Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı: Bu şema alanı kendiliğinden olma ve oyun gibi ihtiyaçların eksikliği ile ilişkili şemaları içermektedir. Mutluluk, spontan duyguların yaşanması, gevşeme ve kendini ifade etmek yerine; kişinin spontan duygularını ve isteklerini bastırmaya; ahlak ve kendini ortaya koyma konularında aşırı katı kural ve beklentiler üzerine yoğunlaşmasını içermektedir. Bu alandaki şemalara sahip bireylerin çocukluğuna bakıldığında genellikle çocuklarından mükemmel olma, duygularını bastırma, hatalardan kaçınma kurallara uygun davranmasını bekleyen; oyun yerine görevler veren; cezalandırıcı, talepkâr ve acımasız ebeveynler görülmektedir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalar:

Karamsarlık/Kötümserlik. Bu şemaya sahip bireyler genellikle hayatın olumsuz yönlerine odaklanırlar. Mesleki, maddi, sosyal ve ilişkisel alanlarda iyi giden bir şey varsa bile bunların bozulacağı ve bu dağılmanın kaçınılmaz olduğuna ilişkin aşırı bir beklenti içindedirler.

Duyuları Bastırma. Bu şemaya sahip bireyler başkalarının olumsuz yargılarından, dürtü kontrolünü kaybetmekten veya olası utanç duygularından kaçınmak amacıyla; öfkelerini, olumlu duygu ve dürtülerini, ihtiyaçlarını, duygularını ve kırgınlıklarını ifade etmek yerine bastırırlar. Duyularını göz ardı etme eğilimi içindedirler (Young ve ark., 2003).

Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik. Bu şemaya sahip bireyler genellikle eleştirilerden kaçınmak için davranışlarında ve performanslarında kendilerine aşırı yüksek standartlar belirlemeleri gerektiği inancı içindedirler. Hatalara aşırı dikkat etme, performansını hafife alma, mükemmeliyetçilik, ahlak ve değerler konusunda gerçekçi olmayan kurallar ve daha iyi yapmakla ilgili aşırı uğraşlar görülebilmektedir. Bu bireyler kendilerine ve başkalarına karşı aşırı eleştirel tutumlarda bulunabilirler ve belirlediği standartlara ulaşabilmek için kişi yoğun bir çaba harcaması gerektiği inancındadır (Young ve ark., 2003).

Cezalandırıcılık. Bu şemaya sahip bireyler kendileri de dâhil olmak üzere beklentilerin karşılanmaması veya yapılan hatalar karşısında tahammülsüz, cezalandırıcı ve öfkeli tutumlar gösterirler. Yapılan hataların cezalandırılması gerektiği inancındadırlar. Bu nedenle hem kendilerini hem de başkalarını, hatalar karşısında bağışlamakta zorlanmaktadırlar (Young ve ark., 2003).

1.6.4. Erken dönem uyum bozucu şemalar ve psikopatoloji ilişkisi

Erken dönem uyum bozucu şemaların ve kişinin bu şemalarla başa çıkma davranışlarının; kişilik bozuklukları, depresyon, kaygı bozuklukları, yeme bozuklukları ve madde kullanım bozuklukları gibi birçok psikopatolojinin oluşumunda önemli bir rol oynadığını belirtilmiştir (Young ve ark., 2003). Yapılan araştırmalara bakıldığında, erken dönem uyum bozucu şemalar kişilik bozukluklarıyla oldukça ilişkili olduğu görülmüştür (örn., Çakır, 2007; Joveev ve Jackson, 2004; Lobbetael, Van Vreeswijk ve Arntz, 2008; Nordahl, Holthe ve Haugum, 2005).

Kişilik bozukluklarının yanı sıra, erken dönem uyum bozucu şemaların Anoreksiya Nervosa ve Blumia Nervoza gibi yeme bozukluklarıyla (örn., Leung, Waller ve Thomas, 1999; Unoka, Tölgyes ve Czobor, 2007); depresyonla (örn., Petrocelli, Glaser, Calhoun ve Campbell, 2001; Riso ve ark., 2006; Halvorsen ve ark., 2009; 2010); Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Sosyal Kaygı Bozukluğu ve Panik Bozukluğu gibi kaygı bozukluklarıyla (örn., Cockram, Drummond ve Lee, 2010; Hedley, Hoffart ve Sexton, 2001) ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla (örn., Haaland ve ark., 2011; Yoosefi ve ark., 2016) oldukça ilişkili olduğu görülmüştür.

1.7. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk İlişkisi

Erken dönem uyum bozucu şemalar ve OKB ilişkisini inceleyen çalışmaların daha az olduğu görülmektedir (H. Atalay, F. Atalay, Karahan ve Çalışkan, 2008). Hangi erken dönem uyum bozucu şemaların OKB'de görülebileceğinin belirlemek amacıyla Atalay ve arkadaşları (2008) tarafından yürütülen çalışmada kontrol grubuna kıyasla OKB'li bireylerde karamsarlık/kötümserlik, sosyal izolasyon ve dayanıksızlık şemaları görülmüştür. Bunun yanı sıra kusurluluk, bağımlılık, duygusal yoksunluk, başarısızlık, yüksek standartlar, boyun eğicilik, onay arayıcılık ve haklılık şemalarında da OKB'li bireylerin kontrol grubundaki bireylere göre daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Ancak, bu bulguların erken dönem uyum bozucu

şemaların OKB'nin öncülleri veya bir sonucu olup olmadığı ile ilgili bir bilgi vermediği belirtilmiştir. Benzer şekilde, kontrol grubu ile kıyaslandığında OKB'li bireylerde sosyal izolasyon, karamsarlık ve dayanıksızlık şemalarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Karahan, 2006). Kwak ve Lee (2015) tarafından yürütülen araştırma ise OKB'li bireylerin sosyal izolasyon ve kusurluluk/utanç şemalarının kontrol grubu ve panik bozukluğu grubuna göre daha yüksek olduğu göstermiştir. Yoosefi ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan çalışmada, kontrol grubu ile kıyaslandığında OKB'li bireylerde bütün şemalarda yüksek puanlar elde edilmiştir. Kaygı bozuklukları grubu ile OKB grubu karşılaştırıldığında ise OKB grubunun yüksek standartlar, kendini feda ve hak görme/büyüklenmecilik şemalarından daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Kim, S. W. Lee ve S. J. Lee (2014) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise OKB'li bireylerde sosyal izolasyon, başarısızlık ve kusurluluk/utanç şemalarının yüksek olduğu görülmüştür. Trikotillomani ve OKB'li bireylerdeki şemaların karşılaştırılması amacıyla Lochner ve arkadaşları (2005) tarafından yürütülen bir çalışmada ise OKB'li grubun kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon, boyun eğicilik, güvensizlik/suistimal edilme ve duyguları bastırma şemalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yapılan bir başka çalışmada ise hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemasının OKB belirtilerini yordadığı görülmüştür (Taşdemir, 2011).

OKB belirtilerinin yanı sıra, OKB'nin hangi alt tipleriyle ne tür şemaların ilişkili olduğuna bakıldığında ise kusurluluk/utanç şemasının bulaşma obsesyonları; başkasına ve kendine zarar verme dürtüleriyle ilgili obsesyonları ve temizlenme kompulsiyonlarını yordadığı görülmüştür. Bunun yanı sıra, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemasının ise başkasına ve kendine zarar verme ile ilgili obsesyonları ve buna bağlı olarak kontrol etme kompulsiyonlarını yordadığı görülmüştür (Yoosefi ve ark., 2016).

Bu bulguların yanı sıra, Haaland ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışmada şemaların, bilişsel-davranışçı terapi alan OKB'li bireylerin tedavi sonuçlarına etkileri araştırılmıştır. Bulgulara bakıldığında, terk edilme şemasından alınan yüksek puanların tedaviyi olumsuz etkilediği görülmüştür. Wilhelm, Berman, Keshaviah, Schwartz ve Steketee (2015) tarafından yapılan bir çalışmada ise bilişsel terapi uygulanan OKB'li bireylerde tedavi sonucunu etkileyen faktörleri araştırmak amacıyla bilişlerin ve erken dönem uyum bozucu şemaların rolü incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına bakıldığında mükemmeliyetçilik ve kesinlik ihtiyacı ile

ilgili bilişlerdeki değişim ve bağımlılık/yetersizlik şemalarındaki değişimin tedavi sonuçlarını olumlu yönde geliştirdiği görülmüştür. Buna göre, OKB'de rol oynayan bilişlerden olan mükemmeliyetçilik, kesinlik ihtiyacı ve bağımlılık/yetersizlik şemalarının OKB belirtilerinin oluşumunda veya devam etmesinde rol oynayan faktörlerden olabileceği düşünülebilir. Fakat bu ilişkide bilişlerin ve şemaların zamansal konumlarına ilişkin net bir bilgi vermemektedir. Bir başka değişle, mükemmeliyetçi eğilimlerin ve kesinlik ihtiyacının şemalardan önce veya sonra gelişip gelişmediği ile ilgili bir bilgi sağlayamamaktadır. Şemalar ile obsesyonlar, kompulsiyonlar ve endişe arasındaki ilişkide bilişlerin aracı rolünü inceleyen ve OKB'li bireylerler yapılan bir çalışmada (Velibaşoğlu, 2014); şema alanları (zedelenmiş otonomi ve kopukluk) ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasındaki ilişkide düşüncelerin kontrol ihtiyacı ve düşünce eylem kaynaşması gibi üst-bilişlerin aracı rol oynadığı görülmüştür.

1.8. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Daha önce de belirtildiği gibi çeşitli araştırmalar mükemmeliyetçiliğın, kişinin ebeveynleri ile ilgili olabileceği; ebeveynlerin mükemmeliyetçiliğının çocukta mükemmeliyetçi eğilimlere yol açabileceğini belirtmektedir (Honjo, Hirano ve Murase, 1989; Lo, 1967; Rasmussen ve Eisen, 1989; Rasmussen ve Tsuang, 1986). Bunun yanı sıra, erken dönem uyum bozucu şemalar düşünöldüğünde yüksek standartlar/bastırılmışlık şema alanı yüksek olan bireyleri ebeveynlerinin talepkar, cezalandırıcı, kötümser ve mükemmeliyetçi olarak tanımlamaktadır (Young ve ark, 2003). Ayrıca yüksek standartlar, onay arayıcılık, başarısızlık, duyguları bastırma gibi şemalarda öne çıkan, yanlış yapmaktan ve hata yapmaktan kaçınma, aşırı ve katı değerler (-meli, -malı cümlerleri), duyguları bastırma, aşırı düzenlilik, onaylanma ihtiyacı, gerçekçi olmayan hedefler ve beklentileri gibi özellikler göz önüne alındığında bunların mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğu düşünölmektedir (Karaosmanoğlu, 2004). Mükemmeliyetçiliğın gelişimsel kökenleri ve şemalar ile olan ilişkileri düşünöldüğünde, kişilerin erken dönem yaşantılarının mükemmeliyetçi eğilimlere yol açabileceği düşünölmektedir. Fakat alanyazına bakıldığında bu ilişki ile ilgili görgöl bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiye bakıldığında, bu iki kavram arasındaki ilişkiye odaklanan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat ebeveyn-çocuk arasındaki yaşantıların, kişilerin belirsizlik eğilimleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Sorrentino, Raynor, Zubec ve Short, 1990, Yüksel, 2014, Zlomke ve Young, 2009). Yüksel (2014) tarafından yapılan çalışmada, güvensiz bağlanma düzeyindeki artışın belirsizliğe tahammülsüzlüğü ve sürekli kaygı düzeyini arttırdığı görülmüştür. Zlomke ve Young (2009) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise kişilerin algılanan ebeveyn yetiştirme tarzları, belirsizliğe tahammülsüzlük, kaygı, endişe ve depresyon arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ebeveynlerin kontrolcü ve aşırı korumacı yaklaşımlarının bireylerin yetişkinlikteki endişe, kaygı ve korku düzeyleri ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra endişeli ebeveyn yetiştirme davranışları ile kişinin ileri dönemlerdeki kaygı ve endişe belirtileri arasındaki ilişkiye belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık ettiği bulunmuştur. Buradan yola çıkıldığında, erken dönem yaşantılarla geliştiği öne sürülen erken dönem uyum bozucu şemaların, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini etkiliyor olabileceği düşünülebilir.

1.9. Araştırmanın Önemi

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin içeriği ve sonuçları gereği ilişkisel, kişilerarası etkileşimler ve deneyimlerle oldukça ilişki olduğu; bilişsel birtakım yatkınlıkların yanı sıra bağlanma sorunları ve benlik ile ilgili süreçlerin de bu belirtilerin oluşumunda ve sürmesinde rol oynayan önemli faktörlerden olduğu belirtilmektedir (Doron ve ark., 2013; Doron ve ark., 2014; Trak, 2016; Yıldırım, 2018). Daha önce de belirtildiği gibi erken dönem uyum bozucu şemalar kişinin çocukluk döneminde ebeveynleriyle olan bağlanması, aile ortamı, çocuğun içinde bulunduğu çevre gibi çeşitli erken dönem yaşantılarla şekillenen ve kişinin kendisi, dünya ve diğerleri ile ilgili inanç, tutum ve etkileşimlerini şekillendiren ve etkileyen yapılarıdır (Young ve ark., 2003). Erken dönem uyum bozucu şemaların, OKB de olmak üzere çeşitli psikopatolojilerin; herhangi bir tanı kriterine dahil edilemeyen fakat kişide ve kişinin yaşantısında sıkıntılar yaratabilen sıkıntılı ve problemlerin temelinde yer aldığı vurgulanmaktadır (Young ve ark., 2003).

Bunlar göz önüne alındığında, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin temelinde de erken dönem uyum bozucu şemaların rol oynuyor olabileceği düşünülmektedir. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyen tek bir çalışmaya rastlanmıştır (örn., Bakçepinar, 2019). Bakçepinar (2019) tarafından yapılan çalışmada şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye çoklu regresyon ile bakılmıştır ve daha çok partnerler arası ilişki ve partner odaklı belirtiler arasındaki ilişkiye odaklanılmıştır. Bakçepinar'ın (2019) çalışmasından farklı olarak mevcut çalışma, ilişki odaklı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu değişkenler arasındaki ilişkide etkili olabilecek diğer faktörlerin de dahil edildiği bir model sunması açısından öncül çalışmalardan biri olma özelliği taşımaktadır. Ne tür şemaların ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde görülebildiğinin anlaşılmasının; hem OKB'nin farklı görünümünün daha iyi anlaşılabilmesine katkı sağlayacağı hem de içerik ve etki olarak daha ilişkisel temaları kapsayan ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin öncüllerinin daha iyi açıklanabilmesine ve tedavi yöntemlerine yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

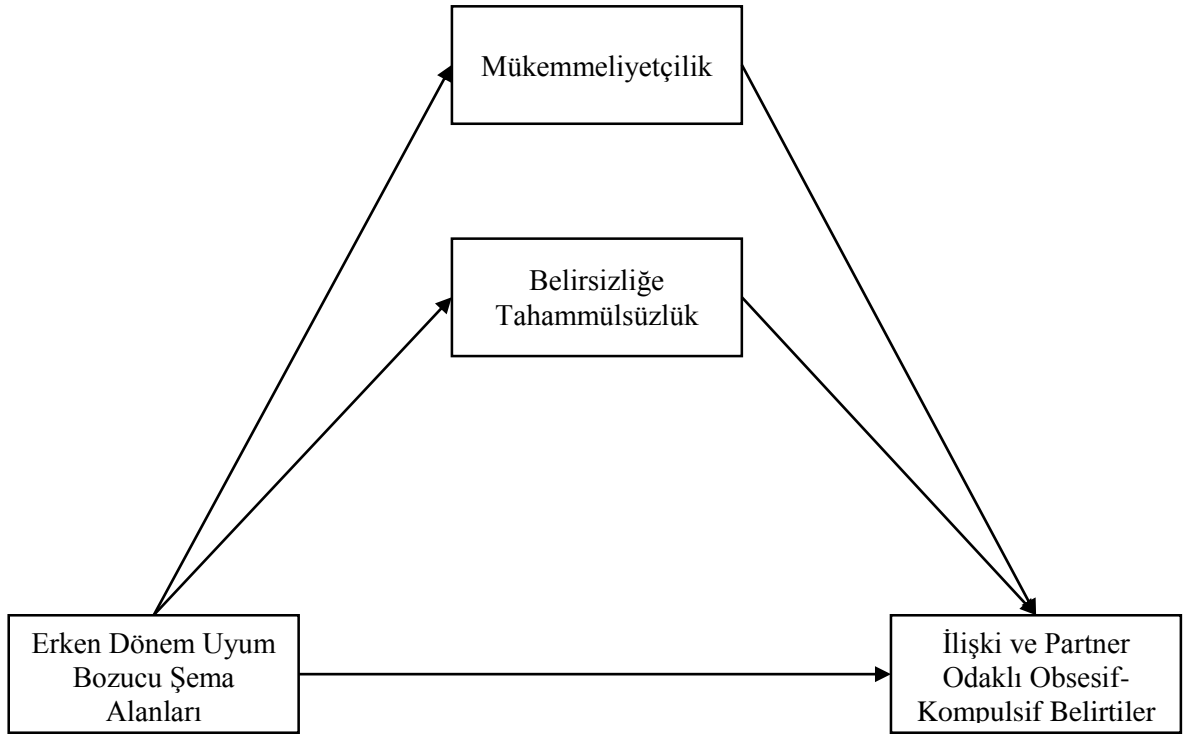
Bölüm içerisinde aktarılan alanyazına bakıldığında, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik gibi bilişsel faktörlerin OKB ve ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin yordanmasında önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Fakat, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin yordanmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin aracı rolüne ilişkin yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Sadece ilişki ve partner odaklı belirtiler ile özerklik desteği, psikolojik kontrol ve bağlanma biçimleri arasındaki ilişkide mükemmeliyetçiliğin aracı rolünü inceleyen bir tek çalışmaya rastlanmıştır (örn., Yıldırım, 2018).

Alanyazına bakıldığında bağlanma biçimleri ve benlik süreçleri ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişki (Trak, 2016); özerklik desteği, psikolojik kontrol ve bağlanma biçimleri ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi eğilimlerin yordayıcılığı (Yıldırım, 2018); evlilik doyumu ve eş desteği ile ilişki ve odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (Cebeci, 2019) ve sosyal görünüş, ruminatif düşünme ve beden algısı ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki

ilişkiler (Abak, 2019) ile ilgili yapılan çalışmalar mevcuttur. Konu ile ilgili alanyazında yapılmış diğer çalışmalara bakıldığında, mevcut çalışma, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin yordanmasında erken dönem uyum bozucu şemaların rolünü ve bu ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük gibi özelliklerin aracığını incelemesi bakımından ilk çalışma olma özelliği taşımaktadır.

1.10. Araştırmanın Amaçları ve Hipotezleri

Bu tez çalışması kapsamında ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şema alanları arasındaki ilişkide, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin incelenmesi amaçlanmıştır.



Şekil 1. Bireyin erken dönem uyum bozucu şema alanları, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin arasında bağlantıya ilişkin kurulan model.

Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide, mükemmeliyetçiliğin ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynuyor olabileceği düşünülmektedir (Şekil 1). Buna göre, erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide; erken dönem uyum bozucu şemala alanlarının kişilerde mükemmeliyetçi eğilimleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırabileceği ve bunların da ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde artışı yorduyor olabileceği öngörülmüştür. Araştırmanın amaçları doğrultusunda belirlenen sorular şu şekilde sıralanmıştır:

1. Çalışmadaki değişkenler arası anlamlı ilişkiler var mıdır?
2. İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyinde demografik değişkenler açısından anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
3. Önerilen modeldeki (Şekil 1) direkt ve dolaylı ilişkiler anlamlı mıdır?
 - a. Direkt ilişkiler
 - i. Her bir şema alanındaki artış ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordamaktadır.
 - ii. Her bir şema alanındaki artış partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordamaktadır.
 - b. Dolaylı ilişkiler
 - i. Her bir şema alanındaki artış, ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışı, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük puanları aracılığıyla yordamaktadır.
 - ii. Her bir şema alanındaki artış, partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışı, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük puanları aracılığıyla yordamaktadır.

2.BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yürütüldüğü örneklem ile ilgili, çalışmada kullanılan veri toplama araçları ve verilerin işleme yönelik bilgiler aktarılmıştır.

2.1. Örneklem

Çalışmada yer alan katılımcıların yaşları 18 – 58 arasında değişmektedir (*Ort.* = 29.77, *SS* = 10.04). Katılımcılara kolay örnekleme yoluyla ulaşılmıştır. İnternet üzerinden gönderilen anket 413 kişi tarafından tamamlanmıştır. Yapılan veri temizliği sonucunda çalışmaya katıldığı zaman içerisinde süregiden romantik bir ilişkisi olmadığını belirten 45 kişi veri setinden çıkartılmıştır. Bunun yanı sıra çalışmaya katılan 67 kişi ise psikolojik/psikiyatrik bir tanısı olduğu için veri setinden çıkartılmıştır. Daha sonrasında yapılan çok değişkenli uç değer analizi sonucunda tespit edilen 11 katılımcı da veri sonuçlarını etkilememesi açısından veri setinden çıkartılmıştır. Bunun sonucunda çalışma, 290 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 224'ü kadın (%77.2), 66'sı erkek (%22.8) bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların ilişki süreleri ise 1 ay ile 433 ay arasında değişmektedir (*Ort.* = 73.71, *SS* = 89.36). Çalışmada yer alan katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin diğer değişkenlere Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1
Katılımcıların Demografik Özellikleri

	N	%
Cinsiyet		
Kadın	224	77.2
Erkek	66	22.8
Öğrenim Durumu		
Lise Mezunu	6	2.1
Üniversite Öğrencisi	71	24.5
Üniversite Mezunu	124	42.8

Lisansüstü Öğrencisi	58	20
Lisansüstü Mezunu	31	10.7
Medeni Durum		
Bekâr	192	66.2
Evli	98	33.8

Not. N: Kişi sayısı

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın amaçları doğrultusunda verilerin toplanmasında katılımcıların demografik bilgilerinin elde edilmesi için Demografik Bilgi Formu; obsesif-kompulsif belirti düzeylerinin belirlenmesi için Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form (OKE-GGF); romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeylerinin belirlenmesi için Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ); partner odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyinin belirlenmesi için Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği (PİOKBÖ); belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin belirlenmesi için Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ); mükemmeliyetçilik düzeylerinin belirlenmesi için Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) ve erken dönem uyum bozucu şema alanlarının belirlenmesi için ise Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSO-KF3) ölçeği kullanılmıştır.

2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu

Bu formda katılımcılara araştırmanın amacı, katılım esasları ve çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığına dair bilgiler sunulmuştur. Katılımcılardan elde edilen verilerin kullanımı ve gizlilik esaslarına dair bilgiler verilmiştir. Onam Formu Ek 1’de gösterilmiştir.

2.2.2. Demografik bilgi formu

Ölçekleri doldurmadan önce katılımcılara; araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan Demografik Bilgi Formu verilmiştir. Formda katılımcılardan cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, ruhsal sağlık, medeni durum ve süregiden ilişkisinin süresine ilişkin bilgi vermeleri istenmiştir. Demografik Bilgi Formu Ek 2’de gösterilmiştir.

2.2.3. Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form (OKE-GGF)

Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form olarak Foa ve arkadaşları (2002) tarafından, obsesif-kompulsif bozukluğun genel görülen semptomlarını ve obsesif-kompulsif belirti düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 18 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipi bir ölçek olup 0 'Hiç' ve 4 'Aşırı derece' arasında derecelendirilmektedir. Ölçek toplam puan olarak değerlendirilebildiği gibi alt boyutlarına göre de değerlendirilebilmektedir. Ölçekten alınabilecek puan 0-72 arasındadır. Ölçekten alınan toplam puanın yükselmesi, obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki yüksekliğe işaret etmektedir. Ölçek altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar, Kontrol etme; Temizlik; Düzenleme; Obsesyonlar; Nötralizasyon ve Biriktirmedir. Yetişkin örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için OKB grubunda .81; kontrol grubunda ise .89 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları OKB grubu için .82 ile .90 arasında; kontrol grubu için ise .34 ile .89 arasında olarak bildirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliği ile ilgili yapılan karşılaştırmalar sonucunda; ölçeğin tatmin edici geçerliği ve güvenilirliği olduğu söylenebilmektedir. Ölçek klinik örnekleme kullanılabileceği gibi klinik olmayan örnekleme de kullanılabilmektedir (Foa ve ark., 2002).

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yorulmaz, İnözü, Clark ve Radomsky (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin altı faktörlü yapısının Türkiye örnekleme için de geçerli olduğu bildirilmiştir. OKE-GGF'nin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayılarının ölçeğin bütünü için .90; ölçeğin alt boyutları için ise .64 ile .84 aralığında olduğu bildirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliği ile ilgili yapılan karşılaştırmalar sonucunda; ölçeğin Türkiye örnekleme için tatmin edici geçerliği ve güvenilirliği olduğu söylenebilmektedir. Bu çalışmada OKE-GGF toplam puan olarak değerlendirilmiştir. OKE-GGF, genel OKB belirtileri ile ilişki odaklı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki çoklu ortak doğrusallığın (multicollinearity) kontrol edilmesi amacıyla araştırma anketine eklenmiştir. OKE-GGF'nin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .98 olarak bulunmuştur. Obsesif-Kompulsif Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form Ek 3'te gösterilmiştir.

