



ANKARA

HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE
ROMANTİK İLİŞKİLERDE ÖZ YETERLİĞİN
ROMANTİK İLİŞKİ ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF
BELİRTİLER İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Taha Hasan CAN

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Esra IŞIK**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

MAYIS 2024



**ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE ROMANTİK
İLİŞKİLERDE ÖZ YETERLİĞİN ROMANTİK İLİŞKİ ODAKLI
OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

TAHA HASAN CAN

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ
ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM
ENSTİTÜSÜ**

MAYIS 2024

ETİK BEYAN

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Taha Hasan CAN

04.04.2024

TEZ ONAY SAYFASI

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi tarafından hazırlanan “Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler ile İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı tez çalışması 05/04/2024 tarih ve 10:00 saatinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ ile YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak **KABUL** edilmiştir.

	Kabul	Ret
Başkan (Unvan/Ad-Soyad/Kurum): Doç. Dr. Ayşe Bikem KARGI Hacettepe Üniversitesi	☒	☐
Üye (Unvan/Ad-Soyad/Kurum): Dr. Öğr. Üyesi Esra IŞIK Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi	☒	☐
Üye (Unvan/Ad-Soyad/Kurum): Dr. Öğr. Üyesi Ece BEKAROĞLU Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi	☒	☐

Evrak Tarih ve Sayısı: 16.03.2023-171528



T.C.
ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu

Sayı : E-11054618-302.08.01-171528
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 23.01.2023 tarih ve E.158973 sayılı yazı.

İlgi yazınız ile göndermiş olduğunuz, Enstitünüz Klinik Psikoloji Anabilim Dalı **Yüksek Lisans öğrencisi Taha Hasan CAN, Dr.Öğr.Üyesi Esra IŞIK** danışmanlığında yürüttüğü "**Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler ile İlişkisinin İncelenmesi**" adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun 15.03.2023 tarih ve 03 sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

Etik Komisyonunca onaylanan ilgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş; karara ilişkin katılım listesi ve onaylanan çalışmalar ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Araştırma Kod No:2023/73

Prof. Dr. Ramazan ÇAĞLAYAN
Komisyon Başkanı

Ek:

- 1- Katılımcı Listesi
- 2- Onaylı Çalışma

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
ETİK KOMİSYONU KATILIM LİSTESİ**

TOPLANTI TARİHİ :15.03.2023		TOPLANTI SAYISI : 03	
ADI-SOYADI		İMZA	
Prof.Dr. Ramazan ÇAĞLAYAN BAŞKAN		KATILDI	
Prof.Dr. M.Fadıl YILDIRIM Başkan Yrd.		KATILDI	
Prof.Dr. Mustafa EKİNCİKLİ		KATILDI	
Prof.Dr. Yıldız AYANOĞLU		KATILDI	
Prof.Dr. Bekir ESKİCİ		KATILDI	
Prof.Dr. Ramazan Pars ŞAHBAZ		KATILDI	
Prof.Dr. Neşe Yaşar ÇEÇİNDİR		KATILDI	
Prof.Dr. Bilgehan GÜLCAN		KATILDI	
Prof.Dr. Funda YURDAKUL		KATILDI	
Prof.Dr. Serdar ÖZTÜRK		KATILDI	

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK 1: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma; Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Dr. Öğr. Üyesi Esra Işık danışmanlığında, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Taha Hasan Can tarafından yürütülmektedir. Yüksek lisans tez çalışması kapsamında yürütülen bu çalışmanın amacı, romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik ilişkisini incelemektir.

Çalışmaya katılım **gönüllülük esasına** dayanmaktadır ve sizden **kimlik belirleyici hiçbir bilgi** istenmemektedir. Yanıtlarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Bireysel hiçbir değerlendirme yapılmayacaktır.

Araştırma bulgularının geçerliliği açısından mümkün olduğu kadar eksik soru bırakmamanız ve vereceğiniz cevapların doğru olması çok önemlidir. Lütfen **tüm açıklamaları dikkatlice okuyunuz** ve anketteki **soruların tamamını** cevaplayınız. Sizi tam olarak yansıtmadığını düşündüğünüz durumlarda size **en yakın gelen cevabı** işaretleyiniz.

Çalışma, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Bununla birlikte, katılım sırasında, sorulardan ya da başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz **çalışmayı yarıda bırakmakta özgürsünüz**.

Ayrıca çalışmada katılımcılara herhangi bir ödeme yapılmayacak ve katılımcılardan herhangi bir ücret talebinde bulunulmayacaktır.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Taha Hasan Can (e-mail: taha.can@hbv.edu.tr) ile iletişim kurabilirsiniz.

Çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

☐ Çalışmaya katılmayı **kabul ediyorum**.

☐ Çalışmaya katılmayı **kabul etmiyorum**.

EK 2: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Lütfen aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak cevaplayınız.

1. Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek ☐ Diğer

2. Yaşınız:

3. Hangi ülkede yaşıyorsunuz?.....

4. Eğitim Durumunuz:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans
☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

5. Annenizin eğitim durumu:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans
☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

6. Babanızın eğitim durumu:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans
☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

7. Sosyoekonomik düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?

☐ Alt ☐ Alt orta ☐ Orta ☐ Orta üst ☐ Üst

8. Romantik bir ilişkiniz var mı?

☐ Evet ☐ Hayır

9. Yukarıdaki soruda “evet”i işaretlediyseniz:

a. İlişkinizi hangi kategoriye koyarsınız?

☐ Evli/Birlikte Yaşama ☐ Flört/Sevgili
☐ Nişanlı ☐ Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)

b. İlişkiniz ne kadar süredir devam etmekte (Ay olarak)?

10. Şu anda bir psikiyatr tarafından size konmuş bir tanınız var mı?

☐ Evet (Belirtiniz

☐ Hayır

11. Şu anda kullandığınız psikiyatrik bir ilaç var mı?

☐ Evet (Belirtiniz

☐ Hayır

**EK 3: ROMANTİK İLİŞKİ OBSESYON VE KOMPULSIYONLARI ÖLÇEĞİ
(RİOKÖ)**

Aşağıda insanların yakın 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.	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 4: ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI ÖLÇEĞİ

Lütfen şu anki romantik partnerinizle (yani sevgiliniz ya da eşinizle) ilgili aşağıdaki soruları cevaplayınız.

(1=Hiç Doğru Değil, 5=Ne Doğru Ne Yanlış, 9=Tamamen Doğru)

Partnerim (eşim, sevgilim) çoğu zaman:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1-Nasıl biri olduğumu çok iyi bilir									
2-“Gerçek ben” i görür									
3-İyi yönlerimi ve kusurlarımı, benim kendimde gördüğüm gibi görür									
4-Söz konusu bensem yanılmaz									
5-Zayıf yönlerimi de dahil her şeyimi takdir eder									
6-Beni iyi tanır									
7-Beni anlar									
8-Çoğu zaman en iyi yönlerimi görür									
9-İyisiyle kötüsüyle “gerçek ben” i oluşturan her şeye değer verir ve saygı gösterir									
10-Ne düşündüğümün ve hissettiğim farkındadır									
11-Beni gerçekten dinler.									
12-Bana olan sevgisini gösterir ve beni yüreklendirir									
13-Ne düşündüğümü ve hissettiğimi duymak ister									
14-Benimle birlikte bir şeyler yapmaya heveslidir									
15-Yetenek ve fikirlerime değer verir									
16-Benimle aynı kafadadır									
17-Bana saygı duyar									
18-İhtiyaçlarıma duyarlıdır									

EK 5: ROMANTİK İLİŞKİLERDE ÖZ YETERLİK ÖLÇEĞİ

AÇIKLAMA: Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi en iyi yansıtan rakama karar veriniz ve yanındaki kutucuğa yazınız.

Kesinlikle katılmıyorum					Ne katılıyorum ne katılmıyorum					Kesinlikle Katılıyorum
1	2	3	4		5	6	7	8		9

1. _____ Ben, romantik bir ilişki partneri olarak iyi olmayan biriyim
2. _____ Romantik ilişkilerdeki başarısızlık, beni yalnızca daha fazla çabalamam konusunda istekli yapar.
3. _____ Romantik ilişkilerimle ilgili plan yaptığım zaman bu planı kesinlikle uygulayabilirim.
4. _____ Romantik ilişkilerimde önemli konulara odaklanmakta güçlük yaşarım.
5. _____ Bir romantik ilişkimde, ilk seferde bir şeyi yapamazsam, yapana kadar denemeye devam ederim.
6. _____ Romantik ilişkilerimde ortaya çıkabilecek birçok sorunun üstesinden gelme yeteneğini kendimde görmüyorum.
7. _____ Bazen çok fazla emek isteyen romantik işlere dahil olmaktan kaçınıyorum.
8. _____ Romantik ilişkilerle uğraşmak benim için çok zor.
9. _____ Başarılı bir romantik ilişkiyi sürdürmek için çaba sarf etmeyi zor bulurum.
10. _____ İyi bir romantik partner (eş) olma konusunda yeteneğime güvenmiyorum.
11. _____ Sorunlarımdan birisi de romantik ilişkilerimin daha iyi olması için gereken enerjiyi bulamamam.
12. _____ İyi bir romantik ilişkiye sahip olmak benim için çok zor.

ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE ROMANTİK İLİŞKİLERDE ÖZ
YETERLİĞİN ROMANTİK İLİŞKİ ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF
BELİRTİLER İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ
(Yüksek Lisans Tezi)

Taha Hasan CAN

ANKARA HACI BAYRAM VELİ
ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM
ENSTİTÜSÜ

Mayıs 2024

ÖZET

Bu araştırmada romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Türkiye’de yaşayan, romantik ilişkisi olan, psikiyatrik bir tanısı olmayan 18-50 yaş arasında 501 kişi katılmıştır. Demografik Bilgi Formu, Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ), Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ) ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ) katılımcılara verilmiştir. SPSS 26 programı kullanılarak Pearson ve Spearman korelasyon analizleri, bağımsız örneklem için t test, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), tek yönlü MANOVA hiyerarşik regresyon analizi ve düzenleyici değişken analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyet, yaş, ilişki süresi, ilişki türü değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını fakat sosyoekonomik düzey ve eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını; algılanan partner duyarlılığının cinsiyet ve yaşa göre farklılaştığını fakat ilişki süresi, ilişki türü, sosyoekonomik düzey ve eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını; romantik ilişkilerde öz yeterliğin ise yaşa ve sadece bir alt boyutunun eğitim düzeyine göre farklılaştığını fakat cinsiyet, ilişki türü, ilişki süresi ve sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığını ortaya koymuştur. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik arasında negatif yönde, algılanan partner duyarlılığı ile romantik ilişkilerde öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Hiyerarşik regresyon analizi sonuçları cinsiyet, yaş, ilişki türü, ilişki süresi, algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterliğin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Düzenleyici değişken analizi ise romantik ilişkilerde öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan partner duyarlılığının düzenleyici bir rolünün olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmada elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Bilim Kodu: 116201

Anahtar Kelimeler: Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, algılanan partner duyarlılığı, romantik ilişkilerde öz yeterlik

Sayfa Adedi: 103

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Esra IŞIK

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED
PARTNER RESPONSIVENESS, SELF-EFFICACY IN ROMANTIC
RELATIONSHIPS AND RELATIONSHIP-CENTERED OBSESSIVE
COMPULSIVE SYMPTOMS
(M.Sc. Thesis)

Taha Hasan CAN

ANKARA HACI BAYRAM VELİ
UNIVERSITY THE INSTITUTE OF
GRADUATE STUDIES

May 2024

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between relationship-centered obsessive compulsive symptoms, perceived partner responsiveness and self-efficacy in romantic relationships. A total of 501 individuals between the ages of 18 and 50, living in Turkey, in a romantic relationship and without a psychiatric diagnosis participated in the study. Demographic Information Form, Relationship Obsessive Compulsive Inventory (ROCI), The Perceived Partner Responsiveness Scale (PPRS) and Self-Efficacy in Romantic Relationships Scale (SERRS) were given to the participants. Pearson and Spearman correlation analyses, independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), one-way MANOVA, hierarchical regression analysis and moderation analysis were conducted using SPSS 26 software. The results of the analysis revealed that relationship-centered obsessive compulsive symptoms differed significantly according to gender, age, relationship duration, and relationship type variables, but not according to socioeconomic status and education level; perceived partner responsiveness differed significantly according to gender and age, but not according to relationship duration, relationship type, socioeconomic level and educational level; self-efficacy in romantic relationships significantly differed according to age and only one subscale differed according to educational level, but not according to gender, relationship type, relationship duration and socioeconomic level. It was found that there was a significant negative relationship between relationship-centered obsessive compulsive symptoms and perceived partner responsiveness with self-efficacy in romantic relationships, and a significant positive relationship between perceived partner responsiveness and self-efficacy in romantic relationships. The results of hierarchical regression analysis showed that gender, age, relationship type, relationship duration, perceived partner responsiveness and self-efficacy in romantic relationships significantly predicted between relationship-centered obsessive compulsive symptoms. The moderation analysis revealed that perceived partner responsiveness had a moderating role in the relationship between self-efficacy in romantic relationships and relationship-centered obsessive compulsive symptoms. The findings of the study were discussed in the light of the related literature.