2.2.4. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)

Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği, Doron ve arkadaşları (2012a) tarafından, kişilerin romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti şiddetini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz-bildirim ölçeğidir. 14 maddeden oluşan ölçekte 2 madde soruların benzer cevaplanıp cevaplanmadığına bakılan kontrol maddeleridir. Ölçek, 5'li Likert tipi bir ölçek olup maddeler 0 'Bana hiç uygun değil' ve 4 'Bana tamamen uygun' arasında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanların yükselmesi, romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki yükseklığe işaret etmektedir. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar, partnere duyulan sevgi, partner tarafından sevilme ve ilişkinin doğruluğudur.

Yetişkin ve klinik olmayan örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için .93; partner tarafından sevilme alt boyutu için .87; partnere duyulan sevgi alt boyutu için .84 ve ilişkinin doğruluğu alt boyutu için .79 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğinin değerlendirilmesi için obsesif-kompulsif belirti düzeyini, depresyon düzeyini, stres ve anksiyete düzeyini, obsesif inanışları, kaygılı ve kaçınan bağlanmaları ve ilişki doyumunu ölçen ölçeklerle karşılaştırılmıştır ve sonuçların ölçeğin yapı geçerliliğini desteklediği belirtilmiştir (Doron ve ark., 2012a).

Ölçek geçerlik ve güvenilirlik çalışması Trak ve İnöz (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin üç faktörlü yapısının Türkiye örnekleme için de geçerli olduğu bildirilmiştir. RİOKBÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için .89; partner tarafından sevilme alt boyutu için .82; partnere duyulan sevgi alt boyutu için .72 ve ilişkinin doğruluğu alt boyutu için .78 olarak belirtilmiştir. Bileşen geçerliliğinin değerlendirilmesi amacıyla RİOKÖ, orijinal ölçekte karşılaştırılan ölçeklerle karşılaştırılmıştır ve sonuçların ölçeğin yapı geçerliliğini desteklediği belirtilmiştir. Bulgular, ölçeğin Türk örnekleme için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada RİOKÖ toplam puan olarak değerlendirilmiştir. RİOKÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .90 olarak bulunmuştur. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeğinin formu Ek 4'te gösterilmiştir.

2.2.5. Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği (PİOKBÖ)

Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği, Doron ve arkadaşları (2012b) tarafından, kişilerin partnerlerine yönelik obsesif-kompulsif belirti şiddetini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz-bildirim ölçeğidir. 28 maddeden oluşan ölçekte maddelerden dördü kontrol maddesidir. Ölçek, 5'li Likert tipi bir ölçek olup maddeler 0 'Bana hiç uygun değil' ve 4 'Bana tamamen uygun' arasında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanların yükselmesi, partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki yüksekliğe işaret etmektedir. Ölçek altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar, Ahlaklılık; Sosyallik; Görünüş; Mesleki yeterlilik; Zeka ve Duygusal istikrarlılıktır. Yetişkin örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için .95; Ahlaklılık alt boyutu için .89; Sosyallik alt boyutu için .84; Görünüş alt boyutu için .83; Mesleki yeterlilik alt boyutu için .87; Zeka alt boyutu için .83 ve Duygusal istikrarlılık alt boyutu için .84 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğinin değerlendirilmesi için obsesif-kompulsif belirti düzeyini, depresyon düzeyini, stress ve anksiyete düzeyini, obsesif inanışları, kaygılı ve kaçınan bağlanmaları ve ilişki doyumunu ölçen ölçeklerle karşılaştırılmıştır ve sonuçların ölçeğin yapı geçerliliğini desteklediği belirtilmiştir (Doron ve ark., 2012b).

Ölçek geçerlik ve güvenilirlik çalışması Trak ve İnöz (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin altı faktörlü yapısının Türkiye örnekleme için de geçerli olduğu bildirilmiştir. PİOKBÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için .94; Ahlaklılık alt boyutu için .88; Sosyallik alt boyutu için .77; Görünüş alt boyutu için .88; Mesleki yeterlilik alt boyutu için .83; Zeka alt boyutu için .71 ve Duygusal istikrarlılık alt boyutu için .85 olarak belirtilmiştir. Bileşen geçerliliğinin değerlendirilmesi amacıyla PİOKBÖ, orijinal ölçekte karşılaştırılan ölçeklerle karşılaştırılmıştır ve sonuçların ölçeğin yapı geçerliliğini desteklediği belirtilmiştir. Bulgular, ölçeğin Türk örnekleme için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada PİOKBÖ toplam puan olarak değerlendirilmiştir. PİOKBÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .93 olarak bulunmuştur. Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeğinin formu Ek 5'te gösterilmiştir.

2.2.6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ)

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ilk Fransızca olarak Freeston ve arkadaşları (1994) tarafından, kişilerin belirsiz durumlar karşısında verdiği duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkileri ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz-bildirim ölçeğidir. 27 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipi bir ölçek olup 1 'Beni hiç tanımlamıyorum' ve 5 'Beni tam olarak tanımlıyorum' şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanın yükselmesi, kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğün arttığına işaret etmektedir. Ölçek, belirsizliğin kabul edilemez ve belirsizlikten kaçınılması gerektiği; belirsizliğin strese ve hayal kırıklığına yol açacağı ve harekete geçmeyi engelleyeceği ve belirsizliğin insanı olumsuz yönde etkileyeceği ile ilgili beş faktörlü bir yapı ortaya koymaktadır. Yetişkin ve klinik olmayan örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı .91; beş haftalık bir süre içerisindeki test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .78 olarak bildirilmiştir. Ölçeğin geçerliği ve güvenirliği iyi düzeyde bulunmuştur.

Ölçeğin İngilizceye çevirisi, geçerlik ve güvenirlik çalışması Buhr ve Dugas (2002) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda ölçeğin dört faktörden oluştuğu görülmüştür. Bunlar, 'belirsizlik eyleme geçmeyi engeller'; 'belirsizlik üzüntü ve stres vericidir'; 'belirsizlik adil değildir' ve 'belirsiz olaylar olumsuzdur ve kaçınılması gerekir' dir. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı .94; beş hafta sonraki test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .74 olarak bildirilmiştir. BTÖ'nün İngilizce versiyonunun geçerliği ve güvenirliği iyi düzeyde bulunmuştur.

Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması Sarı ve Dağ (2009) tarafından yapılmıştır. Çalışmada ilk olarak beş faktörlü bir yapı gözlemlenmiştir, fakat beşinci faktör bir maddeden oluştuğu ve ölçekle olan korelasyonu düşük olduğu için ölçekten çıkarılmıştır. Ölçekte 21. maddenin hiçbir faktöre girmediği gözlemlenmiştir. Bulgular sonucunda ölçek 'Belirsizlik stres verici ve üzücüdür', 'Belirsizlik ile ilgili olumsuz benlik değerlendirmeleri', 'Geleceği bilmemek rahatsız edicidir' ve 'Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller' olmak üzere dört faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı .93; test-tekrar test korelasyon katsayısının ise .66 olduğu bildirilmiştir. BTÖ'nün, Türkiye örnekleme için iyi geçerliği ve güvenirliği olduğu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını yansıttığı söylenebilmektedir. Bu çalışmada BTÖ toplam puan olarak

değerlendirilmiştir. BTÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .94 olarak bulunmuştur. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin formu Ek 6'da gösterilmiştir.

2.2.7. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ)

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Frost ve arkadaşları (1990) tarafından, mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu olarak ölçülebilmesi amacıyla geliştirilmiş bir öz-bildirim ölçeğidir. Toplamda 36 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipi bir ölçek olup 1 'Hiç katılmıyorum' ve 5 'Tamamen katılıyorum' şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçek altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar, hatalara aşırı dikkat; davranışlardan şüphe duyma; organizasyon/düzen; ebeveyn eleştiriselliği; ebeveyn beklentisi ve kişisel standartlardır. Ölçek toplam puan olarak değerlendirilebildiği gibi alt boyutlar ile de değerlendirilebilmektedir.

Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği, mükemmeliyetçilik düzenin arttığına; alt boyutlardan alınan puanların yükselmesi ise kişinin ilgili özellikteki artışa işaret etmektedir. Organizasyon alt boyutunun, ölçeğin bütünü ve alt boyutlarla olan korelasyonun düşük olması nedeniyle, bu alt boyutun toplam puana katılmayabileceği belirtilmiştir. Yetişkin örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin bütünü için .90; alt boyutları için ise .77 ile .93 arasında olarak bildirilmiştir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması çalışması ise Sayıl ve arkadaşları (2012) tarafından yapılmıştır. Türkiye örnekleminde beş faktörlü bir yapı gözlenmiştir. Orijinal ölçekte kişisel standartlar ve organizasyon alt boyutlarında yer alan maddelerin; aynı faktör altında toplandığı belirtilmiştir. Ölçek beş alt boyut olarak değerlendirilebileceği gibi uyumlu (kişisel standartlar/organizasyon) ve uyumsuz mükemmeliyetçilik (hatalara aşırı dikkat, davranışlardan şüphe duyma, ebeveyn beklentisi, ebeveyn eleştiriselliği) olarak da değerlendirilebildiği belirtilmektedir. Bunun yanı sıra kişisel standartlar alt boyutunun altında yer alan dört maddenin ölçekle düşük korelasyon göstermesi sebebiyle değerlendirmeye alınmamaktadır. Buna ek olarak, ölçeğin 34. maddesinin ise yalnızca olumsuz mükemmeliyetçilik toplam puanı olarak değerlendirileceği zaman puanlamaya dâhil edilebilmektedir. Yetişkin örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları alt boyutlarda kadınlar için .68 ile .82 arasında; erkekler için ise .63 ile .82 arasında olarak

bildirilmiştir. Ölçeğin Türkiye örnekleme için tatmin edici geçerliği ve güvenilirliği olduğu söylenebilmektedir. Bu çalışmada FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik olarak değerlendirilmiştir. Ölçekte uyumsuz mükemmeliyetçilik için iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .91 olarak bulunmuştur. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin formu Ek 7’de gösterilmiştir.

2.2.8. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSO-KF3)

Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, erken dönem uyum bozucu şemaları ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeğidir (Joung ve Brown, 1994; Joung ve ark., 2003). 90 maddeden oluşan ölçek 6’lı Likert tipinde olup 1 ‘Benim için tamamıyla yanlış’, 6 ‘Beni mükemmel şekilde tanımlıyor’ şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçek, beş şema alanın (Kopukluk/Reddedilmişlik, Zedelenmiş otonomi/Performans, Zedelenmiş sınırlar, Diğeri yönelimlilik ve Aşırı tetikte olma/Bastırılmışlık) altında yer alan 18 uyum bozucu şema boyutundan oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksekliği sayı ve şiddet olarak erken dönem uyum bozucu şemalarda artışa işaret etmektedir. YŞÖ birçok dile çevrilmiş olup; klinik ve klinik olmayan örneklemlerde de kullanılabilir (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009).

Ülkemizde Young Şema Ölçeği Kısa Form-3’ün geçerlik ve güvenilirlik çalışması Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan üst-sıra faktör analizi sonucu ülkemizde de beş şema alanına ulaşılmıştır. Bunlar, Kopukluk; Yüksek Standartlar; Zedelenmiş Otonomi; Zedelenmiş Sınırlar ve Diğeri Yönelimlilik. Bu beş şema alanının altında yer alan 14 şema boyutuna ulaşıldığı bildirilmiştir. Bunlar, Duygusal Yoksunluk; Sosyal İzolasyon/Güvensizlik; Karamsarlık; Başarısızlık; Onay Arayıcılık; Duyguları Bastırma; İç İç Geçme/Bağımlılık; Terk Edilme; Kendini Feda; Ayrıcalıklık/Yetersiz Özdenetim; Yüksek Standartlar; Kendini Feda; Tehditler Karşında Dayanısızlık; Kusurluluk ve Cezalandırma şemalarıdır. Yetişkin örnekleme gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayıları şema boyutları için .63 ile .80 arasında; şema alanları için ise .53 ile .81 arasında olduğu bildirilmiştir. Ortalama üç hafta sonraki test-tekrar test korelasyon katsayıları şema boyutları için .66 ile .82 arasında; şema alanları için ise .66 ile .83 arasında olduğu belirtilmiştir. Bileşen geçerliği için YŞÖ-KF-3, Belirti Tarama Listesi (SCI-90-R) ile

karşılaştırılmıştır. Bulguların anlamlı ve beklenen yönde olduğu belirtilmiştir. Bunun yanı sıra ölçeğin birçok şema boyutunda klinik ve klinik olmayan örnekleme ayırt edebildiği gözlenmiştir. YŞÖ-KF-3'ün, Türkiye örnekleme için tatmin edici geçerliği ve güvenilirliği olduğu söylenebilmektedir. Ölçekte şema alanlarının iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alpha katsayısı mevcut çalışma için .78 - .92 arasında bulunmuştur. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 Ek 8'de gösterilmiştir.

2.3. İşlem

Bu çalışma kapsamında yukarıda belirtilen ölçekler kullanılarak Qualtrics.com adlı sitede çalışma anketi oluşturulmuştur. Burada oluşturulan link ile anket internet üzerinden katılımcılara ulaştırılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler Bilgilendirilmiş Onam Formu her zaman birinci; Demografik Bilgi Formu ise her zaman ikinci sırada olmak üzere; diğer ölçekler rastgele sıralanarak tüm ölçekler toplu halde uygulanmıştır. Çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı katılımcılara belirtilmiştir. Anket içerisinde katılımcılardan herhangi bir kimlik bilgisi alınmamış olup; veriler sadece katılımcı numarası atanarak analize alınmıştır. Araştırmada yer alan tüm analizler için IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Statistics 25 paket programı kullanılmıştır.

Çalışmanın ana değişkenlerini oluşturmak için ilgili toplam puanlar elde edilmeden önce her bir değişkenin normal dağılım gösterdiğinin test edilmesi için Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) değerlerine bakılmıştır. Çarpıklık ve Basıklık değerlerinin +2 ve -2 aralığında olması değişkenin normal dağılım gösterdiğinin ölçütü olarak kabul edilmektedir (George ve Mallery, 2010). Bu doğrultuda yapılan analizler sonucunda duygusal yoksunluk ve kusurluluk şemaları, partnere duyulan sevgi, partnerin ahlaklılığı ve dış görünüşü değişkenlerinin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu değişkenler, logaritma dönüşümü kullanılarak (Tabachnick ve Fidell, 2013) normal dağılıma uygun hale getirilmiştir. Bunun ardından çalışmanın ana değişkenleri uygun alt boyutlar toplanarak oluşturulmuştur.

Bu doğrultuda, çalışmada önerilen modelde, bağımsız değişken olan erken dönem uyum bozucu şemalar değişkeni, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSO-KF3) ile ölçülmüş ve beş şema alanı (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik) ile temsil edilmiştir. Çalışmanın bağımlı değişkeni olan ilişki ve partner odaklı

obsesif-kompulsif belirtiler, ilişki odaklı belirtiler (Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği - RİOKÖ) ve partner odaklı belirtiler (Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği - PİOKBÖ) olmak üzere ayrı ayrı ve toplam puan alınarak temsil edilmiştir. Çalışmadaki aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) ile ölçülmüş olup uyumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutlarının toplam puanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük ise Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ) ile ölçülmüş olup toplam puan ile temsil edilmiştir.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde çalışmanın amaçları ve hipotezleri doğrultusunda yapılan istatistiksel analizlere ve bu analizlerin sonuçlarına yer verilmiştir. Öncelikle ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile demografik değişkenlerle (yaş, cinsiyet ve ilişki süresi) yapılan analizler aktarılmıştır. Daha sonra çalışmada kullanılan ana değişkenler için korelasyon analizi sonuçları aktarılmıştır. Ardından araştırmada kullanılan modele ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Son olarak, model analizi sonucunda direkt etkisi bulunan şema alanlarının etki düzeylerine ilişkin yapılan aşamalı (stepwise) regresyon analizi bulguları aktarılmıştır.

3.1. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Bulguları

Bu kısımda ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyleri ile demografik değişkenler (yaş, ilişki süresi, cinsiyet ve medeni durum) arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Yaş değişkeni ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye bakılması için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bakıldığında yaş ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur [$r(290) = -.18, p = .002$]. Katılımcıların yaşının artması, ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki azalmayla ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak katılımcıların yaşı ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır [$r(290) = -.11, p = .064$].

Katılımcıların ilişki süreleri ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye bakılması için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bakıldığında ilişki süresi ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi [$r(263) = -.27, p < .001$] ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi [$r(263) = -.13, p = .043$] arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Katılımcıların ilişki sürelerinin artmasının ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki azalma ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin cinsiyete ve medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığının test edilmesi için ayrı ayrı bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır.

Analiz öncesinde gruptaki kişi sayısındaki farklılığın analizde bir yanlılık yaratmaması amacıyla kadın katılımcıların içerisinde rastgele 66 katılımcı seçilerek analiz gerçekleştirilmiştir. Tablo 2’de de görüldüğü gibi yapılan analiz sonuçlarına göre kadınların ve erkeklerin, ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi açısından farklılaşmadığı görülmüştür [$t(130) = 0.15, p = .878$]. Benzer şekilde partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyinde de kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır [$t(130) = -0.26, p = .795$].

Tablo 2
İlişki ve Partner Odaklı Belirtilerde Cinsiyet için T-test Sonuçları

	Kadın			Erkek			t	df
	Ort.	SS	n	Ort.	SS	n		
İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi	11.95	10.00	66	11.68	10.45	66	0.15	130
Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi	18.21	15.75	66	18.95	17.04	66	0.26	130

Medeni durum ve ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ile yapılan analiz öncesinde de cinsiyet değişkeninde olduğu gibi gruptaki kişi sayılarının eşitlenmesi amacıyla bekar katılımcıların içerisinde rastgele 98 katılımcı seçilerek analiz yapılmıştır. Tablo 3’te de görüldüğü gibi evli ve bekar katılımcılar arasında partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi açısından bir fark bulunmamıştır [$t(194) = -1.29, p = .200$]. Ancak ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyinin, bekar katılımcılarda evli katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur [$t(194) = -2.51, p = .013$].

Tablo 3

İlişki ve Partner Odaklı Belirtilerde Medeni Durum için T-test Sonuçları

	Bekar			Evli			<i>t</i>	<i>df</i>
	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>n</i>		
İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi	13.84	10.23	98	10.30	9.54	98	2.51*	194
Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi	20.43	17.36	98	17.35	16.17	98	1.29	194

*Not. *p < .05*

Özetle, yaş ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, yaş arttıkça ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde azaldığına yönelik ilişkiler bulunmuştur. İlişki süresi arttıkça hem ilişki odaklı hem de partner odaklı belirtilerde azalma olduğu yönünde ilişkiler bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine baktığımızda ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin cinsiyete göre farklılaşmadığı; medeni durum değişkeninde ise sadece ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyinde bekar olan bireylerin evlilere göre daha fazla ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti deneyimledikleri bulgularına ulaşılmıştır.

3.2. Çalışmadaki Ana Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar

Çalışmanın ana değişkenlerinden olan erken dönem uyum bozucu şema alanları, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Buna ek olarak obsesif-kompulsif belirtiler ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin birbiri ile ilişkili ancak aynı zamanda da ayrışabildiğinin incelenmesi amacıyla genel obsesif-kompulsif belirti düzeyi ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki korelasyona da bakılmıştır. Değişkenler arası korelasyon analizi bulgularının tümüne Tablo 4'te yer verilmiştir.

Öncelikle, çoklu ortak doğrusallığın (multicollinearity) kontrol edilebilmesi için obsesif kompulsif belirti düzeyi ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında obsesif kompulsif belirti düzeyi ile hem ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .34, p < .001$), hem de partner odaklı belirtiler

arasında ($r = .36, p < .001$) pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara bakıldığında, korelasyon değerleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili ve çoklu ortak doğrusallık (multicollinearity) ihtimali oluşturacak kadar yüksek olmadığı görülmüştür

Buna ek olarak, ilişki odaklı belirtiler ile partner odaklı belirtiler arasındaki korelasyon bulgularına bakıldığında, ilişki odaklı ve partner odaklı belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r = .66, p < .001$). İki değişken arasında çoklu ortak doğrusallık olmadığına söylenebilmesi için değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının .70'ten küçük olması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). İlişki odaklı ve partner odaklı belirtiler arasındaki ilişkinin bu sınıra yakın olduğu ancak yine de aralarında çoklu ortak doğrusallık olmadığı görülmüştür.

Analiz sonuçlarına bakıldığında zedelenmiş otonomi şema alanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = .57, p < .001$); mükemmeliyetçilik düzeyi ($r = .60, p < .001$); ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .49, p < .001$) ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .48, p < .001$) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Kopukluk şema alanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = .50, p < .001$); mükemmeliyetçilik düzeyi ($r = .54, p < .001$); ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .40, p < .001$) ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .45, p < .001$) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Yüksek standartlar şema alanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = .56, p < .001$); mükemmeliyetçilik düzeyi ($r = .57, p < .001$); ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .38, p < .001$) ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .43, p < .001$) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = .27, p < .001$); mükemmeliyetçilik düzeyi ($r = .25, p < .001$); ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .16, p < .01$) ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .18, p < .01$) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = .42, p < .001$); mükemmeliyetçilik düzeyi ($r = .48, p < .001$); ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r =$

.23, $p < .001$) ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi arasında ($r = .30, p < .001$) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Mükemmeliyetçilik düzeyi ile hem ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .30, p < .001$) hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .42, p < .001$) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Benzer şekilde belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinde de hem ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .41, p < .001$) hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ($r = .38, p < .001$) ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler görülmüştür.

Özetle, çalışmanın ana değişkenlerinden olan şema alanları, mükemmeliyetçilik düzeyi, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, ilişki odaklı belirtiler ve partner odaklı belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 4
Değişkenler Arası Korelasyonlar

Değişkenler	Ort.	SS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Yaş	29.77	10.04	-											
2. İlişki Süresi (ay)	73.71	89.36	.81***	-										
3. Genel Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi	23.20	12.33	-.12*	-.06	-									
4. Belirsizliğe Tahammülsüzlük	73.36	21.04	-.22***	-.13*	.51***	-								
5. Uyumsuz Mükemmeliyetçilik	54.61	16.47	-.14*	-.07	.38***	.52***	-							
6. İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler	12.21	9.98	-.18**	-.27***	.34***	.41***	.30***	-						
7. Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler	18.89	16.52	-.11	-.13*	.36***	.38***	.42***	.66***	-					
8. Zedelenmiş Otonomi	61.89	21.30	-.14*	-.11	.43***	.57***	.60***	.49***	.48***	-				
9. Kopukluk	30.69	11.49	-.15*	-.11	.34***	.50***	.54***	.40***	.45***	.60***	-			
10. Yüksek Standartlar	29.46	8.23	-.18**	-.11	.41***	.56***	.57***	.38***	.43***	.49***	.47***	-		
11. Zedelenmiş Sınırlar	23.87	6.92	-.25***	-.19**	.25***	.27***	.25***	.16**	.18**	.22***	.31***	.41***	-	
12. Diğeri Yönelimlilik	34.82	9.05	.05	.05	.38***	.42***	.48***	.23***	.30***	.51***	.48***	.51***	.16**	-

Not. N = 290 *p < .05, **p < .01, ***p < .001

3.3. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü

Çalışmanın ana değişkenleriyle yapılan korelasyon analizinin ardından ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şema alanları arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin incelenmesi için aracı model analizi yapılmıştır. Analizlerde bağımsız değişken/yordanan değişken olan ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ilişki odaklı ve partner odaklı olmak üzere her bir şema alanı için ayrı ayrı analiz edilmiştir.

Aracı model analizinde X bağımsız değişken (yordayıcı); Y bağımlı değişken (yordanan) ve M aracı değişken/değişkenler olarak tanımlanmaktadır ve modelde toplam etki (X'in Y üzerindeki etkisi: "c yolu"); doğrudan etki (Modeldeki diğer değişkenlerin Y üzerindeki etkileri kontrol edildiğinde X'in Y üzerindeki etkisi: "c' yolu") ve dolaylı etkilere (M aracılığıyla X'in Y üzerindeki etkisi: ab) bakabilmemize olanak sağlamaktadır (Hayes, 2013, 2017).

Modelde aracılıkların anlamlılığının test edilmesi amacıyla Bootstrap yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem halihazırdaki veri setinden alınan verilerin yinelenerek -yeniden örneklenerek- modelin daha büyük bir veri setiyle test edilmesine olanak sağlamaktadır (Hayes, 2013, 2017). Bootstrap yöntemi, aracı model analizlerinde, aracılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını test etmemize olanak sağlayan ve Sobel z testi gibi yöntemlere kıyasla daha avantajlı olduğu belirtilmektedir. Aracılığın anlamlı olup olmadığını test edilebilmesi için oluşturulan güven aralığında (altsınır-üstsınır) 0 değerinin bulunmaması, o değişkenin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde aracılık ettiğini göstermektedir (Hayes, 2013, 2017).

Bu çalışmada ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (yordanan değişkenler: Y) ile erken dönem uyum bozucu şema alanları (yordayan değişkenler: X) arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün (aracı değişkenler: M) aracı rolünün sınanması amacıyla model analizi için SPSS PROCESS Macrosu (Hayes, 2013) versiyon 3.4 paketi kullanılmıştır. Aracı modelin test edilmesi için Model 4 seçilmiştir. Model 4, birbirleriyle ilişki ancak aralarında nedensellik tanımlanmamış birden fazla aracının değişkenin test edilmesine olanak sağlamaktadır (Hayes, 2017; Kane ve Ashbough, 2017). Bu çalışmada da

mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük birbirleriyle ilişki olmasına rağmen aralarında nedensel bir ilişki tanımlanmadığı için Model 4 tercih edilmiştir.

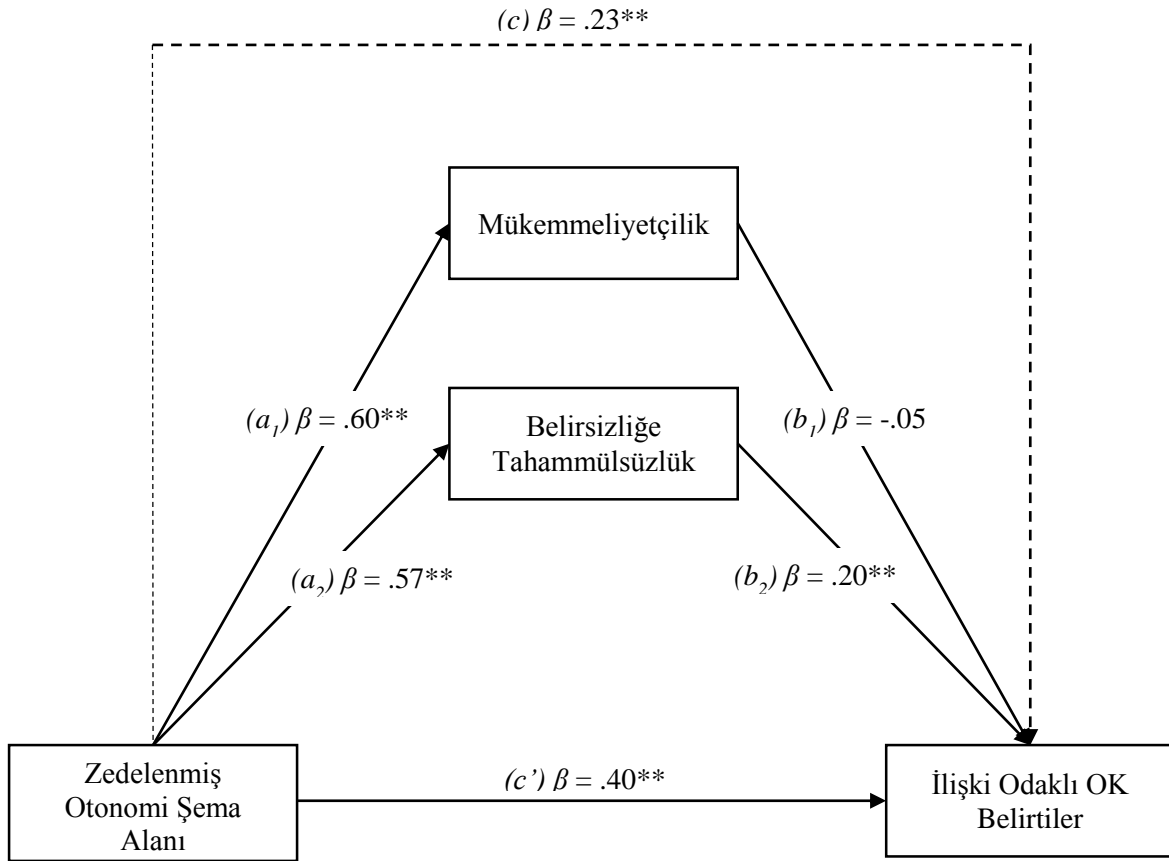
3.3.1. Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü

Zedelenmiş otonomi şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 34.35, p < .001$] ve varyansın %26.49'unu açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak zedelenmiş otonomi şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .60, p < .001$), ancak mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_1: \beta = -.05, p = .459$). Diğer taraftan, zedelenmiş otonomi şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .57, p < .001$), belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .20, p = .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .115, SH = .040$), %95 GA [0,0386 - 0,1971]; mükemmeliyetçilik düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_1b_1 = -.029, SH = .040$), %95 GA [-0,1085 - 0,0500] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) zedelenmiş otonomi şema alanındaki yükselmenin kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .40, p < .001$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 2'de yer verilmiştir.

Özetle, zedelenmiş otonomi şema alanının hem tek başına hem de kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi aracılığıyla kişilerin romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı; ancak mükemmeliyetçiliğin bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. $**p \leq .001$

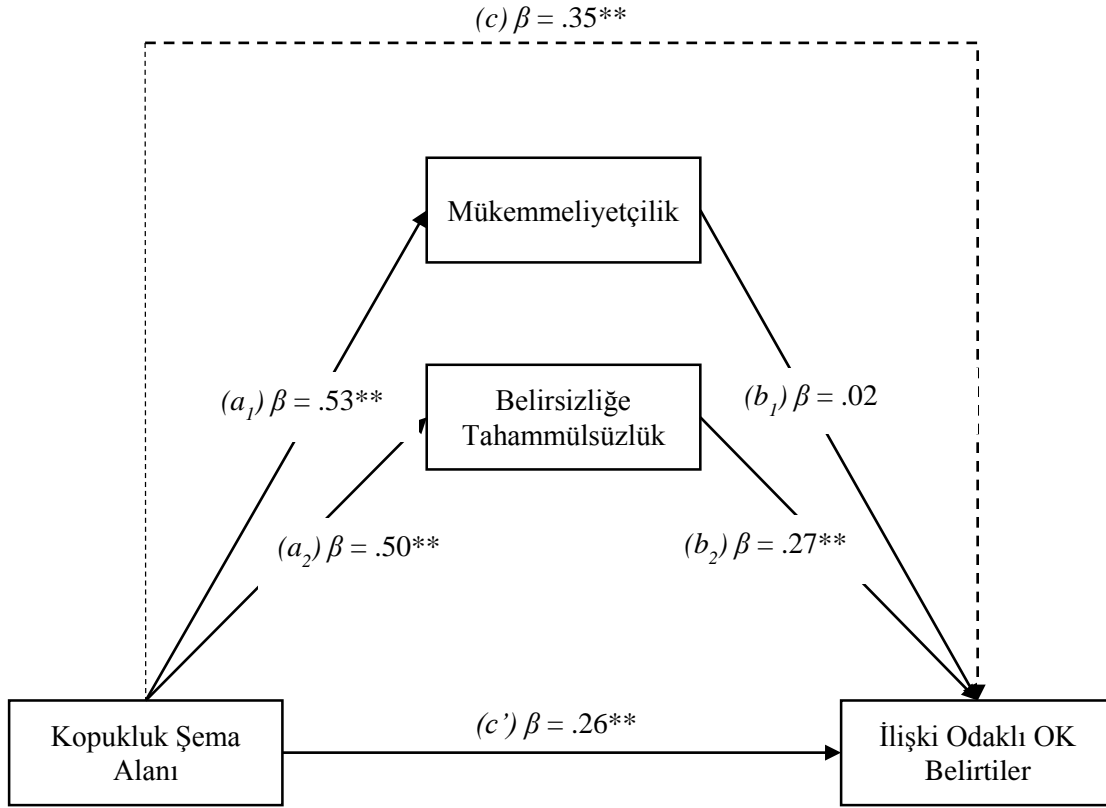
Şekil 2. Zedelenmiş otonomi şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

Kopukluk şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 26.82, p < .001$] ve varyansın %21.95'ini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak kopukluk şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .53, p < .001$), ancak mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_1: \beta = .02, p = .769$). Diğer taraftan, kopukluk şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .50, p < .001$), belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .27, p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .133, SH = .033$), %95 GA [0,0709 - 0,2007]; mükemmeliyetçilik düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_1b_1 = .010, SH = .037$), %95 GA [-0,0622 - 0,0842] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) kopukluk şema alanındaki yükselmenin kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .26, p < .001$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 3'te yer verilmiştir.

Özetle, kopukluk şema alanının hem tek başına hem de kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi aracılığıyla kişilerin romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı; ancak mükemmeliyetçiliğin bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. ** $p < .001$

Şekil 3. Kopukluk şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

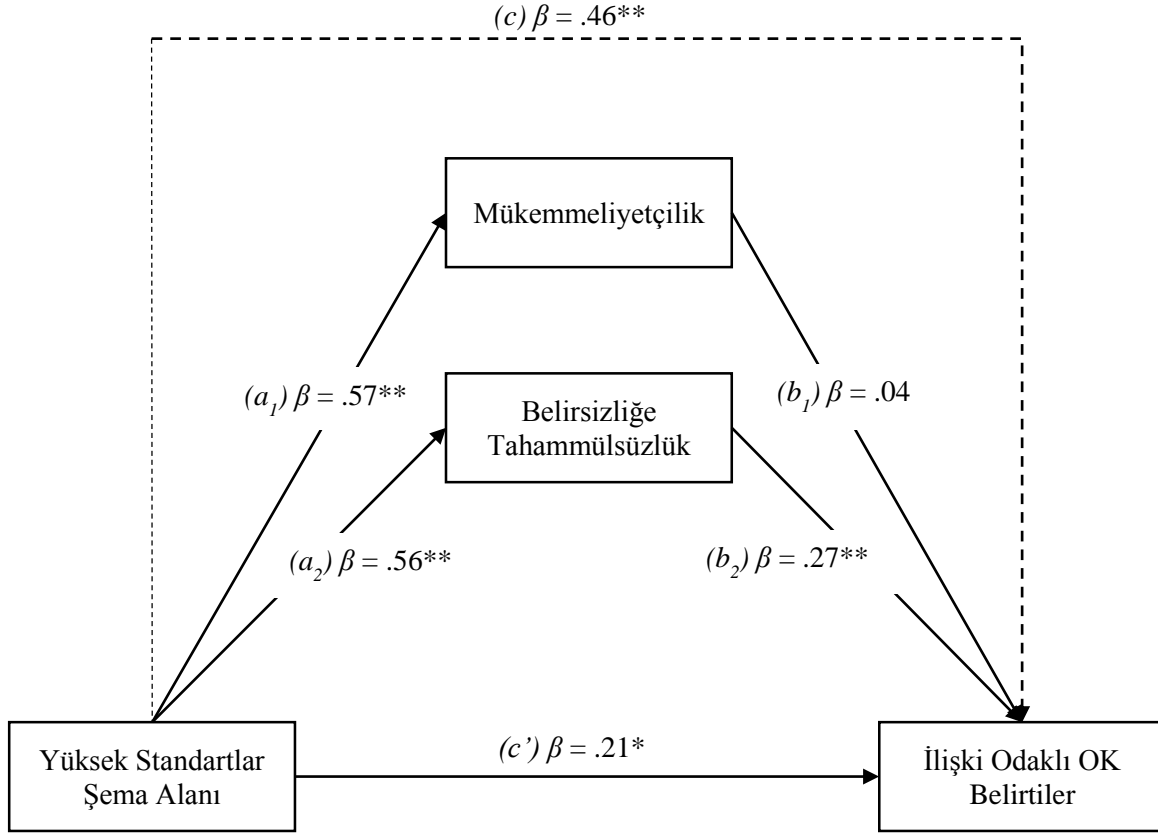
Yüksek standartlar şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınıanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 23.87, p < .001$] ve varyansın %20.03'ünü açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak yüksek standartlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .57, p < .001$), ancak mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_1: \beta = .04, p = .555$). Diğer taraftan, yüksek standartlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .56, p < .001$), belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise

kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .27, p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .152, SH = .040$), %95 GA [0,0768 - 0,2310]; mükemmeliyetçilik düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_1b_1 = .023, SH = .042$), %95 GA [-0,0600 - 0,1053] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) yüksek standartlar şema alanındaki yükselmenin kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .21, p = .003$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 4'te yer verilmiştir.

Özetle, yüksek standartlar şema alanının hem tek başına hem de kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi aracılığıyla kişilerin romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı; ancak mükemmeliyetçiliğin bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. * $p < .01$, ** $p < .001$

Şekil 4. Yüksek standartlar şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

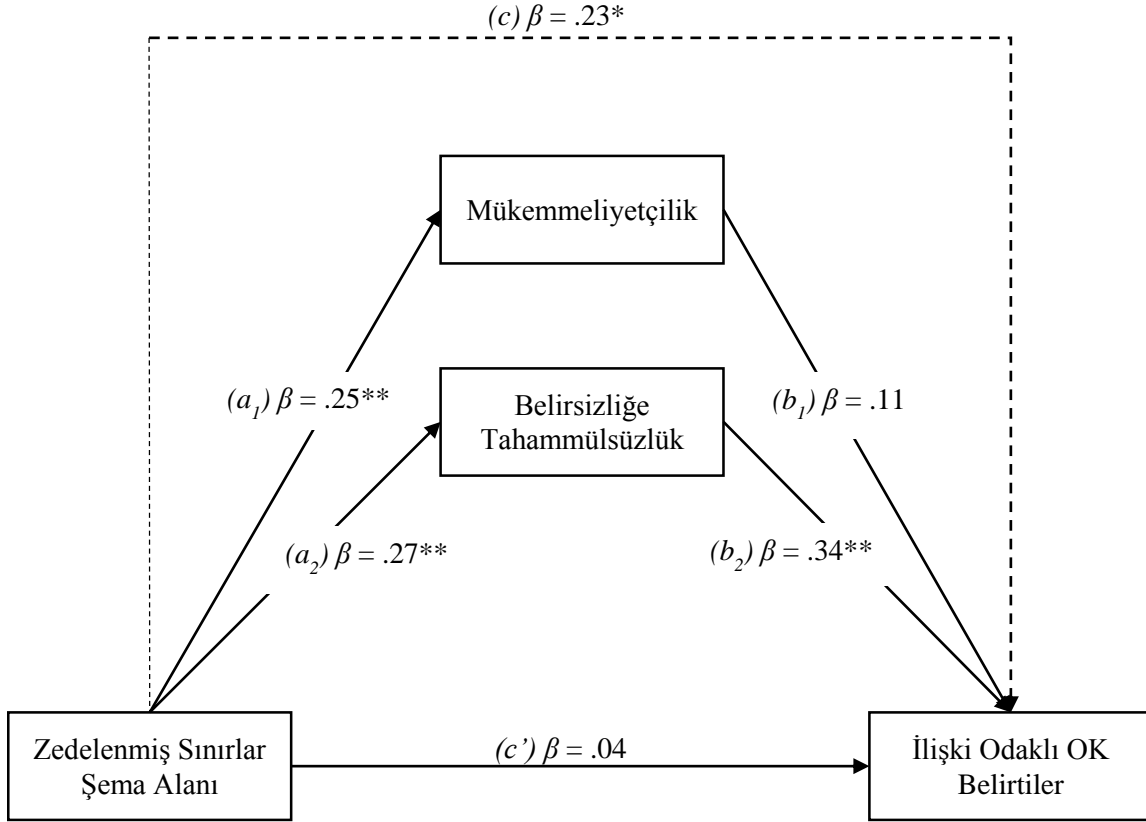
Zedelenmiş sınırlar şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 20.52, p < .001$] ve varyansın %17.71'ini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .25, p < .001$), ancak mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_1: \beta = .11, p = .076$). Diğer taraftan, zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .27, p < .001$), belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise

kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür (b_2 : $\beta = .34, p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .092, SH = .027$), %95 GA [0,0447 - 0,1493]; mükemmeliyetçilik düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_1b_1 = .028, SH = .018$), %95 GA [-0,0049 - 0,0673] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yükselmenin kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordamadığı görülmüştür (c' : $\beta = .04, p = .498$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 5'te yer verilmiştir.

Özetle, zedelenmiş sınırlar şema alanının, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeylerindeki artışı yordadığı; ancak mükemmeliyetçiliğin bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu şema alanının, kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi üzerinde tek başına yordayıcı gücü olmadığı görülmüştür.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. * $p < .01$, ** $p < .001$

Şekil 5. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

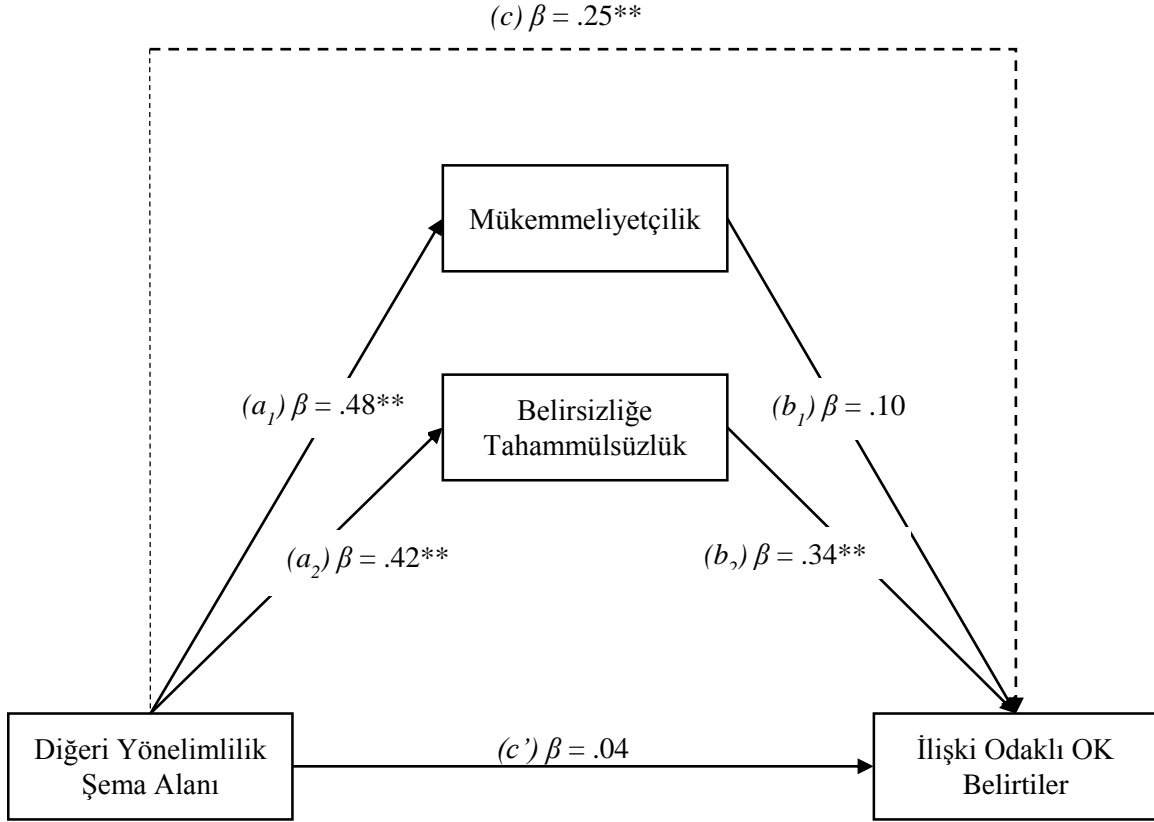
Diğeri yönelimlilik şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınıanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 20.47, p < .001$] ve varyansın %17.68'ini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak diğeri yönelimlilik şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .48, p < .001$), ancak mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_1: \beta = .10, p = .118$). Diğer taraftan, diğeri yönelimlilik şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .42, p < .001$), belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise

kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür (b_2 : $\beta = .34, p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .141, SH = .032$), %95 GA [0,0832 - 0,2066]; mükemmeliyetçilik düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_1b_1 = .050, SH = .035$), %95 GA [-0,0206 - 0,1216] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) diğeri yönelimlilik şema alanındaki yükselmenin kişilerin romantik ilişkileri ile ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordamadığı görülmüştür ($c': \beta = .04, p = .552$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 6'da yer verilmiştir.

Özetle, diğeri yönelimlilik şema alanının, kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeylerindeki artışı yordadığı; ancak mükemmeliyetçiliğin bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu şema alanının, kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi üzerinde tek başına yordayıcı gücü olmadığı görülmüştür.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. ** $p < .001$

Şekil 6. Diğeri yönelimlilik şema alanı ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

3.3.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolünün Analiz Bulguları

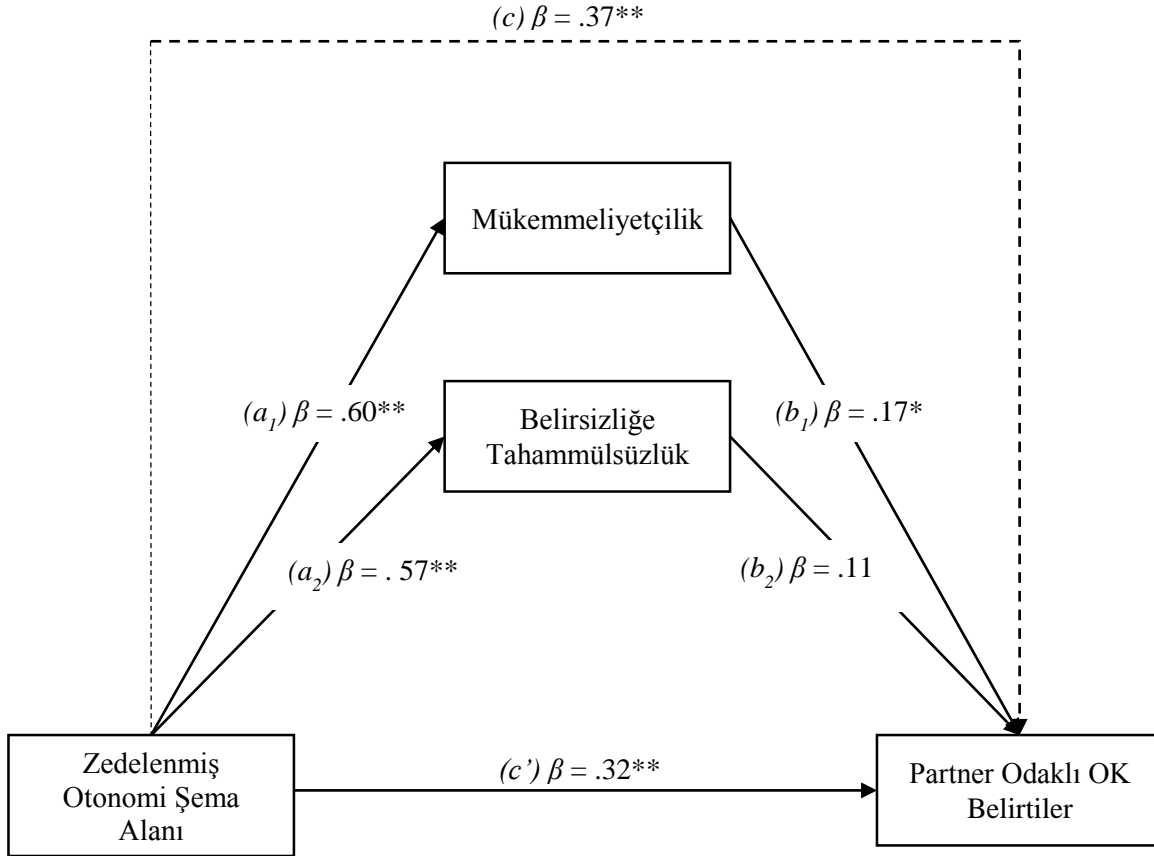
Zedelenmiş otonomi şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 34.33, p < .001$] ve varyansın %26.47'sini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak zedelenmiş otonomi şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .60, p <$

.001), mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($b_1: \beta = .17, p = .011$). Diğer taraftan, zedelenmiş otonomi şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .57, p < .001$), ancak belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini tek başına etkilemediği görülmüştür ($b_2: \beta = .11, p = .085$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; mükemmeliyetçilik düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_1b_1 = .101, SH = .041$), %95 GA [0,0201 - 0,1833]; ancak belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin ise anlamlı olmadığı ($a_2b_2 = .063, SH = .041$), %95 GA [-0,0156 -0,1478] bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) zedelenmiş otonomi şema alanındaki yükselmenin kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .32, p < .001$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 7'de yer verilmiştir.

Özetle, zedelenmiş otonomi şema alanının hem tek başına hem de kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyi aracılığıyla kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı; ancak belirsizliğe tahammülsüzlüğün bu ilişkide aracı bir rol oynamadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. $*p < .05$, $**p < .001$

Şekil 7. Zedelenmiş otonomi şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

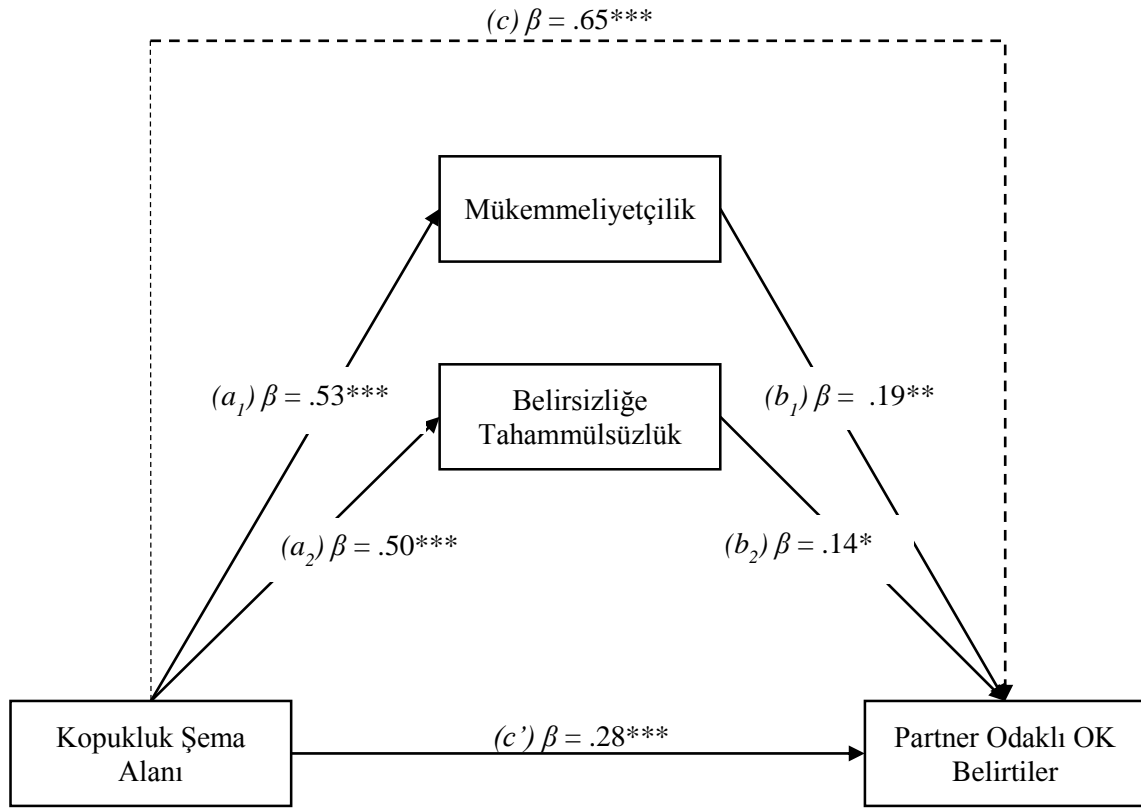
Kopukluk şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınıanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 33.41, p < .001$] ve varyansın %25.95'ini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak kopukluk şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .53, p < .001$), mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_1: \beta = .19, p = .002$). Diğer taraftan, kopukluk şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .50, p < .001$);

belirsizliğe tahammülsüzlük düzeydeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .14, p = .024$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; mükemmeliyetçilik ($a_1b_1 = .104, SH = .038$), %95 GA [0,0289 - 0,1808] ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($a_2b_2 = .070, SH = .032$), %95 GA [0,0093 - 0,1359] düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) kopukluk şema alanındaki yükselmenin kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .28, p < .001$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 8'de yer verilmiştir.

Özetle, kopukluk şema alanının hem tek başına hem de kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri aracılığıyla kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 8. Kopukluk şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

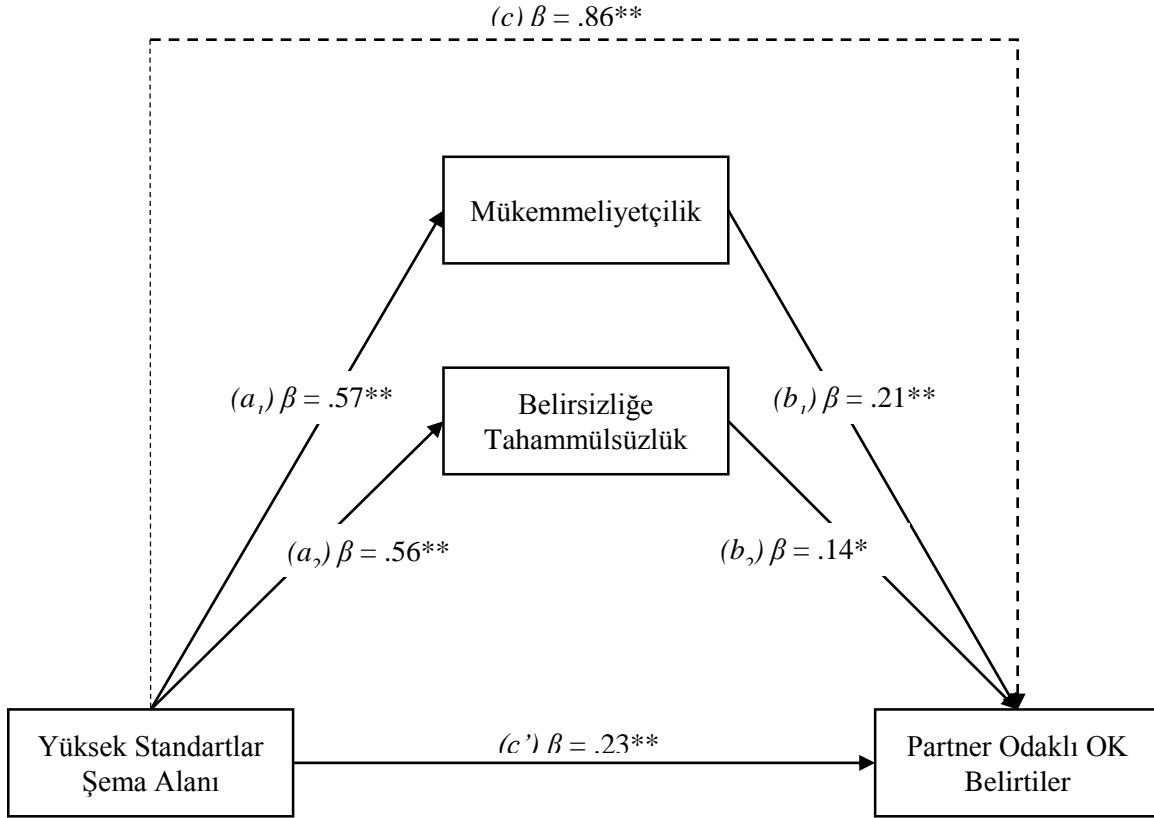
Yüksek standartlar şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 30.05, p < .001$] ve varyansın %23.96'sını açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak yüksek standartlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .57, p < .001$), mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif

belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_1: \beta = .21, p = .001$). Diğer taraftan, yüksek standartlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .56, p < .001$); belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .14, p = .030$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; mükemmeliyetçilik ($a_1b_1 = .121, SH = .041$), %95 GA [0,0447 - 0,2038] ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($a_2b_2 = .079, SH = .038$), %95 GA [0,0092 - 0,1583] düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde de (doğrudan etki) yüksek standartlar şema alanındaki yükselmenin kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyinin arttırdığı görülmüştür ($c': \beta = .23, p < .001$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 9'da yer verilmiştir.

Özetle, yüksek standartlar şema alanının hem tek başına hem de kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri aracılığıyla kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. * $p < .05$, ** $p \leq .001$

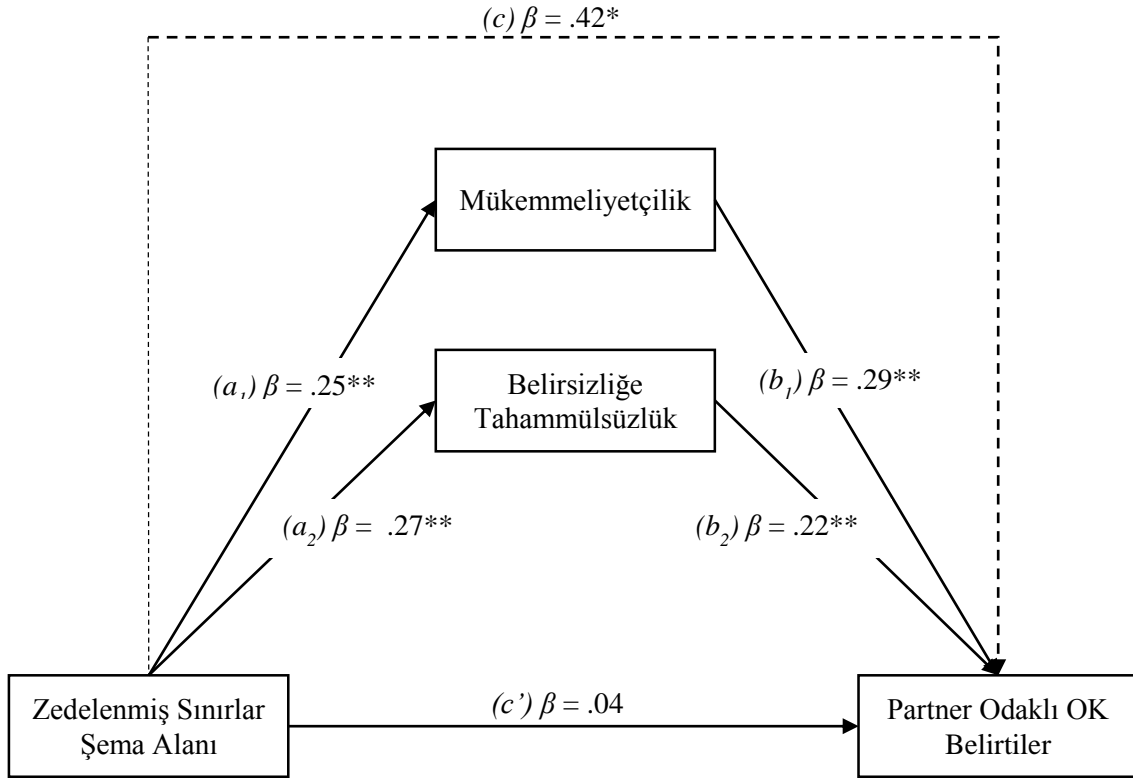
Şekil 9. Yüksek standartlar şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

Zedelenmiş sınırlar şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 25.55, p < .001$] ve varyansın %21.14'ünü açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .25, p < .001$), mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_1: \beta = .29, p < .001$). Diğer taraftan, zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta$

= .27, $p < .001$); belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .22, p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; mükemmeliyetçilik ($a_1b_1 = .072, SH = .022$), %95 GA [0,0322 - 0,1205] ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($a_2b_2 = .059, SH = .023$), %95 GA [0,0212 - 0,1101] düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde (doğrudan etki), zedelenmiş sınırlar şema alanındaki yükselmenin kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordamadığı görülmüştür ($c': \beta = .04, p = .424$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 10'da yer verilmiştir.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. * $p < .01$, ** $p < .001$

Şekil 10. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

Özetle, zedelenmiş sınırlar şema alanının, kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri aracılığıyla kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu şema alanının, kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi üzerinde tek başına yordayıcı gücü olmadığı görülmüştür.

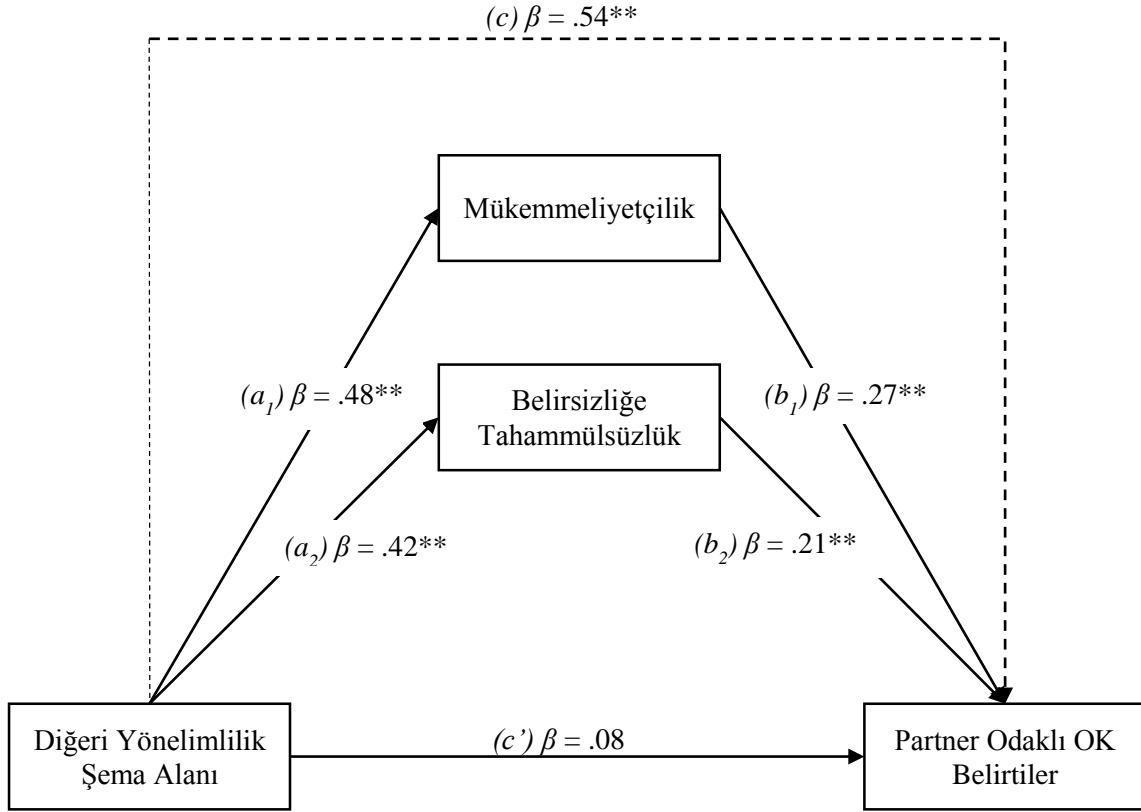
Diğeri yönelimlilik şema alanı (bağımsız değişken/yordayan değişken) ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler (bağımlı değişken/ yordayan değişken) arasındaki ilişkide kişilerin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (aracı değişkenler) aracılığının anlamlı olup olmadığı sınıanmıştır. Oluşturulan model istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(3,286) = 25.97, p < .001$] ve varyansın %21.41'ini açıklamaktadır.

Analiz sonucunda değişkenler arası yollar incelendiğinde ilk olarak diğeri yönelimlilik şema alanındaki yüksekliğin kişilerin mükemmeliyetçilik düzeylerini arttırdığı ($a_1: \beta = .48, p < .001$), mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_1: \beta = .27, p < .001$). Diğer taraftan, diğeri yönelimlilik şema alanındaki yüksekliğin kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırdığı ($a_2: \beta = .42, p < .001$); belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışın ise kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini arttırdığı görülmüştür ($b_2: \beta = .21, p = .001$).

Modelde aracı değişkenler olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Tamamen standardize bootstrap güven aralıklarına bakıldığında; mükemmeliyetçilik ($a_1b_1 = .130, SH = .035$), %95 GA [0,0643 - 0,2047] ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($a_2b_2 = .086, SH = .029$), %95 GA [0,0330 - 0,1484] düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Buna ek olarak; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkileri kontrol edildiğinde (doğrudan etki), diğeri yönelimlilik şema alanındaki yükselmenin kişilerin partnerleriyle ilgili obsesif-kompulsif belirti düzeyini yordamadığı görülmüştür ($c': \beta = .08, p = .203$). Modelde değişkenler arası ilişkilere Şekil 11'de yer verilmiştir.

Özetle, diğeri yönelimlilik şema alanının, kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri aracılığıyla kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif

belirti düzeyindeki artışı yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu şema alanının, kişilerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi üzerinde tek başına yordayıcı gücü olmadığı görülmüştür.



Not. Standardize regresyon katsayıları kullanılmıştır. $**p \leq .001$

Şekil 11. Diğeri yönelimlilik şema alanı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.

Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin incelendiği model analizleri sonucundan elde edilen bulgulara göre aracılıkların özetine Tablo 5’te yer verilmiştir.

Tablo 5
Model Analizi Sonucu Aracılıkların Özeti

Yordayıcı Değişkenler	Aracı Değişkenler		Yordanan Değişkenler
	Mükemmeliyetçilik	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	Aracılık yok	Aracılık var	İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Kopukluk Şema Alanı	Aracılık yok	Aracılık var	İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Yüksek Standartlar Şema Alanı	Aracılık yok	Aracılık var	İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	Aracılık yok	Aracılık var	İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Diğer Yönelimlilik Şema Alanı	Aracılık yok	Aracılık var	İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı	Aracılık var	Aracılık yok	Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Kopukluk Şema Alanı	Aracılık var	Aracılık var	Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Yüksek Standartlar Şema Alanı	Aracılık var	Aracılık var	Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	Aracılık var	Aracılık var	Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi
Diğer Yönelimlilik Şema Alanı	Aracılık var	Aracılık var	Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirti Düzeyi

3.4. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Üzerinde Direkt Etkisi Olan Şema Alanları ile Regresyon Analizi Bulguları

Model analizlerinin ardından; hem ilişki odaklı belirtileri hem de partner odaklı belirtileri tek başlarına yordadıkları görülen (direkt etki) zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarından hangilerinin ilişki ve partner odaklı belirtilerin açıklanmasında daha etkili olduğunun test edilmesi amacıyla; aşamalı/adım adım (stepwise) regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Aşamalı/adım adım (stepwise) regresyon analizi, yordayıcılar/bağımsız değişkenler içerisinde öncelikle bağımsız değişkeni en iyi açıklayan yordayıcının belirlenmesine; ardından bağımsız değişkeni en iyi açıklayabilen ikinci değişken, regresyon denklemine eklenerek, bağımsız değişkeni anlamlı düzeyde yordayan, denklemdaki diğer yordayıcılar için de sırama yapılmasına olanak sağlamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Böylece aşamalı (stepwise) regresyon, bağımsız değişkeni yordayan değişkenlerin, etki güçlerine göre sıralanabilmesine yardımcı olmaktadır.

Bu doğrultuda, ilişki odaklı belirtiler ve partner odaklı belirtiler (bağımlı değişken/yordanan değişken) ile zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları (bağımsız değişken/yordayıcı değişken) iki ayrı aşamalı (stepwise) regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

İlişki odaklı belirtilerin zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları tarafından yordandığı regresyon analizi bulgularına Tablo 6'da yer verilmiştir. Analiz sonuçları, ilişki odaklı belirtilerde en çok varyansı açıkladığı için zedelenmiş otonomi şema alanının denkleme ilk aşamada girdiğini ve varyansın %24'ünü açıkladığını göstermiştir [$F(1,288) = 90.70, p < .001$]. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte, ilişki odaklı belirtilerdeki varyansı en iyi açıklayan ikinci değişkenin yüksek standartlar şema alanı olduğu görülmüştür. Yüksek standartlar şema alanının denkleme dâhil edilmesiyle modelin anlamlı olduğu [$F(2,287) = 51.65, p < .001$] ve açıklanan varyans oranını %26'ya çıkarttığı görülmüştür. Üçüncü aşamada, son olarak denkleme kopukluk şema alanı dâhil edilmiştir. Kopukluk şema alanının denkleme dâhil edilmesiyle modelin anlamlı olduğu [$F(3,286) = 36.08, p < .001$]; açıklanan varyans oranını %27'ye çıkarttığı ancak bu şema alanının yarattığı değişimin sınırdan anlamlı olduğu ($p = .049$) görülmüştür.

İlişki odaklı belirtilerin yordanmasında zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının bireysel olarak katkılarına bakıldığında; ilişki odaklı belirtileri en iyi açıklayabilen şema alanının zedelenmiş otonomi olduğu ($p < .001$); ikinci olarak yüksek standartlar şema alanının açıklayabildiği ($p = .011$) ve son olarak da kopuk şema alanının açıklayabildiği ($p = .049$) bulgularına ulaşılmıştır.

Tablo 6

İlişki Odaklı Belirtileri Yordayan Şema Alanlarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi

	R^2	Uyarlanmış R^2	β	t	F	F Değişim
1. Aşama	.24	.24			90.70***	90.70***
Zedelenmiş Otonomi			.49	9.52***		
2. Aşama	.27	.26			51.65***	9.82**
Zedelenmiş Otonomi			.40	6.85***		
Yüksek Standartlar			.18	3.13**		
3. Aşama	.28	.27			36.08***	3.90*
Zedelenmiş Otonomi			.34	5.10***		
Yüksek Standartlar			.15	2.55**		
Kopukluk			.13	1.97*		

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

Partner odaklı belirtilerin zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları tarafından yordandığı regresyon analizi bulgularına Tablo 7’de yer verilmiştir. Analiz sonuçları, partner odaklı belirtilerde en çok varyansı açıkladığı için zedelenmiş otonomi şema alanının denkleme ilk aşamada girdiğini ve varyansın %23’ünü açıkladığını göstermiştir [$F(1,288) = 86.87, p < .001$]. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte, ilişki odaklı belirtilerdeki varyansı en iyi açıklayan ikinci değişkenin yüksek standartlar şema alanı olduğu görülmüştür. Yüksek standartlar şema alanının denkleme dâhil edilmesiyle modelin anlamlı olduğu [$F(2,287) = 55.66, p < .001$] ve açıklanan varyans oranını %27’ye çıkarttığı görülmüştür. Üçüncü aşamada, son olarak denkleme kopukluk şema alanı dâhil edilmiştir. Kopukluk şema alanının denkleme dâhil edilmesiyle modelin anlamlı olduğu [$F(3,286) = 41.38, p < .001$] ve açıklanan varyans oranını %30’a çıkarttığı görülmüştür.

Partner odaklı belirtilerin yordanmasında zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının bireysel olarak katkılarına bakıldığında; partner odaklı belirtileri en iyi açıklayabilen şema alanının zedelenmiş otonomi olduğu ($p < .001$); ikinci olarak yüksek standartlar şema alanının açıklayabildiği ($p = .001$) ve son olarak da kopuk şema alanının açıklayabildiği ($p = .002$) bulgularına ulaşılmıştır.

Tablo 7

Partner Odaklı Belirtileri Yordayan Şema Alanlarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi

	R^2	Uyarlanmış R^2	β	t	F	F Değişim
1. Aşama	.23	.23			86.87***	86.87***
Zedelenmiş Otonomi			.48	9.31***		
2. Aşama	.28	.27			55.66***	19.01***
Zedelenmiş Otonomi			.36	6.20***		
Yüksek Standartlar			.25	4.36***		
3. Aşama	.30	.30			41.38***	9.52**
Zedelenmiş Otonomi			.26	4.04***		
Yüksek Standartlar			.21	3.51***		
Kopukluk			.20	3.09**		

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

4.BÖLÜM

TARTIŞMA

Çalışmanın bu bölümünde, birinci kısımda aktarılan araştırma soruları ve hipotezler doğrultusunda yapılan analizlerin sonucunda elde edilen bulguların tartışmasına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın kapsamında tartışılmaya çalışılmıştır. Öncelikle ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile demografik değişkenler arasında bulunan sonuçlar değerlendirilmiştir. Daha sonra çalışmanın ana değişkenleri arasındaki korelasyon bulgularına yer verilmiştir. Ardından da erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin test edildiği aracı model analizi sonuçları tartışılmıştır. Model analizlerinin ardından ilişki odaklı ve partner odaklı belirtileri direkt yordayabilen şema alanlarının hangisinin/hangilerinin açıklayıcı gücünün daha fazla olduğunu görmek için yapılan aşamalı regresyon sonuçları tartışılmıştır. Daha sonrasında çalışma bulgularının klinik çıkarımlarına, araştırmanın güçlü yönlerine, sınırlılıklarına ve gelecek araştırmalar için önerilere yer verilmiştir.

4.1. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler ile Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Bulgularının Tartışılması

Yaş değişkeni ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki analiz bulgularına bakıldığında kişilerin yaşları arttıkça ilişki odaklı belirti düzeyinde azalma olduğu görülmüştür. Bir başka değişle kişilerin yaşı azaldıkça, ilişki odaklı belirtilerde artış görülmüştür. Arnett (2000), 18-25 yaşlarını kapsayan beliren yetişkinlikte, ergenlik dönemine kıyasla, kişilerin romantik ilişkilerde daha derin anlam ve yakınlık arayabildiklerini; ilişkileri ve partnerleri ile ilgili daha ileriye yönelik düşündüklerini söylemektedir. Mevcut çalışmanın örnekleminin (mevcut çalışmanın yaş aralığı 18 – 58) alt sınırını bu yaş grubunun oluşturduğu düşünüldüğünde, kişiler ilişkileri ve ilişkilerinin doğruluğu ile ilgili daha çok şüphe yaşıyor olabilir. Ancak partner odaklı belirtiler ve yaş arasındaki ilişkide Arnett'in (2000) söylediğine paralel olarak, yaş azaldıkça partner odaklı belirtilerin de ilişki odaklı belirtiler gibi anlamlı düzeyde artması beklenirken; mevcut çalışmada anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak, negatif

yönde bir eğilim olduğu görülmüştür. Bu durum çalışmanın örnekleminin az olması ile ilişkili olabileceği gibi partner odaklı belirtilerin, ilişkiden ve ilişkinin kişi için anlamından ziyade kişinin kendi özellikleri ile ilgili olduğu için anlamlı bir ilişki çıkmamış olabileceğini de düşündürmüştür.

Cinsiyet değişkeni ile ilgili sonuçlara bakıldığında, hem ilişki hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bu konu ile ilgili sınırlı çalışmalara bakıldığında da ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin kadın ve erkeklerde farklılaşmadığı görülmektedir (Bakçepinar, 2019; Cebeci, 2019; Doron ve ark., 2012a, 2012b; Trak, 2016). Bu da cinsiyetle ilgili bulunan bulguların alanyazın ile tutarlı olduğunu göstermektedir. Buna ek olarak OKB’de de cinsiyet farklılığı olmadığını gösteren çalışma bulguları mevcuttur (Öneker, 2017; B. Sadock, V. Sadock ve Kaplan; 2005). Alanyazında ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler de OKB’nin bir alt türü olarak tanımlandığı için (Doron ve ark., 2012a, 2012b) cinsiyet değişkeni konusunda da OKB ile benzer bir örüntüsü olmasının bulgularla tutarlı olduğu düşünülmektedir. Aynı zamanda, hem mevcut çalışmanın hem de alanyazındaki sınırlı diğer çalışmaların sonuçlarına bakıldığında (Abak, 2019; Bahçepinar, 2019; Yıldırım, 2018) belirtilerin cinsiyetten ziyade ilişki türü, ilişki süresi gibi, ilişkinin kendisi ile ilgili diğer demografik değişkenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmüştür.

İlişki süresi değişkeni ile ilgili araştırma bulgularına bakıldığında, kişilerin ilişki süresindeki artışın hem ilişki odaklı hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerinde azalma ile ilişkili olduğu görülmüştür. Konu ile ilgili yapılan diğer çalışmalarda da benzer şekilde kişilerin ilişki süreleri arttıkça ilişki ve partner odaklı belirtilerde azalma olduğu (Trak, 2016); ilişki süreleri kısa-orta-uzun gibi kategorilere ayrıldığında da ilişki süresi kısa olan kişilerin diğer gruplara göre daha fazla ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler raporladığı bulunmuştur (Bakçepinar, 2019). Alanyazına bakıldığında, ilişkilerin ilk başlarında kişinin ilişkiye ve partnerine karşı karmaşık duygularının ve tutumlarının oluşabileceği; ilişkiden ve/veya partnerden şüphe duyma gibi düşüncelerin oluşabileceği belirtilmiştir (Brickman, 1987). Bunun yanı sıra partnerlerin ilişki süreleri arttıkça ilişki doyumlarının ve karşılıklı teslimiyetlerinin arttığını gösteren çalışma bulgusu da görülmektedir (Sprecher, 1999). Bu bulgulara bakıldığında, ilişki süresi uzadıkça partnerlerin ilişki deneyimleriyle birlikte kişiler

partnerlerine karşı daha kabullenici; ilişkilerin doğruluğu, partnerlerinin ve kendilerinin sevgisinden daha emin ve daha stabil tutumlar içerisinde oluyor olabilirler. Böylece ilişkileri ve partnerleri ile ilgili herhangi bir olası girici düşünce yaşıyor olsalar bile bu, onlarda bir kaygı yaratmıyor ve obsesyonel düşüncelere dönüşmüyor olabilir.

Çalışmadaki ilişki türü (evli ve bekar (sevgilisi var)) ile ilişki ve partner odaklı belirtiler arasında yapılan analizin sonuçlarına bakıldığında, partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin evli ve bekarlar arasında farklılaşmadığı görülmüştür. Sadece ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde ilişki türüne göre bir farklılık bulunmuştur. Bekar olan kişiler, evlilere göre daha fazla ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler deneyimlemiştir. İlişki türü ile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeyi ile ilgili yapılan kısıtlı çalışmalarda da sevgililik ilişkisi içinde olan kişilerin daha fazla ilişki odaklı belirti gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır (Abak, 2019; Bakçepinar, 2019). Alanyazına bakıldığında da mevcut çalışma bulgularının alanyazındaki sonuçlarla tutarlı olduğu görülmektedir. Bulgular düşünüldüğünde, sevgililik ilişkisi evlilikteki ilişkiye göre daha fazla belirsizlik barındırıyor olabileceği ve partnerler görece birbirlerini daha az tanıyor olabileceği için kişiler, ilişkilerinin gerçekten doğru ve iyi olup olmadığı ile ilgili veya partnerlerinin sevgisine yönelik daha çok şüphe geliştiriyor olabilirler. Partner odaklı belirtiler ile ilişki türü arasındaki bulgulara bakıldığında evli ve bekâr olan kişiler arasında herhangi bir fark bulunmamıştır. İlişki türü, sevgililik, nişanlı/sözlü ve evlilik olmak üzere 3 kategoriye ayrılarak yapılan çalışmalarda karışık sonuçlar bulunduğu görülmektedir. Bakçepinar (2019) tarafından yapılan çalışmada, sevgililik ilişkisi içerisinde olan bireyler diğerlerine göre daha çok partner odaklı belirtiler gösterirken; Abak (2019) tarafından yapılan çalışmada, mevcut çalışmanın sonucuna benzer şekilde ilişki türüne göre partner odaklı belirtilerde herhangi bir farklılık görülmemiştir. Bu durum partner odaklı belirtilerin, ilişkinin kendisinden veya ilişkinin dinamiği, ilişkinin doğruluğu, karşılıklı duyulan sevgi ile ilgili şüphelerden ziyade belirtilerin kişi yani partner ile ilgili olmasından dolayı ilişkinin türü partner odaklı belirtiler açısından bir fark yaratmamış olabilir.

4.2. Çalışmadaki Ana Değişkenlere İlişkin Korelayson Bulgularının Tartışılması

Genel OKB belirtiler ile ilişki odaklı ve partner odaklı belirtiler arasındaki korelasyon bulgularına bakıldığında değişkenler arasındaki ilişkinin çoklu ortak doğrusallık

(multicollinearity) oluşturacak kadar yüksek olmadığı ancak yine de değişkenlerin anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgulara bakıldığında hem ilişki odaklı belirtilerin hem de partner odaklı belirtilerin genel OKB ile ilişkili ama aynı zamanda da birbirinden farklı kavramlar olduğunu göstermektedir. Alanyazında ilişki odaklı ve partner odaklı belirtiler toplam puan üzerinden inceleyen diğer çalışmalara bakıldığında da (örn., Doron ve ark., 2012a, 2012b; Trak ve İnözü, 2017), ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin, genel obsesif-kompulsif belirtiler ile ilişkili ama aynı zamanda da genel OKB belirtilerinden ayrışabilen kavramlar olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmanın sonucu da alanyazındaki diğer çalışma bulgularıyla paralellik göstermektedir. Bu bulguların aynı zamanda, ilişki odaklı ve partner odaklı belirtilerin OKB'nin farklı bir alt görünümü olabileceği görüşlerini de (Doron ve ark., 2012a; 2012b) desteklediği düşünülmüştür.

İlişki odaklı ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki korelasyon sonuçlarına bakıldığında ise bu iki değişkenin birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu; ancak çoklu ortak doğrusallık oluşturacak kadar yüksek düzeyde ilişkili olmasa da bu sınıra yakın olduğu görülmüştür. Trak (2016) tarafından yapılan çalışmada da ilişki ve partner odaklı belirtiler arasındaki korelasyon katsayısının .61 olduğu, ilişki ve partner odaklı belirtilerin birbirleriyle bağlantılı ancak aynı zamanda da ayrışabilen kavramlar olduğu görülmektedir. Alanyazın bulgusuyla paralel olarak mevcut çalışmada da ilişki odaklı ve partner odaklı belirtilerin birbirleri ilişkili kavramlar olduğu ama aynı zamanda da farklı kavramları açıkladıkları söylenebilir. Ancak, aralarındaki ilişki düzeyinin yüksekliği göz önüne alındığında ilişki ve partner odaklı belirtilerin birlikte kullanıldığı çalışmalarda bulguların dikkatli yorumlanmasında fayda olabileceği düşünülebilir.

Çalışmadaki ana değişkenler arasındaki korelasyon bulgularına bakıldığında, tüm şema alanları ile hem ilişki odaklı hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler düzeyi arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bakçepinar (2019) tarafından yapılan çalışmada partnerler arasındaki ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Bu sebeple, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye doğrudan bakılmış olan bir çalışma olmamasına rağmen alanyazına bakıldığında erken dönem uyum bozucu şemaların hem OKB (örn., Haaland ve ark., 2011; Yoosefi ve ark., 2016) hem de diğer birçok psikopatoloji ile

ilişkili olduğu görülmektedir (Çakır, 2007; Jovev ve Jackson, 2004; Lobbestael ve ark., 2008; Nordahl ve ark., 2005). Bu bulgulara bakıldığında şema alanlarının hem ilişki odaklı hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle anlamlı ilişki içinde olması mantıklı ve alanyazın ile uyumludur. Buna ek olarak OKB ile ilişkili olan şemaların, ilişki ve partner odaklı belirtilerle de ilişkili olması; ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin, OKB'nin bir alt görünümü olabileceği görüşlerini (Doron ve ark., 2012a, 2012b; 2014; Trak, 2016) de desteklemektedir.

Mevcut çalışmadaki diğer korelasyon bulguları, her bir şema alanındaki artışın hem mükemmeliyetçilik düzeyindeki hem de belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artış ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Alanyazında erken dönem uyum bozucu şemalar ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri arasında yapılmış görgül bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak; ebeveynlerin mükemmeliyetçiliğinin çocukta mükemmeliyetçi eğilimlere yol açabileceğine yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Honjo ve ark., 1989; Lo, 1967; Rasmussen ve Eisen, 1989; Rasmussen ve Tsuang, 1986). Bunun yanı sıra kişilerin güvensiz bağlanma örüntülerinin de mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulguları mevcuttur (Yıldırım, 2018). Bağlanma örüntüleri, ebeveyn tutum ve davranışlarının erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumu ve gelişiminde rol oynayan erken dönem yaşantıların içerisine de girebileceği için (Young ve arkadaşları, 2003) mevcut çalışma bulgularının alanyazındaki çalışmalarla paralel olduğu söylenebilir. Benzer şekilde alanyazında, ebeveyn ve çocuk arasındaki yaşantıların, kişilerin belirsizlik eğilimleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulguları vardır (Sorrentino ve ark., 1990, Yüksel, 2014, Zlomke ve Young, 2009). Daha koruyucu ve kontrolcü ebeveyn yaklaşımlarının belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışla ilişkili olduğu görülmüştür (Zlomke ve Young, 2009). Bu bulgulardan yola çıkarak, erken dönem yaşantılarla geliştiği öne sürülen erken dönem uyum bozucu şema alanlarındaki yükselmenin; kişilerin belirsizliğe olan toleransının azalmasıyla (belirsizliğe tahammülsüzlükte artış) ilişkili olduğu ve bunun da alanyazınla paralel olduğu söylenebilir.

Alanyazındaki çalışmalara bakıldığında mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışların ilişki ve partner odaklı belirtilerdeki artışla ilişkili olduğu görülmektedir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Melli ve ark., 2015; Yıldırım, 2018). Benzer şekilde belirsizliğe tahammülsüzlük

düzeyindeki artışların da ilişki ve partner odaklı belirtilerdeki artış ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar vardır (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2016). Mevcut çalışmanın korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında da alanyazınla uyumlu şekilde; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Özetle, mevcut çalışmanın ana değişkenleri arasındaki kolesyon sonuçlarının beklenen yönde, anlamlı ve alanyazındaki benzer ve ilişkili bulgular ile uyumlu olduğu görülmüştür.

4.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile İlişki Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolüne İlişkin Model Analizi Bulgularının Tartışılması

Bu kısımda, ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile şema alanları arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin incelenmesi amacıyla yapılan analiz bulguları tartışılmıştır. Her şema alanı için ayrı ayrı yürütülen model analiz bulguları ayrı ayrı tartışılmıştır. Daha önce de belirtildiği gibi erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide böyle bir modelin sınındığı bir çalışmaya rastlanmadığı için bulgular erken dönem uyum bozucu şemaların özellikleri düşünülerek tartışılmaya çalışılmıştır.

Zedelenmiş otonomi şema alanıyla ilişkili sonuçlara bakıldığında, bu şema alanındaki yükselmelerin kişide doğrudan ilişki odaklı obsesyonları ve kompulsiyonları arttırabildiği gibi (direkt etki); kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak da ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceğini (dolaylı etki) ortaya koymaktadır. Ancak mükemmeliyetçilik aracılığıyla böyle bir ilişki bulunmamıştır. Bir başka değişle zedelenmiş otonomi alanı, ilişki odaklı belirtileri tek başına yordayabildiği gibi belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla da yordayabilirken; mükemmeliyetçi eğilimlerin aracılık etkisi bulunmamıştır.

Bu şema alanının içerdiği şemalar iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, başarısızlık, karamsarlık ve tehditler karşısında dayanıksızlıktır (Soygüt ve ark., 2009). Zedelenmiş otonomi şema alanı, kişinin çocukluğunda kendini ortaya koyma, bağımsız bir birey olma ve bağımsız şekilde işlev gösterebilme, kendine yetebilme, kendi başına ayakta durabilme ve kendine

güveniyle ilişkilidir (Young ve diğerleri, 2003). Bu şema alanı içerisinde yer alan şemaların özellikleri düşünüldüğünde kişinin, hayatındaki insanların öngörülemez olduğunu ve her an terk edilebileceği düşünceleri ve eğer hayatında devam eden iyi bir şey varsa bile bunun mutlaka bir gün bozulacağına ilişkin inançları, kişiyi doğrudan partnerinin kendisine karşı duyduğu sevgiyle ilgili şüpheler oluşturarak obsesyonel düşünceler oluşturuyor olabilir. Bu bulgu Bakçepinar'ın (2019) bulgularıyla da paralellik göstermektedir. Kişinin zedelenmiş otonomi şema alanının özellikleriyle ilişkili bu inançları, aynı zamanda kişileri belirsiz durumlara karşı daha hassas hale getiriyor olabilir. Belirsizliğe karşı artan bu tahammülsüzlüğün de kişinin romantik ilişkisinde partnerinin kendisini gerçekten sevip sevmediği ile ilgili şüpheleri arttırıp kişide girici düşüncelere yol açıyor olabileceği düşünülmüştür. Benzer şekilde bu inançlar; ilişkisi iyi bir şekilde devam ediyor da olsa; kişiyi içinde bulunduğu ilişkinin doğruluğunu sorgulamaya itip girici düşünceleri arttırıyor olabilir. Bunun yanı sıra kişilerin tek başlarına karar veremeyeceklerini düşünmeleri, ilişki içinde olduğu insan/insanlarla iç içe olma ihtiyacı ve onların desteği olmadan mutlu olamayacakları düşünceleri, hayatında oluşabilecek tehditlerle ve tehlikelerle başa çıkamayacağını düşünmesi de kişiyi partnerinin sevgisi; kendi duyguları ve ilişkisinin doğru olup olmadığına yönelik olağan veya kabul edilebilir belirsizlikler karşısında bile "emin olma", kesin ve net bir şekilde bilme ihtiyacını arttırarak ilişkisiyle ilgili obsesyonel düşünceleri ve bunlarla ilişkili olarak bunları kontrol etme, kaygıyı azalmaya yönelik kompulsif davranışlarını arttırıyor olabilir. Ayrıca kişinin kendisini diğerlerinden aşağıda, başarısız, beceriksiz ve yetersiz olarak görmesi de kişinin partneri tarafından gerçekten sevilmiyor olabileceği ile ilgili şüphelerini arttırarak obsesyonel düşüncelerini ve kompulsif davranışlarını arttırıyor olabilir.

Kopukluk şema alanıyla ilişkili sonuçlara bakıldığında, bu şema alanındaki yükselmelerin kişide doğrudan ilişki odaklı obsesyonları ve kompulsiyonları arttırabildiği gibi; kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak da ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceğini ortaya koymaktadır. Ancak mükemmeliyetçilik aracılığıyla böyle bir ilişki bulunmamıştır. Bir başka deyişle kopukluk şema alanı, ilişki odaklı belirtileri tek başına yordayabildiği gibi belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla da yordayabilirken; mükemmeliyetçi eğilimlerin aracılık etkisi bulunmamıştır.

Bu şema alanının içerdiği şemalar duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik ve kusurluluktur (Soygüt ve ark., 2009). Kopukluk şema alanının en belirgin özelliği kişilerin tatmin edici ve güvenli bağlanma örüntülerinin eksikliğidir (Young ve ark., 2003). Bu alandaki şemalara sahip olan bireyler hayatlarındaki kişilerin güvenilmez olduğu, kendilerini kandırıp aldatabilecekleri, sevgi ve şefkat gibi ihtiyaçlarının karşılanmayacağı, başkaları tarafından olumsuz/kötü algılanmamak veya kabul görmek için duygularını ifade etmemesi gerektiği, kendilerinin kusurlu, diğerlerinden farklı ve sevilmez oldukları inançlarına sahip olabilecekleri ifade edilmektedir (Young ve ark., 2003). Kişinin erken dönem yaşatılarıyla şekillenen bu inançlar doğrudan kişinin kusurlu olduğu için partneri tarafından gerçekten sevilmediği ile ilgili şüpheler geliştirmesine yol açıyor olabilir. Partneri tarafından gelebilecek en ufak eleştiriler veya ilişkideki olağan tartışmalar, kişi tarafından reddedildiği; partneri tarafından gerçekten sevilmediği; bu ilişkide gerçek sevgiyi ve şefkati bulamadığıyla ilgili inançlarını güçlendirerek; partnerinin sevgisi ve ilişkisinin doğruluğuyla ilgili şüpheler oluşturarak girici düşüncelerin oluşmasında rol oynuyor olabilir.

Bunun yanı sıra kopukluk şema alanı ile OKB arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlükle de ilişki olan kontrol ihtiyacının aracı rol oynadığına (Velibaşoğlu, 2014) ilişkin çalışma bulgularıyla paralel olarak; bu alandaki şemalar kişilerin belirsizliğin olumsuz sonuçlanabileceğine, belirsizliğin kabul edilemez olduğuna ilişkin inançlarını arttırarak kişilerin ilişkisel alanda da belirsizliğe toleransını azaltıyor olabilir ve romantik ilişkilerinde sevilme, eleştirilme veya reddedilmeyle ilişkilendirilebilecek durumlarda partnerinin sevgisi ve ilişkisinin doğruluğuyla ilgili şüpheler oluşturarak girici düşüncelerin oluşmasında rol oynuyor olabilir. Aynı zamanda kopukluk şema alanındaki şemalara sahip bireylerin ilişkilerinde güvenli, stabil, sıcak ve sevgi içeren ilişkiler kuramayacaklarına ilişkin sahip oldukları inançların gerçekleşmemesi için ilişkilerinin kontrolünde olma ve belirsizliği ortadan kaldırmaya yönelik aşırı bir telafi içine giriyor olabilirler. Partnerlerinin sevgisine ve ilişkilerinin doğruluğuna yönelik ortaya çıkan şüpheleri telafi edip netleştirme istediği de partnerine sürekli onu sevip sevmediğini sorma; girici düşüncelerinin gerçekliğini test etmek için diğer ilişkilerle karşılaştırma yapma gibi çeşitli kompulsif davranışları arttırıyor olabilir.

Yüksek standartlar şema alanıyla ilişkili sonuçlara bakıldığında, bu şema alanındaki yükselmelerin kişide doğrudan ilişki odaklı obsesyonları ve kompulsiyonları arttırabildiği gibi;

kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak da ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceğini ortaya koymaktadır. Ancak mükemmeliyetçilik aracılığıyla böyle bir ilişki bulunmamıştır. Bir başka deyişle yüksek standartlar şema alanı, ilişki odaklı belirtileri tek başına yordayabildiği gibi belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla da yordayabilirken; mükemmeliyetçi eğilimlerin aracılık etkisi bulunmamıştır. Mevcut çalışma bulguları yüksek standartlar şema alanındaki artışın ilişki odaklı belirtilerdeki artışı yordadığı yönünde iken; Bakçepinar'ın (2019) çalışmasında yordayıcılık yönünün negatif olduğu görülmüştür. Aradaki bu farkın, mevcut çalışmada Young Şema Ölçeği'nin Türk örnekleminde geçerli olan şema alan faktörleşmesinin kullanılması ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Yüksek standartlar şema alanının içerdiği şemalar yüksek standartlar ve onay arayıcılıktır (Soygüt ve ark., 2009). Bu şemaların özellikleri düşünüldüğünde bu kişilerin kendileri ve efradındaki insanlar için gerçekçi olmayan aşırı standartlar belirleme ihtiyacı içinde olabilecekleri, eleştirilerden kaçınma, sevgi ve kabul görmek için yüksek standartlar belirlemeleri gerektiği ve dışarıdan onay ihtiyacı içinde olabilecekleri belirtilmiştir (Young ve ark., 2003). Bu özellikler düşünüldüğünde kişi bu eğilimlerini romantik ilişkisi için de hedefliyor olabilir. Yani kişinin ilişkisinin de en doğru olması gerektiği ile ilgili gerçekçi olmayan standartlar belirliyor olabilir ve belirlediği standartlara uymayan en ufak bir problemde ilişkisinin doğru olmadığı ile ilgili girici düşünceler oluşuyor olabilir. Benzer şekilde kişinin kendisiyle ilgili kararlarda onaylanma ihtiyacı duyması da, kişide ilişkisiyle ilgili obsesyonel düşünceler karşısında bunların verdiği rahatsızlığı azaltma amacıyla başka insanlara veya partnerine sorular sorma, çeşitli karşılaştırmalar yapma, kontrol etme gibi kompulsif davranışlarını arttırıyor olabilir.

Yapılan çalışmalarda güvensiz bağlanma örüntülerinin, ebeveyn-çocuk arasındaki yaşantıların ve kontrolcü ebeveyn tutumları ile kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin ilişkili olduğu görülmüştür (Sorrentino ve diğerleri, 1990; Yüksel, 2014; Zlomke ve Young, 2009). Benzer erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkisi örüntüleri ve ebeveyn tutumları bu şema alanı için de belirtilmektedir (Young ve ark., 2003). Bu bulguları göz önünde bulundurduğumuzda kişinin gerçekçi olmayan standartları gerçekleştirme, koruma ve eleştirilerden kaçınabilme isteği; kişinin belirsizliğin kötü ve tahammül edilemez olduğu, belirsizliğin olumsuz sonuçlara yol açabileceği ile ilgili düşüncelerini arttırarak da kişiyi

ilişkinin doğruluğuyla ilgili daha hassas hale getiriyor olabilir. Bu da şüphelerini veya partnerinin sevgisiyle ilgili girici düşünceleri benzer şekilde arttırıyor olabilir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanıyla ilişkili sonuçlara bakıldığında, bu şema alanındaki yükselmelerin doğrudan ilişki odaklı obsesyonları ve kompulsiyonları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı; sadece kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceğini ortaya koymuştur. Ancak mükemmeliyetçilik için böyle bir aracılık ilişki bulunmamıştır. Bir başka deyişle zedelenmiş sınırlar şema alanın, ilişki odaklı belirtileri sadece belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla yordayabildiği görülmüştür. Zedelenmiş sınırlar şema alanın tek başına yordayıcılığı ve mükemmeliyetçi eğilimlerin aracılık etkisi bulunmamıştır.

Bu şema alanının içerdiği şema ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetimdir (Soygüt ve ark., 2009). Bu şema alanı kişinin kendisine sınır koyma, hedefe yönelik davranışlarda ve sorumluluklarda eksiklikler, başkalarının haklarına saygı göstermeme, kendinin ayrıcalıklı ve özel olduğunu düşünme ve öz-denetimi sağlayamama eğilimleri ile ilişkilidir (Young ve ark., 2003). Şema alanları ve ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle yapılan alayazındaki tek çalışmada da (Bakçepinar, 2019) benzer şekilde zedelenmiş sınırlar şema alanının, ilişki odaklı belirtileri yordamadığı görülmüştür. Mevcut çalışmadaki model içerisinde de zedelenmiş sınırlar şema alanının ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri tek başına yordamadığı; sadece belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılığıyla yordadığı görülmüştür. Bu şema alanının özellikleri düşünüldüğünde kişi zaten özel ve ayrıcalıklı olduğunu düşündüğü, öz-denetim, empati gibi konularda eksiklikler yaşadığı için tek başına/doğrudan ilişkilerin doğruluğu, partnerin ve kişinin sevgisiyle ilgili endişe ve şüpheler geliştirmemesinin olası olabileceği düşünülebilir. Bunun yanı sıra alanyazında zedelenmiş sınırlar şema alanının, narsisizm ile ilişkili olduğu belirtilirken (Young ve ark., 2003); bir başka çalışmada ise narsistik özelliklerdeki artışın belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki artışla ilişkili olduğunu göstermektedir (Sabouri ve ark., 2016). Bu bulgular değerlendirildiğinde kendini daha ayrıcalıklı gören, dürtü ve duygularını kontrol etmede zorlanan, narsistik eğilimler içinde olan bireylerin belirsizlik karşısında daha tahammülsüz olabileceği ve romantik ilişkilerinde de partnerlerinin sevgisine ve ilişkilerinin doğruluğuna yönelik çeşitli obsesyonel düşünce ve kompulsif davranışlar geliştirebileceklerini düşündürmektedir.

Diğeri yönelimlilik şema alanıyla ilişkili sonuçlara bakıldığında, bu şema alanındaki yükselmelerin doğrudan ilişki odaklı obsesyonları ve kompulsiyonları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sadece belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırabileceğini ortaya koymaktadır. Ancak mükemmeliyetçilik için böyle bir aracılık ilişki bulunmamıştır. Bir başka değişle diğeri yönelimlilik şema alanının, ilişki odaklı belirtileri sadece belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığıyla yordayabildiği görülmüştür. Diğeri yönelimlilik şema alanının tek başına yordayıcılığı ve mükemmeliyetçi eğilimlerin aracılık etkisi bulunmamıştır.

Bu şema alanının içerdiği şemalar kendini feda ve cezalandırılmadır (Soygüt ve ark., 2009). Bu şema alanı; kişinin kendi ihtiyaçlarının farkında olmaması veya bastırması; diğer insanların ihtiyaçlarına yönelmesi ve aynı zamanda da diğerleri veya kendileri ile ilgili beklentilerinin karşılanmaması durumunda kırılma, kızma ve zor bağışlama gibi özelliklerle ilişkilidir (Young ve ark., 2003). Bu tutumlar, tek başına romantik ilişkisiyle ilgili obsesif-kompulsif belirtileri oluşturma da kişinin beklentilerinin karşılanmaması ve hatalara karşı tahammülsüz oluşu, kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü arttırarak; partneri tarafından gerçekten sevilip sevilmediği ve ilişkisinden beklentileri ile ilgili şüphelerini arttırıyor olabilir.

Zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanları doğrudan ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri yordamasına rağmen; belirsizliğe tahammülsüzlük aracılığı ile yorduyor olmasının bir sebebi de, belirsizliğe tahammülsüzlüğün oldukça kapsamlı, geniş ve birçok patolojide rol oynayan (Carleton ve ark., 2010; McEvoy ve Mahoney, 2011; Sexton ve ark., 2003) bir bilişsel eğilim olması da olabilir.

Mevcut çalışmanın bulgularına bakıldığında karşımıza çıkan önemli bir bulgu da, tüm şema alanları ile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye, belirsizliğe tahammülsüzlük sistematik bir şekilde aracılık ederken, mükemmeliyetçiliğin aracılık etkisinin (dolaylı etkisinin) olmamasıdır. Yani ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin artışında sadece belirsizliğe tahammülsüzlüğün anlamlı bir aracı rol oynadığı görülmüştür. Doron ve arkadaşlarının (2014) da belirttiği üzere ilişki, aşk, sevgi gibi doğası gereği belirsizliklerle dolu ve değişken kavramlar olduğu için kişinin içerisinde bulunduğu ilişkinin gerçekten "doğru" olup olmadığı, "o kişiyi bulup bulamadığı", partnerinin onu gerçekten sevip sevmediği ile ilgili olağan belirsizlikler karşısında; kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğündeki artışın,

mükemmeliyetçiliğe kıyasla, bu konulardaki obsesyoneel girici düşüncelerin oluşumunda daha etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Erken dönem uyum bozucu şema alanlarındaki artış, mükemmeliyetçi eğilimleri arttırsa da; mükemmeliyetçi eğilimler ilişkinin doğruluğu, kişinin kendi sevgisi ve partnerinin kendisine duyduğu sevgi ile ilgili obsesyoneel düşünceleri ve kompulsif davranışları arttırmıyor olabilir.

Alanyazına bakıldığında Yıldırım (2018) tarafından yapılan çalışmada kaygılı ve kaçınmacı bağlanma türleri ile ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide de mükemmeliyetçiliğin aracı bir rol oynamadığı bulunmuştur. Bağlanma örüntülerinin de şema kavramının içerisindeki erken dönem yaşantılarda önemli bir etmen olduğu düşünüldüğünde mevcut çalışmada da mükemmeliyetçiliğin ilişki odaklı belirtilerde aracı rol oynamıyor oluşuyla paralellik göstermektedir.

4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ile Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolüne İlişkin Model Analizi Bulgularının Tartışılması

Bu kısımda ise, partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile şema alanları arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rollerinin incelenmesi amacıyla yapılan analiz bulguları tartışılmıştır. Her şema alanı için ayrı ayrı yürütülen model analizi bulguları ayrı ayrı tartışılmıştır. Daha önce de belirtildiği gibi erken dönem uyum bozucu şemalarla partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide böyle bir modelin sınındığı bir çalışmaya rastlanmadığı için bulgular erken dönem uyum bozucu şemaların özellikleri düşünülerek tartışılmaya çalışılmıştır.

Model analizinin sonuçlarına bakıldığında, zedelenmiş otonomi şema alanı hariç tüm şema alanlarındaki artışın, mükemmeliyetçi eğilimleri ve belirsizliğe tahammülsüzlüğü arttırdığı; belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilikteki artışın da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışı yordadığı; yani belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin aracı bir rol oynadığı görülmüştür.

Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü, ilişki odaklı belirtilerle paralellik

göstermektedir. Zedelenmiş otonomi şema alanı dışındaki bütün şema alanları ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlük aracı bir rol oynamaktadır. İlişki odaklı belirtilerle sınıra modelle benzer şekilde, erken dönem uyum bozucu şemaların yüksekliği kişiyi belirsiz durumlara karşı daha hassas hale getiriyor olabilir. Kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğündeki artış ise kişinin partnerinde gözlemediği olağan kusur veya eksikliklerine yönelik aşırı bir zihinsel uğraş içine girme eğilimini artırıyor olabilir. OKB ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile yapılan araştırmalara bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlükte kişilerin kesin olma ihtiyacının özellikle OKB'li bireylerde doğru kararın ne olduğu ile ilgili şüpheler ve karar verememe ile ilişkili olduğu (OCCWG, 1997) ve kontrol etme kompülsiyonlarında belirsizliğe tahammülsüzlüğün daha fazla deneyimlendiği görülmüştür (Tolin ve ark., 2003). Bu bulgulardan hareketle mevcut modelin sonuçlarına bakıldığında kişilerin belirsizliğe tahammülsüzlüğündeki artışlar; kişide partnerinin sosyal becerileri, zekâsı, başarısı vb. konularda "gerçekten" yeterli olup olmadıkları ile ilgili emin olamama hali yaratıyor olabilir ve kişiler bu belirsizliği ortadan kaldırmak için partnerinin becerilerini kontrol etme, partnerini başkalarıyla kıyaslama, test etme gibi çeşitli kompülsiyonlar geliştiriyor olabilir.

Sadece zedelenmiş otonomi şema alanında belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılık etmediği görülmektedir. Bunun neden böyle çıkmış olabileceği ile ilgili alanyazında yeterli bulguya ulaşılamamıştır. Ancak mevcut araştırma bulgularına bakıldığında partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde tüm şema alanlarında mükemmeliyetçiliğin aracılık etkisinin belirsizliğe tahammülsüzlüğün etki büyüklüğüne göre daha fazla olduğu gözlenmiştir. Buradan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanında mükemmeliyetçilik daha baskın gelerek, belirsizliğe tahammülsüzlüğün etkisini azaltmış olabilir. Buna ek olarak modelde, belirsizliğe tahammülsüzlük ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki yol sınırdan anlamlılığa sahiptir ve diğer şema alanlarıyla benzer eğilim göstermektedir (belirsizliğe tahammülsüzlüğün artması partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışı yordama eğilimindedir). Örneklem sayısının azlığı bu iki değişken arasındaki ilişkinin sınırdan kalmasına da sebep olmuş olabilir.

Her bir şema alanı ile partner odaklı belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçiliğin aracı rol oynadığı görülmektedir. Buna ek olarak zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları tek başlarına da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerdeki artışı yordarken; zedelenmiş sınırlar ve diğer yönelimlilik şema alanlarının tek başlarına partner

odaklı obsesif-kompulsif belirtileri yordamadıkları, sadece aracı değişkenler aracılığıyla yordayabildikleri görülmüştür.

Zedelenmiş otonomi şema alanındaki şemaların özellikleri düşünüldüğünde; kişinin kendisinin yetersiz olduğu, tek başına doğru kararlar veremeyeceğine ve beceriksiz olduğuna dair inançları (Young ve ark., 2003) kişinin partner seçiminde de iyi karar veremediğine, partner seçimlerinde de başarılı olabileceğine ilişkin inançlar geliştirerek direkt olarak partnerinin sosyal ve mesleki becerileri, zekası, ahlaki değerleri ve fiziksel görünüşüyle ilgili çeşitli obsesyonel şüpheler geliştirmesine yol açıyor olabilir. Bu bulgu Bakçepinar (2019)'ın araştırma bulgularıyla da paralellik göstermektedir. Bunun yanı sıra yetersiz ve başarısız olduğuna ilişkin inançlarla başa çıkabilmek ve bu yetersizliği, başarısızlığı ve olası olumsuz sonuçları önleyebilmek için kişi hatalara karşı aşırı hassas hale geliyor olabilir ve bu durum kişide mükemmeliyetçi eğilimleri arttırarak kişiyi partnerindeki hatalara veya kusurlara karşı aşırı hassas hale getiriyor olabilir.

Kusurluluk şema alanındaki şemaların özellikleri düşünüldüğünde kişinin kendisini kusurlu, sevilmez ve diğerlerinden farklı olarak görüyor olmaları (Young ve ark., 2003) kendi seçtikleri partnerlerinin de belli alanlarda böyle eksikliklere veya kusurlara sahip olabileceği ile ilgili şüpheler yaşamalarına ve direkt olarak obsesif düşünceler geliştirmelerine yol açıyor olabilir. Aynı zamanda kişi, kendinde olduğuna inandığı kusurları ve eksiklikleri başkalarının fark etmemesi için mükemmel olmaları gerektiği ile ilgili inançlar geliştiriyor olabilir ve partnerlerini de aynı gerçekçi olmayan kriterlere göre değerlendirme eğilimi içinde oluyor olabilirler. Buna ek olarak kendi kusurlarını gizlemek için mükemmel olma uğraşları, kişide partnerlerinin de her konuda mükemmel ve hatasız olması ile ilgili girici düşüncelere yol açıyor olabilir. Alanyazına bakıldığında güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin gerçekçi olmayan standartlar koyabildiği, mükemmeliyetçi eğilimlere sahip oldukları ve olası kusurlarını gizlemek adına diğer insanlara olumsuz atıflarda bulunabildiklerini gösteren çalışmalar mevcuttur (Mikulincer ve Horesh, 1999; Mikulincer ve Shaver, 2007). Bağlanma örüntülerinin de şemaları oluşturan önemli erken dönem yaşantılardan olduğu düşünüldüğünde, kişinin kendisiyle ilgili kusurlu olduğuna; sevgi, sosyallik gibi konularda eksik ve dışlanmış olduğuna ilişkin inançlarını gizlemek için mükemmeliyetçiliğini arttırarak partnerinin kusurlarına yönelik şüphelerini arttırıyor olabileceği; alanyazındaki bulgularla paralellik göstermektedir.

Yüksek standartlar şema alanı yüksek olan kişilerin kendileri ve etfarındaki insanlar için gerçekçi olmayan aşırı standartlar belirleme ihtiyacı içinde olabilecekleri, eleştirilerden kaçınma, sevgi ve kabul görmek için yüksek standartlar belirlemeleri gerektiği ve başkaları tarafından onaylanma ihtiyacı içinde olabilecekleri belirtilmiştir (Young ve ark., 2003). Bu özellikler düşünüldüğünde kişiler kendileri için belirledikleri bu yüksek standartlara, partnerlerinin de sahip olmaları gerektiği inancından dolayı, direkt olarak partnerlerinde gözlemledikleri herhangi bir alandaki (ahlak, fiziksel görünüş, zekâ, beceri, vb.) en ufak kusur veya hata karşısında aşırı hassaslaşırabilir ve partnerleriyle ilgili girici düşüncelerin oluşmasını arttırıyor olabilir. Mevcut çalışma bulguları yüksek standartlar şema alanındaki artışın ilişki odaklı belirtilerdeki artışı yordadığı yönünde iken; Bakçepinar'ın (2019) çalışmasında ilişkinin yönünün negatif olduğu görülmüştür. Aradaki bu farkın, mevcut çalışmada Young Şema Ölçeği'nin Türk örnekleminde geçerli olan şema alan faktörleşmesinin kullanılmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Bu şema alanı, özellikleri gereği doğrudan partner odaklı belirtileri arttırabildiği gibi içerdiği şemaların mükemmeliyetçi eğilimlerle de oldukça ilişkili olması sebebiyle kişilerin mükemmeliyetçiliğini arttırarak da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin artmasına yol açıyor olabilir. Buna ek olarak alanyazında benlik değerinin partnere bağlı olmasının da partner odaklı belirtilerdeki artışla ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulgusu mevcuttur (Trak, 2016). Bu bulguyla bağlantılı olarak kişinin mükemmeliyetçi eğilimlerindeki artışla birlikte; kişinin partnerinde algıladığı kusurları, kendisinin mükemmeliyetçi eğilimlerini zedeleyebilecek bir unsur olarak görmesi de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırıyor olabilir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanı kişinin kendisine sınır koyma, hedefe yönelik davranışlarda ve sorumluluklarda eksiklikler, başkalarının haklarına saygı göstermeme, kendinin ayrıcalıklı ve özel olduğunu düşünme ve öz-denetimi sağlayamama eğilimleri ile ilişkilidir (Young ve ark., 2003). Şema alanları ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerle yapılan alayazındaki tek çalışmada da (Bakçepinar, 2019); benzer şekilde zedelenmiş sınırlar şema alanının, partner odaklı belirtileri yordamadığı görülmüştür. Mevcut çalışmadaki model içerisinde de zedelenmiş sınırlar şema alanının partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri tek başına yordamadığı; ancak belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin aracılığıyla yordadığı görülmüştür. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılığında partner odaklı belirtilerin

nasıl oluyor olabileceği bu kısmın başında ifade edilmiştir ve ilişki odaklı belirtilerdeki gelişim yoluyla benzer bir yol izlediği düşünülmektedir. Mükemmeliyetçiliğin aracı rolünde ise; zedelenmiş sınırlar şema alanı genellikle narsisistik özelliklerle ilişkilendirilmektedir (Young ve ark., 2003). Alanyazına bakıldığında Smith ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan narsisizm ve mükemmeliyetçilik ile ilgili 30 çalışmanın incelendiği güncel meta analizin sonuçlarına bakıldığında narsisizm ve mükemmeliyetçi eğilimlerin birbirleri ile ilişkili olduğu; özellikle büyüklenmeci narsisizmde kişilerin yüksek hedefler koyduğu, kendi mükemmeliyetlerini desteklemek için başkalarına karşı da gerçekçi olmayan beklentiler içinde olabildikleri bulunmuştur. Bu bulgularla paralel olarak mevcut çalışmanın bulgularına bakıldığında da narsisizmle bağlantılı olan zedelenmiş sınırlar şema alanı yüksek olan bireylerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin arttığı ve partnerlerinin de mükemmel olmaları gerektiği inançlarının arttığı söylenebilir. Bu sebeple kişi partnerinin mesleki ve sosyal becerileri, zeka ve ahlak düzeyi gibi çeşitli konularda algıladığı kusurlarına yönelik daha hassas oluyor, obsesif düşünceler geliştiriyor ve bunları test etmeye yönelik kompulsiyonlar oluyor olabilir.

Diğeri yönelimlilik şema alanı, kişinin kendi ihtiyaçlarının farkında olmaması veya bastırması; diğer insanların ihtiyaçlarına yönelmesi ve aynı zamanda da diğerleriyle veya kendileri ile ilgili beklentilerinin karşılanmaması durumunda kırılma, kızma ve zor bağışlama gibi özelliklerle ilişkilidir (Young ve ark., 2003). Bu tutumlar kişinin tek başına partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırmasa da belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin aracılığı ile açıklamaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılığında partner odaklı belirtilerin oluyor olabileceği bu kısmın başında ifade edilmiştir ve ilişki odaklı belirtilerdeki gelişim yoluyla benzer bir yol izlediği düşünülmektedir. Mükemmeliyetçiliğin aracı rolünde ise; kişinin karşı taraftan belli beklentilerinin olması veya yanlış bir şey olduğunda kişinin cezalandırıcı ve zor affedici bir tutum içerisinde olması kişinin diğerlerine karşı mükemmeliyetçi eğilimler geliştirmesine yol açıyor; karşı taraftan gelebilecek herhangi bir hataya karşı hassaslaştırıyor ve partnerinden beklentilerini arttırıyor olabilir. Böylece partnerinin becerileri, zekası veya ahlakı ile ilgili beklentilerinden sapan veya hatalı olabilecek olağan bir durumda bile kişinin partneriyle ilgili obsesif düşünceleri arttırıyor olabilir.

Partner odaklı belirtilerle ilgili mevcut çalışmanın bulgularına bakıldığında karşımıza çıkan önemli bir bulgu da, tüm şema alanları ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler

arasındaki ilişkiye, mükemmeliyetçiliğin sistematik bir şekilde; belirsizliğe tahammülsüzlüğün de zedelenmiş otonomi haricindeki tüm şema alanlarıyla olan ilişkiye aracılık ediyor olmasıdır. İlişki odaklı belirtilerle kıyaslandığında, partner odaklı belirtilerin artışında hem mükemmeliyetçilik hem de belirsizliğe tahammülsüzlük aracı rol oynamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin, sadece partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile tüm şema alanları arasında ilişkiye aracılık etmesi; partner odaklı belirtilerin içeriği ile ilişkili olabilir. Alanyazına bakıldığında, mükemmeliyetçi eğilimler hem kişinin kendisi hem de başkaları için oluşturduğu gerçekdışı beklentiler ve değerlendirmeleri içermektedir (Hewitt ve Flett, 1991). Aynı zamanda mükemmeliyetçi eğilimlerin, ilişki problemlerinde (Haring, Hewitt ve Flett, 2003); OKB'de (Frost ve ark., 1994; Frost ve Steketee, 1997; Rheaume ve ark., 1995) ve ilişki ve partner odaklı OKB'de de önemli bir faktör olduğunu gösteren çeşitli çalışmalar mevcuttur (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Melli ve ark., 2018; Yıldırım 2018). Bu bulguları göz önünde bulundurduğumuzda partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde, kişi hata yapmama; mükemmel olma ve hatalara aşırı takılma gibi mükemmeliyetçi eğilimlerini partneri için de yaşıyor olabilir. Böylece sürekli olarak partnerinin dış görünüşü, zekası, ahlakı, sosyal ve mesleki becerilerine yönelik aşırı dikkat, yüksek ve gerçekçi olmayan beklentiler içerisine giriyor olabilir ve partnerinde bu alanlardan birinde algıladığı, beklenlerine uymayan olağan farklılıklar, kişide partnerine yönelik obsesif düşüncelere ve kompulsif davranışlara yol açıyor olabilir. Yıldırım (2018) tarafından yapılan çalışmada da kaygılı ve kaçınmacı bağlanma türleri ile partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçiliğin aracı bir rol oynadığı bulunmuştur. Bu bulgu da mevcut çalışma bulgularını destekler yöndedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün hem ilişki hem de partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde aracı rol oynuyor olması ile ilgili olarak; belirsizliğe tahammülsüzlük alanyazında hem OKB'nin oluşumda ve gelişiminde rol oynayan (OCCWG, 1997) hem de birçok patoloji ile ilişkili bir bilişsel faktör, eğilim olarak bulunmuştur (Carleton ve ark., 2010; McEvoy ve Mahoney, 2011; Sexton ve ark., 2003). Bu sebeple partner odaklı belirtilerin oluşumu ve düzeyinde de aracı rol oynamasının alanyazınla uyumlu olduğu söylenebilir. Aynı zamanda partner odaklı belirtilerle yapılan model analizlerinde, mükemmeliyetçiliğin aracılık etki büyüklüklüğünün belirsizliğe tahammülsüzlüğün etki büyüklüklüğünden daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu da partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerde belirsizliğe tahammülsüzlük

de aracılık yapmasına rağmen mükemmeliyetçiliğin daha etkili bir aracılığı olduğunu düşündürmektedir.

4.5. İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Üzerinde Direkt Etkisi Olan Şema Alanları ile Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması

Model analizlerinin sonucunda elde edilen bulgulara göre zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının tek başlarına da ilişki odaklı belirtilerde ve partner odaklı belirtilerde artışı yordayabildikleri görülmüştür. Bunun ardından, bu üç şema alanından hangilerinin ilişki odaklı ve partner odaklı belirtileri daha iyi açıklayabildiğinin test edilebilmesi için aşamalı/adım adım (stepwise) regresyon analizi yürütülmüştür.

İlişki odaklı belirtilerin yordanması için yapılan regresyon analizi sonucunda, ilişki odaklı belirtileri en iyi yordayan alanın zedelenmiş otonomi şema alanı olduğu; yüksek standartlar şema alanının ikinci sırada yer aldığı ve kopukluk şema alanının ise üçüncü sırada yer aldığı görülmüştür. Bu bulgulardan yola çıkarak, zedelenmiş otonomi şema alanı düzeyi yüksek olan bireylerin ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeylerinde artış olabileceği düşünülebilir. Bunun yanı sıra yüksek standartlar şema alanı düzeyi yüksek olan bireylerin de yine benzer şekilde ilişki odaklı belirtilerinde artış olabileceği söylenebilir. Kopukluk şema alanına bakıldığında, yine diğer iki şema alanı gibi anlamlı düzeyde etkiliyor olmasına rağmen, ilişki odaklı belirtileri açıklama düzeyinin düşük olduğu görülmüştür. Bu sebeple ilişki odaklı belirtilerin yordanmasında kopukluk şema alanının belirgin bir etken olmadığı söylenebilir.

Hayatındaki insanların öngörülemez olduğu, her an terk edilebileceği, iyi devam eden bir şey varsa bile bunun mutlaka bir gün bozulacağı, hayatındaki zorluklarla veya tehditlerle başa çıkamayacağı, tek başlarına karar veremeyeceği inançları yüksek olan; kendisine ve başkalarına yönelik gerçekçi olmayan hedefler ve standartlar belirleyen, eleştirilerden kaçınma ve dışarıdan onaylanma ihtiyacı yüksek olan bireylerin (Young ve ark., 2003) ilişkilerinde partnerinin sevgisine, kendi sevgisine veya ilişkisinin doğruluğuna yönelik girici düşünceler geliştirme riskinin daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Partner odaklı belirtilerin yordanması için yapılan regresyon analizi sonucunda, partner odaklı belirtileri en iyi yordayan alanın zedelenmiş otonomi şema alanı olduğu; yüksek standartlar şema alanının ikinci sırada yer aldığı ve kopukluk şema alanının ise üçüncü sırada

yer aldığı görülmüştür. Bu bulgulardan yola çıkarak, zedelenmiş otonomi şema alanı düzeyi yüksek olan bireylerin partner odaklı obsesif-kompulsif belirti düzeylerinde artış olabileceği düşünülebilir. Bunun yanı sıra yüksek standartlar ve kopukluk şema alanı düzeyi yüksek olan bireylerin de yine benzer şekilde partner odaklı belirtilerinde artış olabileceği söylenebilir.

Hayatındaki insanların öngörülemez olduğu, her an terk edilebileceği, iyi devam eden bir şey varsa bile bunun mutlaka bir gün bozulacağı, hayatındaki zorluklarla veya tehditlerle başa çıkamayacağı, tek başlarına karar veremeyeceği, kendisinin kusurlu ve sevilmez olduğu, hayatlarındaki kişilerin güvenilmez oldukları inançları yüksek olan; kendisine ve başkalarına yönelik gerçekçi olmayan hedefler ve standartlar belirleyen, eleştirilerden kaçınma ve dışarıdan onaylanma ihtiyacı yüksek olan bireylerin (Young ve ark., 2003) partnerlerinin sosyal, mesleki, duygusal, ahlaki ve zihinsel olarak gerçekten “yeterli” olup olmadıklarına yönelik girici düşünceler geliştirme ve bunları test etmeye yönelik çeşitli kompulsif davranışlarda bulunma riskinin daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Özetle, hem ilişki odaklı hem de partner odaklı belirtilerin oluşumunda veya sürmesinde direkt rol oynadığı görülen şema alanlarından zedelenmiş otonominin öncelikli bir risk faktörü olabileceği söylenebilir. Bunu takiben yüksek standartlar şema alanı ve kopukluk şema alanının da rol oynadığı düşünülebilir.

4.6. Araştırmanın Klinik Yansımaları

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin içeriği ve kapsamı zaten ilişki ve partner ile ilgili olduğu için bu belirtileri deneyimleyen kişilerin hayatında çeşitli sıkıntılara yol açabildiği belirtilmektedir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; Doron ve ark., 2014). Ancak yeni çalışılan bir alan olması sebebiyle tedavi yöntemlerine ilişkin yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Doron ve ark., 2014). Mevcut çalışmanın sonuçları, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin şema terapi kuramına göre kavramsallaşabildiğini göstermiştir. İlişki ve partner odaklı belirtileri olan bireylerin, yaşadıkları sıkıntıların şema alanları bağlamında ele alınarak terapide çalışılabileceği düşünülmektedir. Terapide; kişinin yaşadığı sıkıntıların gelişimi ve aile öyküsü ile ilgili bilgi edinirken kişinin şema alanlarını belirlemenin ve buna yönelik bilgilerin alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bulgulara bakıldığında; ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin gelişiminde sadece şema alanlarının değil aynı zamanda kişinin mükemmeliyetçi (partner odaklı belirtiler) eğilimlerinin ve belirsizliğe tahammülsüzlüğünün (ilişki ve partner odaklı belirtilerde) de rol oynayabildiği görülmüştür. Bu sebeple, danışanın belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik gibi eğilimlerinin de terapi içerisinde değerlendirilmesinin ve çeşitli bilişsel-davranışçı ve yaşantısal teknikler kullanılarak çalışılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Aynı zamanda, zedelenmiş otonomi şema alanının yüksekliğinin hem ilişki odaklı hem de partner odaklı belirtilerin oluşumunda ve sürmesinde öncelikli bir risk faktörü olabileceği ve bunun yanında yüksek standartlar şema alanının da yine etkili bir faktör olabileceği görülmüştür. İlişki ve partner odaklı belirtilerle ilişkili şikayetleri olan danışanlarda bu şema alanları ile ilişkili şemaların değerlendirilmesi ve çalışılmasının önemli olabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde özellikle zedelenmiş sınırlar şema alanı; ardından sırasıyla yüksek standartlar ve kopukluk şema alanlarının özelliklerini yüksek düzeyde gösteren danışanlarda da, kişilerin ilişkilerine ve/veya partnerlerine yönelik çeşitli şüphelerinin değerlendirilmesinin veya izlenmesinin faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b) ilişki ve partner odaklı belirtilerin bazı kişilerde evlenmek veya çocuk yapmak gibi ilişkilerdeki önemli ve ciddi kararlar sırasında ortaya çıkabildiğini belirtmektedir. Mevcut çalışma erken dönem uyum bozucu şema alanları, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçi eğilimlerin, ilişki ve partner odaklı belirtileri oluşumunda rol oynayan öncüllerden olabileceğini göstermiştir. Bu bulgulara göre terapide, ilişkilerinde önemli kararlar alacak danışanlarla mükemmeliyetçi eğilimlerin, belirsizliğe yönelik bilişlerin ve belirgin şema alanlarının çalışılmasının; ilişki ve partner odaklı belirtilerin önleminde de faydalı olabileceği düşünülmektedir.

4.7. Araştırmanın Önemi, Sınırlılıkları ve Öneriler

İlişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler görece yeni çalışılmaya başlayan bir alan olması sebebiyle ülkemizde de bu konuyla ilgili yapılan çalışma oldukça azdır (örn., Abak, 2019; Bakçepinar, 2019; Cebeci, 2019; Trak, 2016; Yıldırım, 2018). Konu ile ilgili çalışmalarda ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şemalar ile

yapılmış olan tek bir çalışmaya çalışmaya rastlanmıştır (örn., Bakçepinar, 2019). Bu sebeple mevcut çalışmanın, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumunda ve gelişimde hangi erken dönem uyum bozucu şema alanlarının rol oynadığının anlaşılmasında alanyazına katkı sağlayacağı, ilişki ve partner odaklı belirtilerin şema kuramı bağlamında anlaşılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Mevcut çalışmanın aynı zamanda, OKB'nin oluşumunda ve sürdürülmesinde rol oynayan faktörlerden olan mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün (OCCWG, 1997); erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide de rol oynadığını gösteren ilk çalışma olması sebebiyle; ilişki ve partner odaklı belirtilerin oluşumuna ilişkin gelişimsel bir model sunması açısından alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmada oluşturulan modelde, ilişki odaklı belirtilerin gelişiminde belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığı; partner odaklı belirtilerde ise hem mükemmeliyetçiliğin hem de belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığı görülmüştür. Bu da ilişkisel OKB'nin iki alt boyutunda farklı bilişsel faktörlerin ve eğilimlerin rol oynayabileceğini göstermektedir. Ek olarak, alanyazına bakıldığında, erken dönem uyum bozucu şema alanlarının her birinin kendine özgü özelliklerine bağlı olarak kişilerin mükemmeliyetçi eğilimlerini ve belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerini arttırdığını gösteren tek görgül çalışma olduğu görülmüştür. Mevcut araştırmadan elde edilen bulguların, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumunda ve sürdürülmesinde rol oynayan yaşantısal ve bilişsel faktörlerin anlaşılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın katkılarının yanı sıra belli sınırlılıkları da vardır. Çalışmada sınanan modelde mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerinin aracılıkları bağımsız olarak modele dâhil edilmiştir. Bu sebeple, birbirleri ile anlamlı düzeyde de ilişkili bulunan bu iki değişkenin ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler üzerinde ortak bir etkileri olup olmadığı ile ilgili bir çıkarım yapılamamaktadır. Bir diğer sınırlılık ise, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik değişkenlerinin toplam puan olarak değerlendirilmesidir. OKB ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında yapılan çalışmalarda bu değişkenlerin belli alt boyutlarının, diğer alt boyutlara göre daha çok rol oynadığı görülmüştür. Örneğin; OKB'de belirsizlik karşısında eyleme geçememe kaygısından ziyade gelecekteki olası belirsizliklerle ilgili kaygılarla ilişkili olduğu (Carleton ve ark., 2010; McEvoy ve Mahoney, 2011); mükemmeliyetçiliğin boyutlarından olan hatalara karşı

dikkat ve davranışlardan şüphe duymanın ise OKB belirtileri (Rheaume ve ark., 1995) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Benzer şekilde ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri arasındaki ilişkide de belli alt boyutlar daha çok rol oynuyor olabilir. Ancak toplam puan olarak incelendiği için bu çalışmada hangi alt boyutların spesifik olarak ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumunda rol oynadığına yönelik bir bulgu sunulmamaktadır. Bunların yanı sıra, çalışmanın örnekleminin büyük çoğu kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Her ne kadar cinsiyet değişkeninin etkisiyle ilgili yapılan analizde erkek katılımcı sayısı dengelenmesi açısından rastgele örneklem çekilmiş olsa da cinsiyetler arası dengesizlik çalışmanın ana model bulgularını etkilemiş olabilir. Cinsiyetin yanı sıra katılımcıların ilişki süreleri arasında farkın (1 ay – 433 ay arası) fazla olması da çalışma bulgularını etkilemiş olabilir. Ayrıca, mevcut çalışmada ana değişkenlerin ölçülmesinde öz-bildirim ölçeklerinin kullanılmıştır. Bu sebeple, katılımcılar gerçek duygu, düşünce ve tutumlarını ölçeklerde yansıtmamış/yansıtamamış olabilir veya yanlış cevaplar vermiş olabilir. Buna ek olarak, bazı katılımcılardan ölçek bataryasının uzun olması ile ilgili geri bildirim alınmıştır. Ölçek bataryasının uzunluğu katılımcılarda yorgunluğa yol açmış ve katılımcıların cevaplarını etkilemiş olabilir.

Çalışmanın sınırlılıkları da göz önüne alındığında, gelecek araştırmalarda belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik değişkenleri arasındaki ilişkinin; erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide nasıl bir rolü olduğunun incelenebilmesi için seri aracılığın kullanıldığı bir model analizinin yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Bunun yanı sıra, çalışmadaki değişkenlerin alt boyutlarıyla ele alınarak, alt boyutların birbirleriyle ilişkilerine bakılabilir. Ayrıca, örneklem sayısının arttırılarak; yaş, cinsiyet ve ilişki süresi gibi demografik değişkenlerin daha dengeli olduğu bir örneklem ile benzer bir modelin sınanması sonuçların genellebilirliği açısından önemli olabilir. Ayrıca, mevcut çalışmada ilişki odaklı ve partner odaklı belirtiler birbirinden ayrışabilmiş olmasına rağmen, aralarındaki korelasyon düzeyinin yüksekliği düşünüldüğünde ileride yapılacak olan çalışmalarda bu iki değişkenin de dahil edilmesi durumunda çoklu ortak doğrusallık (multicollinearity) ihtimalinin kontrol edilmesinin önemli olduğu ve olası bir çoklu ortak doğrusallık durumunda bu değişkenlerden sadece birinin çalışmaya dahil edilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Bununla bağlantılı olarak gelecek çalışmalarda ilişki odaklı belirtilerin ve partner odaklı belirtilerin birbirinden daha net ayrışabilmesi için farklı ölçüm

araçları oluşturmanın da önemli olabileceği düşünülmektedir. Bunlara ek olarak, şemalarla başa çıkma mekanizmalarının (şema teslimi, şema kaçınması ve aşırı telafi), ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler açısından incelenmesi de ilişki ve partner odaklı belirtilerin şema kuramı açısından incelenmesi için önemli olabilir.

SONUÇ

Mevcut araştırma, ilişki ve partner odaklı obsesif-kompulsif belirtiler ile erken dönem uyum bozucu şema alanları arasındaki ilişkide, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığını öne sürülen modelin sınanmasını amaçlamıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumu ve düzeyini etkileyen iki yol olduğu görülmüştür. Zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarındaki artışın kişinin ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtilerini doğrudan arttırdığı görülmüştür. Bunun yanı sıra şema alanlarındaki artışın kişinin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü de arttırarak ilişki odaklı obsesif-kompulsif belirtileri oluşturduğu ikinci bir yol tespit edilmiştir. Zedelenmiş sınırlar ve diğer yönelimlilik şema alanlarının ise sadece belirsizliğe tahammülsüzlüğün artmasıyla ilişki odaklı belirtileri arttırabildikleri görülmüştür.

Partner odaklı obsesif-kompulsif belirtilerin oluşumu ve artışını inceleyen model sonuçlarına bakıldığında benzer şekilde zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının doğrudan partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arttırdığı görülmüştür. Partner odaklı belirtilerde de şema alanlarındaki artışın kişinin hem belirsizliğe tahammülsüzlüğünü hem de mükemmeliyetçilik düzeyini arttırarak partner odaklı obsesif-kompulsif belirtileri oluşturan (belirsizliğe tahammülsüzlükte, zedelenmiş otonomi şema alanı hariç) ikinci bir yol olduğu görülmüştür. Zedelenmiş sınırlar ve diğer yönelimlilik şema alanlarının ise sadece mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracılığıyla partner odaklı belirtileri arttırabildikleri tespit edilmiştir.

Bunlara ek olarak; oluşturulan modelde ilişki odaklı belirtilerin oluşumunda sadece belirsizliğe tahammülsüzlüğün, şema alanları ve ilişki odaklı belirtiler arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol oynadığı görülürken; kişinin partnerinin sosyal, fiziki, duygusal beceri ve yeterlilikleri ile ilgili olan belirtilerde ise kişinin hem mükemmeliyetçilik düzeyinin hem de belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin aracı rol oynadığı görülmüştür.

KAYNAKLAR

- Abak, E. (2019). *Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.
- Abramowitz, J. S. (2006). The Psychological Treatment of Obsessive—Compulsive Disorder. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(7), 407-416.
- Abramowitz, S. J., Fabricant, E. L. ve Jacoby, J. R. (2013). Obsessive-Compulsive Disorders. *Psychopathology: History, diagnosis, and empirical foundations* (2. baskı) içinde (s. 80-107). John Wiley & Sons.
- Abramowitz, J. S., McKay, D. ve Taylor, S. (Ed.). (2011). *Obsessive-compulsive disorder: Subtypes and spectrum conditions*. Elsevier.
- Abramowitz, S. J. ve Siqueland, L. (2013). *Obsessive-Compulsive Disorder. Psychopathology: From science to clinical practice* içinde (s.143-171). Guilford Publications.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469- 480.
- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D. ve Çaliskan, M. (2008). Early maladaptive schemas activated in patients with obsessive compulsive disorder: A cross-sectional study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 12(4), 268-279.
- Bakçepinar, E. (2019). *Romantik ilişki ve partner temali obsesyon ve kompulsiyonların şema alanları açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.

- Barelds, D. P. ve Dijkstra, P. (2011). Positive illusions about a partner's personality and relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 45(1), 37-43.
- Bastiani, A. M., Rao, R., Weltzin, T. ve Kaye, W. H. (1995). Perfectionism in anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 17(2), 147-152.
- Behar, E., DiMarco, I. D., Hekler, E. B., Mohlman, J. ve Staples, A. M. (2009). Current theoretical models of generalized anxiety disorder (GAD): Conceptual review and treatment implications. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(8), 1011-1023.
- Blatt, S. J., D'Afflitti, J. P. ve Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85(4), 383-389.
- Brickman, P. (1987). Commitment, conflict and caring. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 931-945.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C. ve Asmundson, G. J. (2010). "It's not just the judgements "It's that I don't know": Intolerance of uncertainty as a predictor of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(2), 189-195.
- Cebeci, B. (2019). *Evlilik doyumunun eş desteği ve ilişki içerikli obsesif-kompulsif semptomlar ile ilişkileri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Clark, D. (2004). *Cognitive-behavioral therapy for OCD*. New York: Guilford press.
- Clark, D. A. ve Purdon, C. (1993). New perspectives for a cognitive theory of obsessions. *Australian Psychologist*, 28(3), 161-167.
- Cockram, D. M., Drummond, P. D. ve Lee, C. W. (2010). Role and treatment of early maladaptive schemas in Vietnam veterans with PTSD. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 17(3), 165-182.
- Çakır, Z. (2007). *Antisosyal kişilik bozukluğunda erken dönem uyumsuz Şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiler: Şema*

terapi modeli çerçevesinde bir inceleme. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

DiBartolo, P. M., Frost, R. O., Dixon, A. ve Almodovar, S. (2001). Can cognitive restructuring reduce the disruption associated with perfectionistic concerns?. *Behavior Therapy*, 32(1), 167-184.

Doron, G., Derby, D., Szepsenwol. O. ve Talmor. D. (2012a). Tainted Love: Exploring relationship-centered obsessive compulsive symptoms in two non-clinical cohorts. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1, 16-24.

Doron, G., Derby, D., Szepsenwol. O. ve Talmor. D. (2012b). Flaws and All: Exploring Partner Focused Obsessive-Compulsive Symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1, 234-243.

Doron, G., Derby, D. S. ve Szepsenwol, O. (2014). Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 169-180.

Doron, G., Derby, D., Szepsenwol, O., Nahaloni, E. ve Moulding, R. (2016). Relationship Obsessive-compulsive Disorder: interference, symptoms, and Maladaptive Beliefs. *Frontiers in Psychiatry*, 7(58), 1-9.

Doron, G., Szepsenwol, O., Karp, E. ve Gal, N. (2013). Obsessing about intimate-relationships: Testing the double relationship-vulnerability hypothesis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44(4), 433-440.

Dugas, M. J., Letarte, H., Rhéaume, J., Freeston, M. H. ve Ladouceur, R. (1995). Worry and problem solving: Evidence of a specific relationship. *Cognitive Therapy and Research*, 19(1), 109-120.

Dugas, M. J., Schwartz, A. ve Francis, K. (2004). Brief report: Intolerance of uncertainty, worry, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 28(6), 835-842.

- Fergus, T. A. ve Wu, K. D. (2010). Do symptoms of generalized anxiety and obsessive compulsive disorder share cognitive processes? *Cognitive Therapy and Research*, 34(2), 168-176.
- Ferrari, J. R. (1995). Perfectionism Cognitions with Nonclinical and Clinical Samples. *Journal of Social Behavior and Personality*, 10(1), 143.
- Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiberg, S., Langner, R., Kichic, R., Hajcak, G. ve Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: development and validation of a short version. *Psychological Assessment*, 14(4), 485.
- Freeston, M. H. ve Ladouceur, R. (1997). What do patients do with their obsessive thoughts?. *Behaviour Research and Therapy*, 35(4), 335-348.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J. ve Ladouceur, R. (1996). Correcting faulty appraisals of obsessional thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, 34(5-6), 433-446.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry?. *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791-802.
- Frost, R. O. ve DiBartolo, P. M. (2002). Perfectionism, anxiety, and obsessive compulsive disorder, Flett, G.L. ve Hewitt, P. L. (Ed.) *Perfectionism: Theory, research, and treatment* içinde (s.341–371.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Frost, R. O. ve Gross, R. C. (1993). The hoarding of possessions. *Behaviour Research and Therapy*, 31(4), 367-381.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. ve Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Frost, R. O. ve Steketee, G. (1997). Perfectionism in obsessive-compulsive disorder patients. *Behaviour Research and Therapy*, 35(4), 291-296.

- Frost, R. O., Steketee, G., Cohn, L. ve Griess, K. (1994). Personality traits in subclinical and non-obsessive-compulsive volunteers and their parents. *Behaviour Research and Therapy*, 32(1), 47-56.
- George, D. ve Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference* (10. baskı). GEN, Boston, MA: Pearson Education, Inc.
- Guidano, V. F. ve Liotti, G. (1983). *Cognitive processes and emotional disorders: A structural approach to psychotherapy*. Guilford Press.
- Haaland, A. T., Vogel, P. A., Launes, G., Haaland, V. Ø., Hansen, B., Solem, S. ve Himle, J. A. (2011). The role of early maladaptive schemas in predicting exposure and response prevention outcome for obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 49(11), 781-788.
- 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., Eisemann, M. ve Waterloo, K. (2009). Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(5), 394-407.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15, 27-33.
- Haring, M., Hewitt, P. L. ve Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 143-158.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2. baskı). New York, NY: The Guilford Press.

- Hedley, L. M., Hoffart, A. ve Sexton, H. (2001). Early maladaptive schemas in patients with panic disorder with agoraphobia. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 15(2), 131-142.
- Hewitt, P. L. ve Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L. ve Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: a test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1), 58-65.
- Holaway, R. M., Heimberg, R. G. ve Coles, M. E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(2), 158-174.
- Honjo, S., Hirano, C., Murase, S., Kaneko, T., Sugiyama, T., Ohtaka, K., ...Wakabayashi, S. (1989). Obsessive-compulsive symptoms in childhood and adolescence. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 80(1), 83-91.
- Jovev, M. ve Jackson, H. J. (2004). Early maladaptive schemas in personality disordered individuals. *Journal of Personality Disorders*, 18(5), 467-478.
- Kane, L. ve Ashbaugh, A. R. (2017). Simple and parallel mediation: A tutorial exploring anxiety sensitivity, sensation seeking, and gender. *The Quantitative Methods for Psychology*, 13(3), 148-165.
- Karahan, D. (2006). *Erken disfonksiyonel şemaların obsesif-kompulsif bozukluğu olan hastalar ve sağlıklı kişilerdeki aktivasyonlarının karşılaştırılması*. (Tıpta uzmanlık tezi). Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kliniği, İstanbul.
- Karaosmanoğlu, H. A. (2004, 25 Kasım). Mükemmeliyetçilik. https://www.pskonet.com/mukemmeliyetcilik_nedir-196.html

- Kim, J. E., Lee, S. W. ve Lee, S. J. (2014). Relationship between early maladaptive schemas and symptom dimensions in patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 215(1), 134-140.
- Kwak, K. H. ve Lee, S. J. (2015). A comparative study of early maladaptive schemas in obsessive-compulsive disorder and panic disorder. *Psychiatry Research*, 230(3), 757-762.
- Ladouceur, R., Blais, F., Freeston, M. H. ve Dugas, M. J. (1998). Problem solving and problem orientation in generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 12(2), 139-152.
- Leung, N., Waller, G. ve Thomas, G. (1999). Core beliefs in anorexic and bulimic women. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 187(12), 736-741.
- Lind, C. ve Boschén, M. J. (2009). Intolerance of uncertainty mediates the relationship between responsibility beliefs and compulsive checking. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(8), 1047-1052.
- Lo, W. H. (1967). A follow-up study of obsessional neurotics in Hong Kong Chinese. *The British Journal of Psychiatry*, 113(501), 823-832.
- Lobbestael, J., Van Vreeswijk, M. F. ve Arntz, A. (2008). An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46(7), 854-860.
- Lochner, C., Seedat, S., Du Toit, P. L., Nel, D. G., Niehaus, D. J., Sandler, R. ve Stein, D. J. (2005). Obsessive-compulsive disorder and trichotillomania: a phenomenological comparison. *BMC Psychiatry*, 5, 2. doi: 10.1186/1471-244X-5-2
- Melli, G., Bulli, F., Doron, G. ve Carraresi, C. (2018). Maladaptive beliefs in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): Replication and extension in a clinical sample. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 18, 47-53.
- Melli, G., Carraresi, C. ve Doron, G. (2015, Ağustos-Eylül). *The role of perfectionism in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD)*. Sözlü sunum, 45th Congress of European Association for Behavioural & Cognitive Therapies. Kudüs.

- McEvoy, P. M. ve Mahoney, A. E. (2011). Achieving certainty about the structure of intolerance of uncertainty in a treatment-seeking sample with anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(1), 112-122.
- McEvoy, P. M. ve Mahoney, A. E. (2012). To be sure, to be sure: Intolerance of uncertainty mediates symptoms of various anxiety disorders and depression. *Behavior Therapy*, 43(3), 533-545.
- Mikulincer, M. ve Horesh, N. (1999). Adult attachment style and the perception of others: The role of projective mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(6), 1022- 1034.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Murray, S. L., Griffin, D. W., Derrick, J. L., Harris, B., Aloni, M. ve Leder, S. (2011). Tempting fate or inviting happiness? Unrealistic idealization prevents the decline of marital satisfaction. *Psychological Science*, 22(5), 619-626.
- Nordahl, H. M., Holthe, H. ve Haugum, J. A. (2005). Early maladaptive schemas in patients with or without personality disorders: Does schema modification predict symptomatic relief?. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(2), 142-149.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group. (1997). Cognitive assessment of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 35(7), 667-681.
- Öneker, T. (2017). *OKB tanısı almamış beliren yetişkinlikte obsesif-kompulsif belirtilerin ve belirti şiddetlerin cinsiyet açısından dağılımının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Petrocelli, J. V., Glaser, B. A., Calhoun, G. B. ve Campbell, L. F. (2001). Cognitive schemas as mediating variables of the relationship between the self-defeating personality and depression. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(3), 183-191.

- Rachman, S. (1993). Obsessions, responsibility and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 31(2), 149-154.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 385-401.
- Rachman, S. ve de Silva, P. (1978). Abnormal and normal obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 16(4), 233-248.
- Rachman, S., Shafran, R., Mitchell, D., Trant, J. ve Teachman, B. (1996). How to remain neutral: An experimental analysis of neutralization. *Behaviour Research and Therapy*, 34(11-12), 889-898.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. (2011). *Schema therapy: Distinctive features*. Routledge.
- Rasmussen, S. A. ve Eisen, J. L. (1989). Clinical features and phenomenology of obsessive compulsive disorder. *Psychiatric Annals*, 19(2), 67-73.
- Rasmussen, S., ve Tsuang, M. (1986). Clinical characteristics and family history in DSM-III obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 143, 317-322.
- Reuther, E. T., Davis III, T. E., Rudy, B. M., Jenkins, W. S., Whiting, S. E. ve May, A. C. (2013). Intolerance of uncertainty as a mediator of the relationship between perfectionism and obsessive-compulsive symptom severity. *Depression and Anxiety*, 30(8), 773-777.
- Rh eaume, J., Freeston, M. H., Dugas, M. J., Letarte, H. ve Ladouceur, R. (1995). Perfectionism, responsibility and obsessive-compulsive symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 33(7), 785-794.
- Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N., ve Cherry, M. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515-529.

- Rusbult, C. E., Van Lange, P. A., Wildschut, T., Yovetich, N. A. ve Verette, J. (2000). Perceived superiority in close relationships: Why it exists and persists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(4), 521.
- Sabouri, S., Gerber, M., Lemola, S., Becker, S. P., Shamsi, M., Shakouri, Z., ... ve Brand, S. (2016). Examining Dark Triad traits in relation to sleep disturbances, anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty in young adults. *Comprehensive Psychiatry*, 100(68), 103-110.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. ve Kaplan, H. I. (2005). *Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychiatry* (8. baskı). Philadelphia: Lippincot Williams & Williams.
- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 571-583.
- Salkovskis, P. M. (1989). Cognitive-behavioural factors and the persistence of intrusive thoughts in obsessional problems. *Behaviour Research and Therapy*, 27(6), 677-682.
- Sarawgi, S., Oglesby, M. E. ve Cogle, J. R. (2013). Intolerance of uncertainty and obsessive compulsive symptom expression. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44(4), 456-462.
- Sarı, S. ve Dağ, İ. (2009). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 261-270.
- Sayıl, M., Kındap, Y., Bayar, Y., Bayraktar, F., Kurt, D., Tığrak, A. ve Yaban, E. H. (2012). *Ergenlik döneminde ebeveynlik ve ergenin psikososyal uyumu*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayını.
- Sexton, K. A., Norton, P. J., Walker, J. R. ve Norton, G. R. (2003). Hierarchical model of generalized and specific vulnerabilities in anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy*, 32(2), 82-94.

- Shafran, R., Thordarson, D. S. ve Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379-391.
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Chen, S., Saklofske, D. H., Flett, G. L. ve Hewitt, P. L. (2016). Perfectionism and narcissism: A meta-analytic review. *Journal of Research in Personality*, 64, 90-101.
- Sookman, D., Pinard, G. ve Engelsmann, F. (1997). The Obsessive Compulsive Disorder Cognitive Schemata Scale: Reliability and validity. Manuscript submitted for publication.
- Sorrentino, R. M., Raynor, J. O., Zubec, J. M. ve Short, J. C. (1990). Personality Functioning and Change: Informational and Affective Influences on Cognitive, Moral, and Social Development. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Ed.). *The Handbook of Motivation and Cognition: Foundations of Social Behaviour*. (s. 193-228). New York: Guilford Press.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Sprecher, S. (1999). "I love you more today than yesterday": Romantic partners' perceptions of changes in love and related affect over time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 46- 53.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. baskı). London: Pearson.
- Tallis, F. (1996). Compulsive washing in the absence of phobic and illness anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 361-362.
- Taşdemir, T. (2011). *Psikiyatri polikliniğine başvuran kişilerde erken dönem uyum bozucu şemaların incelenmesi: Sağlıklı bireylerle bir karşılaştırma çalışması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D. ve Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(2), 233-242.

- Trak, E. (2016). *Hatırlanan ebeveyn ilgisi, yetişkin bağlanma biçimleri ve partnere bağlı benlik değerinin romantik ilişki ve partner temalı obsesif kompulsif bozukluk semptomları ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Trak, E. ve İnözü, M. (2017). Yeni Bir Obsesif-Kompulsif Semptom İçeriği: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği ile Partnere İlişkin Obsesif-Kompulsif Belirti Ölçeği'nin Türkçe Formlarının Psikometrik Özellikleri (Tur). *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 171-185.
- Unoka, Z., Tölgyes, T. ve Czobor, P. (2007). Early maladaptive schemas and body mass index in subgroups of eating disorders: a differential association. *Comprehensive Psychiatry*, 48(2), 199-204.
- Velibaşoğlu, B. (2014). *Obsesif kompulsif bozukluk hastalarında obsesyon, kompulsiyon ve endişe ile erken dönem uyum bozucu şemalar, üst-biliş ve düşünce eylem kaynaşması arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Wilhelm, S., Berman, N. C., Keshaviah, A., Schwartz, R. A. ve Steketee, G. (2015). Mechanisms of change in cognitive therapy for obsessive compulsive disorder: Role of maladaptive beliefs and schemas. *Behaviour Research and Therapy*, 65, 5-10.
- Yıldırım, B. (2018). *Beliren yetişkinlikte romantik ilişki temalı ve eş odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişimsel yordayıcıları: Özerklik, bağlanma ve mükemmeliyetçilik*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yoosefi, A., RajeziEsfahani, S., Pourshahbaz, A., Dolatshahee, B., Assadi, A., Maleki, F. ve Momeni, S. (2016). Early maladaptive schemas in obsessive-compulsive disorder and anxiety disorders. *Global Journal of Health Science*, 8(10), 167-177.
- Yorulmaz, O., Inozu, M., Clark, D. A. ve Radomsky, A. S. (2015). Psychometric Properties of the Obsessive-Compulsive Inventory-Revised in a Turkish Analogue Sample. *Psychological Reports*, 117(3), 781-793.

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

Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünlüyci model arayışı*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Zlomke, K. R. ve Young, J. N. (2009). A Retrospective Examination of The Role of Parental Anxious Rearing Behaviors in Contributing to Intolerance of Uncertainty. *Journal of Child and Family Studies*, 18(6), 670-679.

EKLER

EK 1: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Başkent Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Okan Cem ÇIRAKOĞLU danışmanlığında, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Beliz TOROSLU tarafından yürütülen bir tez çalışmadır. Çalışmada erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin müke

mmeliyetçilik düzeyi, OKB belirtileri ve bireyin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin bireyin romantik ilişki ve eş odaklı obsesif-kompulsif belirtileri arasındaki ilişkinin araştırılmasını amaçlamaktadır.

Bu çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır ve sizden alınan her türlü kimlik bilgisi tamamen gizli tutulacak ve araştırmanın hiçbir kısmında kimlik bilgileri yayınlanmayacaktır. Sonuçları yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacaktır.

Bu çalışma için sizden, ekte sunulacak olan çeşitli değerlendirme araçlarını ve demografik bilgi formunu eksiksiz şekilde doldurmanız istenmektedir. Bu işlem tahminen 20-25 dakika sürmektedir. Araştırma bulgularının sağlıklı olabilmesi için soruların samimi bir şekilde ve eksiksiz doldurulması oldukça önemlidir. Ölçekleri doldururken sizi tam olarak yansıtmadığını düşündüğünüz durumlarda size en yakın yanıtı işaretleyiniz.

Araştırmaya katılım herhangi bir risk taşımamaktadır. Araştırmaya katılmayı reddedebilir veya herhangi bir aşamada çalışmayı bırakabilirsiniz.

Araştırmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz. Bu çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Beliz TOROSLU (beliztoroslu@baskent.edu.tr) ile iletişimde kurabilirsiniz.

Araştırma hakkında ayrıntılı olarak bilgilendirildim. Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kendi rızamla kabul ediyorum.

Katılımcı

Adı, Soyadı:

Katılım Tarihi:

İmzası:

Araştırmacı Bilgileri

Adı, Soyadı: Beliz Toroslu

E-mail: beliztoroslu@baskent.edu.tr

EK 2: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız: _____

3. Medeni Durumuz:

Evli ()

Nişanlı()

Sözlü ()

İlişkisi var ()

İlişkisi yok ()

* Süreğiden romantik ilişkinizin ne kadar süredir devam etmekte olduğunu belirtiniz:

Yıl: _____ / Ay: _____

4. Eğitim Durumunuz:

İlkokul mezunu ()

Ortaokul mezunu ()

Lise mezunu ()

Üniversite mezunu ()

Yüksek Lisans/Doktora mezunu ()

5. Çalışma durumunuz:

Çalışmıyor ()

Çalışıyor ()

Öğrenci ()

6. Daha önce herhangi bir psikolojik/psikiyatrik tanı (depresyon, kaygı bozukluğu, uyku bozukluğu, vb.) aldınız mı?

Evet ()

Hayır ()

*Cevabınız evet ise belirtiniz: _____

EK 3: OBSESİF-KOMPULSİF ENVANTERİ-GÖZDEN GEÇİRİLMİŞ FORM

Aşağıdaki ifadeler, birçok kişinin günlük yaşamlarındaki deneyimlerine işaret etmektedir. Geçtiğimiz ay boyunca, belirtilen durumun sizi ne kadar rahatsız ettiğini ya da sıkıntıya soktuğunu en iyi ifade eden sayıyı işaretleyiniz. Sayılar aşağıdaki, sözel ifadelere karşılık gelmektedir.

0	1	2	3	4
Hiç	Biraz	Orta	Çok	Aşırı Derece

	Hiç	Biraz	Orta	Çok	Aşırı Derece
1. Bir şekilde elime geçmiş olan birçok şeyi biriktirim.	0	1	2	3	4
2. Bir şeyleri gereğinden fazla kontrol ederim.	0	1	2	3	4
3. Nesnelere düzgün bir şekilde yerleştirilmemişse huzursuz olurum.	0	1	2	3	4
4. Bir şeyleri yaparken sayma zorunluluğu hissederim.	0	1	2	3	4
5. Yabancıların ya da belirli kişilerin dokunduğunu bildiğim nesnelere dokunmakta zorlanırım.	0	1	2	3	4
6. Düşüncelerimi kontrol etmekte zorlanırım.	0	1	2	3	4
7. İhtiyacım olmayan şeyleri biriktirim.	0	1	2	3	4
8. Kapı, pencere, çekmece gibi şeyleri tekrar tekrar kontrol ederim.	0	1	2	3	4
9. Benim düzenlediğim şeylerin başkası tarafından değiştirilmesinden rahatsız olurum.	0	1	2	3	4
10. Belirli numaraları tekrarlama zorunluluğu hissederim.	0	1	2	3	4
11. Bazen sadece kirli hissettiğim için kendimi temizlemek ya da yıkamak zorunda kalırım.	0	1	2	3	4
12. İsteğim dışında zihnimde beliren olumsuz düşüncelerden huzursuz olurum.	0	1	2	3	4
13. Daha sonra ihtiyacım olabileceği korkusuyla bir şeyleri atmaktan kaçınırım.	0	1	2	3	4
14. Gazı, çeşmeleri ve ışıkları kapattıktan sonra tekrar tekrar kontrol ederim.	0	1	2	3	4
15. Bana göre bazı şeylerin belli bir sıraya göre düzenlenmiş olması gerekir.	0	1	2	3	4
16. Bazı sayıların uğurlu, bazı sayıların ise uğursuz olduğunu düşünürüm.	0	1	2	3	4
17. Ellerimi gereğinden daha sık ve uzun süre yıkarım.	0	1	2	3	4
18. Aklıma sıklıkla hoş olmayan düşünceler gelir ve onları zihnimden uzaklaştırmakta zorlanırım.	0	1	2	3	4

EK 4: ROMANTİK İLİŞKİ OBSESYON VE KOMPULSİYONLARI ÖLÇEĞİ

Bana hiç uygun değil.	Bana biraz uygun.	Bana orta düzeyde uygun.	Bana oldukça uygun.	Bana çok uygun.
0	1	2	3	4

Aşağıda insanların romantik ilişkilerinde yaşayabilecekleri deneyimlere ilişkin ifadeler yer almaktadır. **Sizin** yakın ilişkilerinizde neler yaşadığınızı değerlendirmek istiyoruz. Lütfen aşağıdaki ifadelerin yakın ilişkilerinizde deneyimlediğiniz düşünce ve davranışları ne ölçüde yansıttığını belirtiniz. “Partner” ifadesiyle romantik ilişki içinde olduğunuz kişi (eş, sevgili, nişanlı, sözlü vb.) kastedilmektedir.

1.	Partnerimi gerçekten sevmediğim fikrini aklımdan çıkaramam.	0	1	2	3	4
2.	Partnerimle ilgili şüphelerimi aklımdan kolaylıkla çıkarabilirim.	0	1	2	3	4
3.	İlişkimden sürekli şüphe duyarım.	0	1	2	3	4
4.	Partnerimin bana olan sevgisiyle ilgili şüphelerimi aklımdan çıkarmakta zorlanırım.	0	1	2	3	4
5.	İlişkimin doğru olup olmadığını tekrar tekrar kontrol ederim.	0	1	2	3	4
6.	Sürekli, partnerimin beni gerçekten sevdiğine dair kanıt ararım.	0	1	2	3	4
7.	Partnerimi neden sevdiğimi kendime tekrar tekrar hatırlatmam gerektiğini hissederim.	0	1	2	3	4
8.	Partnerimin beni sevdiğinden eminim.	0	1	2	3	4
9.	İlişkimde bir şeylerin “doğru olmadığına” dair düşüncelerden aşırı derecede rahatsız olurum.	0	1	2	3	4
10.	Partnerime olan sevgimden sürekli şüphe duyarım.	0	1	2	3	4
11.	Partnerime sürekli beni sevip sevmediğini sorarım.	0	1	2	3	4
12.	Sık sık ilişkimin “doğru” olduğuna dair onay ararım.	0	1	2	3	4
13.	Partnerimin aslında benimle birlikte olmak istemediği düşüncesi beni sürekli rahatsız eder.	0	1	2	3	4
14.	Partnerimi ne kadar sevdiğimi tekrar tekrar kontrol etmem gerektiğini hissederim.	0	1	2	3	4

EK 5: PARTNERE İLİŞKİN OBSESİF-KOMPULSİF BELİRTİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda insanların romantik ilişkilerinde yaşayabilecekleri deneyimlere ilişkin ifadeler yer almaktadır. **Sizin** yakın ilişkilerinizde neler yaşadığınızı değerlendirmek istiyoruz. Lütfen aşağıdaki ifadelerin yakın ilişkilerinizde deneyimlediğiniz düşünce ve davranışları ne ölçüde yansıttığını belirtiniz. “Partner” ifadesiyle romantik ilişki içinde olduğunuz kişi (eş, sevgili, nişanlı, sözlü vb.) kastedilmektedir.

Rakamlar aşağıda görülen sözlü ifadelere denk gelmektedir.

Bana hiç uygun değil.	Bana biraz uygun.	Bana orta düzeyde uygun.	Bana oldukça uygun.	Bana çok uygun.
0	1	2	3	4

1.	Partnerimin sahip olduğu ahlak düzeyinden memnunum.	0	1	2	3	4
2.	Partnerimin sosyal becerilerini tekrar tekrar gözden geçiririm.	0	1	2	3	4
3.	Partnerimin yeterince akıllı ve derinlik sahibi biri olup olmadığını sürekli sorgularım.	0	1	2	3	4
4.	Partnerimin dış görünüşünden memnunum.	0	1	2	3	4
5.	Partnerimin sosyal becerileri ile ilgili düşünceler beni rahatsız eder.	0	1	2	3	4
6.	Partnerimin ahlaki düzeyine ilişkin şüpheler beni sürekli rahatsız eder.	0	1	2	3	4
7.	Partnerimin zihinsel olarak dengesiz olduğu fikrini aklımdan çıkarmakta zorlanırım.	0	1	2	3	4
8.	Partnerimin yeterince zeki olup olmadığı konusunda çevremdeki insanlardan (arkadaşlarımdan, ailemden vs.) sık sık onay ararım.	0	1	2	3	4
9.	Partnerimle birlikteyken onun fiziksel kusurlarını görmezden gelmekte zorlanırım.	0	1	2	3	4
10.	Partnerimin hayatta “bir şey başarma” becerisini sürekli diğer kadın/erkekleriyle karşılaştırırım.	0	1	2	3	4
11.	Partnerimin zekâ seviyesini diğer kadın/erkekleriyle sürekli karşılaştırırım.	0	1	2	3	4
12.	Partnerimin duygusal tepkilerini diğer kadın/erkeklerle karşılaştırma eğilimimi kontrol etmekte zorlanırım.	0	1	2	3	4
13.	Partnerimin yeterince zeki olmadığı düşüncesi beni çok rahatsız eder.	0	1	2	3	4
14.	Partnerimin fiziksel görünüşündeki kusurlarla ilgili düşünceler beni sürekli rahatsız eder.	0	1	2	3	4
15.	Her gün, partnerimin “iyi ve ahlaklı” bir insan olmadığı düşüncesinden rahatsız olurum.	0	1	2	3	4
16.	Partnerimin zekâ seviyesinden memnunum.	0	1	2	3	4
17.	Sürekli, partnerimin yeterince ahlaklı olduğuna dair kanıt ararım.	0	1	2	3	4
18.	Partnerimin sosyal konulardaki beceriksizliğine ilişkin düşünceler beni her gün rahatsız eder.	0	1	2	3	4

19.	Partnerim aklıma her geldiğinde görünüşündeki kusurları düşünürüm.	0	1	2	3	4
20.	Partnerimin ahlak düzeyini sürekli incelerim.	0	1	2	3	4
21.	Sürekli, partnerimin sosyal yetersizliklerini telafi etmeye çalışırım.	0	1	2	3	4
22.	Partnerimin duygusal olarak dengesiz olduğuna ilişkin şüpheler beni rahatsız eder.	0	1	2	3	4
23.	Partnerimin sosyal becerilerinden memnunum.	0	1	2	3	4
24.	Partnerimin tuhaf bir şekilde davranıp davranmadığını sürekli incelerim.	0	1	2	3	4
25.	Zihnim partnerimin hayatta başarılı olup olmayacağını değerlendirmekle çok meşguldür.	0	1	2	3	4
26.	Partnerimin fiziksel kusurlarını diğer kadın/erkekleriyle karşılaştırma konusunda kontrol edemediğim bir dürtü hissederim.	0	1	2	3	4
27.	Partnerimi düşündüğümde, modern dünyada başarılı olabilecek türden biri olup olmadığını merak ederim.	0	1	2	3	4
28.	Sürekli, partnerimin iş hayatındaki başarısına dair kanıt ararım.	0	1	2	3	4

EK 6: BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ÖLÇEĞİ

Aşağıda hayatın belirsizliklerine insanların nasıl tepki gösterdiklerini tanımlayan bir dizi ifade yer almaktadır. Bu ifadelerin sizi ne derece doğru yansıttığını, yanındaki rakamlardan size uygun olanı daire içine alarak belirtiniz

1	2	3	4	5	
Beni Hiç Tanımlarmıyor		Beni Kısmen Tanımlıyor		Beni Tam Olarak Tanımlıyor	
1- Belirsizlik, sağlam bir fikre sahip olmamı engelliyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
2- Emin olamama, kişinin düzensiz olduğu anlamına gelir.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
3- Belirsizlik yaşamı katlanılmaz hale getiriyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
4- Yaşamda bir güvencenizin olmaması adaletsiz bir durumdur.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
5- Yarın ne olacağını bilemezsem zihnim rahat olmaz.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
6- Belirsizlik beni rahatsız, endişeli ya da stresli yapıyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
7- Önceden kestirilemeyen olaylar beni alt üst ediyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
8- İhtiyaç duyduğum bilginin tümüne sahip olamamak beni engelliyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5
9- Belirsizlik istediğim şekilde bir yaşam sürmemi engelliyor.	1.....	2.....	3.....	4.....	5

- 10- Beklenmeyen durumlardan kaçınmak için insan hep ileriye bakmalıdır.
1.....2.....3.....4.....5
- 11- Çok iyi planlanmışken bile beklenmeyen ufacık bir durum her şeyi bozabilir.
1.....2.....3.....4.....5
- 12- Harekete geçme zamanı geldiğinde belirsizlik elimi kolumu bağlıyor.
1.....2.....3.....4.....5
- 13- Belirsizlik içinde olmam, benim en iyi olmadığımı gösterir.
1.....2.....3.....4.....5
- 14- Emin olamadığım zaman, yapacaklarım konusunda ilerleyemiyorum.
1.....2.....3.....4.....5
- 15- Emin olamadığım zaman çok iyi iş çıkartamıyorum.
1.....2.....3.....4.....5
- 16- Benim aksime, diğer insanlar ne yapacaklarından emin gözüküyorlar.
1.....2.....3.....4.....5
- 17- Belirsizlik beni kırılgan, mutsuz ya da hüzünlü kılıyor.
1.....2.....3.....4.....5
- 18- Geleceğin benim için neler getireceğini her zaman bilmek isterim.
1.....2.....3.....4.....5
- 19- Beklenmedik olaylara katlanamıyorum.
1.....2.....3.....4.....5
- 20- En ufak bir şüphe bile harekete geçmemi engelliyor.
1.....2.....3.....4.....5
- 21- Her şeyi önceden organize edebilmeliyim.
1.....2.....3.....4.....5
- 22- Emin olamamam, güvensiz olduğum anlamına gelir.
1.....2.....3.....4.....5

- 23- Başkalarının kendi geleceklerinden eminmiş gibi görünmeleri adaletsizliktir.
1.....2.....3.....4.....5
- 24- Belirsizlik derin uyumamı engelliyor.
1.....2.....3.....4.....5
- 25- Bütün belirsiz durumlardan uzaklaşmalıyım.
1.....2.....3.....4.....5
26. Hayattaki belirsizlikler beni strese sokuyor.
1.....2.....3.....4.....5
27. Geleceğimle ilgili kararsız olmaya katlanamıyorum.
1.....2.....3.....4.....5

EK 7: FROST ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİK ÖLÇEĞİ

Aşağıda SİZİNLE ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen bu ifadeleri dikkatlice okuyun ve sizin için ne kadar geçerli olduğunu size uyan rakamı daire içine alarak belirtiniz.	Hiç katılmıyorum	Pek katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Anne-babamın benim için koyduğu hedef ve beklentiler çok yüksekti.	1	2	3	4	5
2. Plan yapmak benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
3. Çocukken, işleri en iyi şekilde (mükemmel) yapamadığım için cezalandırılırdım.	1	2	3	4	5
4. Kendim için yüksek standartlar belirlemezsem, ikinci sınıf bir insan olurum.	1	2	3	4	5
5. Anne-babam hiçbir zaman hatalarımı anlamaya çalışmadılar.	1	2	3	4	5
6. Yaptığım her şeye tam anlamıyla hâkim olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
7. Düzenli/tertipli biriyim.	1	2	3	4	5
8. Planlı, programlı biri olmak için çaba gösteririm.	1	2	3	4	5
9. Eğer yaptığım işte başarısız olursam, kişi olarak başarısızımdır.	1	2	3	4	5
10. Eğer bir hata yaparsam üzgün olmam gerekir.	1	2	3	4	5
11. Anne-babam benim her şeyde en iyi olmamı istediler.	1	2	3	4	5
12. Birçok insana göre, daha yüksek hedeflerim vardır.	1	2	3	4	5
13. Eğer birisi, bir işi benden daha iyi yaparsa, kendimi o işte tamamen başarısız hissederim.	1	2	3	4	5
14. Kısmen başarısız olmam; tamamen başarısız olmam kadar kötü bir şeydir.	1	2	3	4	5
15. Anne babam için sadece üstün başarı iyi bir sonuçtu.	1	2	3	4	5
16. Çabalarımı bir amaca (hedefe) doğru yöneltmede çok iyiyimdir.	1	2	3	4	5
17. Bir işi çok dikkatli yapsam bile, sık sık, o işi çok doğru yapmadığımı hissederim.	1	2	3	4	5
18. Yaptığım şeylerde, en iyi olamamaktan nefret ederim.	1	2	3	4	5
19. Çok yüksek hedeflerim vardır.	1	2	3	4	5
20. Anne babam benden mükemmel olmamı beklerlerdi.	1	2	3	4	5

21. Eğer bir şeyde hata yaparsam insanlar, beni olduğumdan daha beceriksiz düşüneceklerdir.	1	2	3	4	5
22. Anne babamın beklentilerini karşılayabildiğim duygusunu hiçbir zaman hissetmedim.	1	2	3	4	5
23. Eğer bir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapmazsam, bu benim işe yaramaz bir insan olduğum anlamına gelir.	1	2	3	4	5
24. Kendimle karşılaştığımda, diğer insanlar daha düşük yaşam koşullarından memnun gibiler.	1	2	3	4	5
25. Yaptığım işte her zaman iyi olmazsam insanlar bana saygı duymazlar.	1	2	3	4	5
26. Anne babamın, geleceğim hakkındaki beklentileri daima benimkilerden yüksekti.	1	2	3	4	5
27. Düzenli/tertipli biri olmak için çaba gösteririm.	1	2	3	4	5
28. Basit gündelik işleri bile iyi yaptığım konusunda sık sık kuşku duyarım.	1	2	3	4	5
29. Düzen ve tertiplilik benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
30. Günlük işlerimi yaparken, çoğu insana göre, kendimden daha yüksek performans beklerim.	1	2	3	4	5
31. Planlı biriyim.	1	2	3	4	5
32. Yaptığım işte genellikle geri kalırım çünkü tekrar tekrar yaptığıma geri dönerim.	1	2	3	4	5
33. Bir şeyi "tam" yapmak çok zamanımı alır.	1	2	3	4	5
34. Ne kadar az hata yaparsam insanlar benden o kadar çok hoşlanacaklardır.	1	2	3	4	5
35. Anne babamın standartlarını karşılayabildiğim duygusunu hiçbir zaman hissetmedim.	1	2	3	4	5

EK 8: YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ KISA FORM-3

Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Bir kaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

Lütfen her bir ifadeyi okuyunuz ve 1 den 6'ya kadar olan seçeneklerden sizi tanımlayan en yüksek şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazın.

1	2	3	4	5	6
Benim için tamamıyla yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	Beni, mükemmel şekilde tanımlıyor

1. ____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. ____ Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. ____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.
4. ____ Uyumsuzum.
5. ____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.
6. ____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum.
7. ____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. ____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. ____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaştlarım kadar, başaramadım.
10. ____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. ____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. ____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi,

önemsediğimi göstermek gibi).

13. ____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissedyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. ____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. ____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. ____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. ____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. ____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yıldınlığa düşer ve vazgeçerim.

34. ____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. ____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. ____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özrü yoktur.
37. ____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. ____ Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. ____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. ____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. ____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. ____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. ____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. ____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. ____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. ____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. ____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. ____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. ____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. ____ İsteddiğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. ____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimizden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. ____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissedirim.
53. ____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. ____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. ____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. ____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissedirim.
57. ____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. ____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.

59. ____ Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. ____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. ____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. ____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. ____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. ____ Benim yararım olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. ____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. ____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. ____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. ____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. ____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. ____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. ____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. ____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi

açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.

78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.

79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.

80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.

81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.

82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.

83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.

84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.

85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.

86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.

87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.

88. _____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.

89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.

90. _____ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.