Science Code: 116201

Key Words: Relationship-centered obsessive compulsive symptoms, perceived partner responsiveness, self-efficacy in romantic relationships

Page Number: 103

Supervisor: Dr. Öğr. Üyesi Esra IŞIK

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
TABLoların LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLERİN LİSTESİ.....	ix
GRAFİKLERİN LİSTESİ.....	x
KISALTMALARIN LİSTESİ.....	xi
1. GİRİŞ.....	1
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR.....	7
2.1. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler.....	7
2.2. Algılanan Partner Duyarlılığı.....	18
2.3. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik.....	27
3. YÖNTEM.....	31
3.1. Çalışmanın Türü.....	31
3.2. Örneklem.....	31
3.3. Verilerin Toplanması.....	32
3.4. Veri Toplama Araçları.....	33
3.4.1. Demografik Bilgi Formu.....	33
3.4.2. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİÖKÖ).....	33
3.4.3. Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ).....	34
3.4.4. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ).....	34
3.5. Verilerin Analizi.....	35
4. BULGULAR.....	37
4.1. Verilerin Normal Dağılıma Uygunluğunun İncelenmesi.....	37
4.2. Ölçeklere Verilen Yanıtların Minimum, Maksimum, Ortalama, Standart Sapma, Varyans ve Ranj Değerleri.....	37
4.3. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi.....	38
4.4. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular.....	49
4.5. Moderatör (Düzenleyici) Değişken Analizlerine İlişkin Bulgular.....	50
5. TARTIŞMA.....	55
5.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Tartışılması.....	55
5.1.1. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilere İlişkin Bulguların Tartışılması.....	55
5.1.2. Algılanan Partner Duyarlılığına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	58
5.1.3. Romantik İlişkide Öz Yeterliğe İlişkin Bulguların Tartışılması.....	59
5.2. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması.....	61
5.3. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordayıcıları ve Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine Dair Bulguların	

Tartışılması	66
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	75
6.1. Araştırmanın Önemi	76
6.2. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler	79
KAYNAKLAR	81
EKLER.....	97
Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu	97
Ek 2: Demografik Bilgi Formu	98
Ek 3: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)	100
Ek 4: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ).....	101
Ek 5: Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ)	102
ÖZGEÇMİŞ	103



TABLoların LİSTESİ

Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	32
Tablo 4.1 Araştırma Değişkenleri İçin Normallik Testi Sonuçları	37
Tablo 4.2 Ölçeklere Verilen Yanıtların Minimum, Maksimum, Ortalama, Standart Sapma, Varyans ve Ranj Değerleri	38
Tablo 4.3 Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyetler Açısından İncelenmesine İlişkin T Testi ve Tek Yönlü MANOVA Analizi Sonuçları.....	39
Tablo 4.4 Araştırma Değişkenleri ve Eğitim Düzeyine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	41
Tablo 4.5 Araştırma Değişkenleri ve İlişki Türüne İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	43
Tablo 4.6 Araştırma Değişkenleri ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	44
Tablo 4.7 Araştırma Değişkenleri, Yaş ve İlişki Süresine İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Korelasyon Analizi Sonuçları	48
Tablo 4.8 Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonlarının Yordayıcılarına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	50
Tablo 4.9 Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Sonuçlar	53

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil 1.1 Kuramsal Model	6
Şekil 2.1 İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk (Relationship Obsessive Compulsive Disorder, [ROCD]), (Doron, vd., 2014b)	10
Şekil 2.2 Yakınlık Süreci Modeli (Reis ve Shaver, 1988).....	19
Şekil 2.3 Duyarlılık Modeli (Reis ve Gable, 2015	21
Şekil 4.1 Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Önerilen Model	50
Şekil 4.2 Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisinde Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolü.....	51

GRAFİKLERİN LİSTESİ

Grafik 4.1 Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolü	53
---	----



KISALTMALARIN LİSTESİ

Bu çalışmada kullanılmış kısaltmalar, açıklamaları ile aşağıda sunulmuştur.

Kısaltmalar	Açıklamalar
RİOOKB	Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif
PİOKB	Belirtiler
APD	Partnere İlişkin Obsesif Kompulsif Belirtiler
RİÖY	Algılanan Partner Duyarlılığı
RİOKÖ	Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik
APDÖ	Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları
RİÖYÖ	Ölçeği
OKB	Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği
APA	Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği
WHO	Obsesif Kompulsif Bozukluk
DSM V	American Psychiatric Association (Amerikan Psikiyatri Birliği)
OCCWG	World Health Organisation (Dünya Sağlık Örgütü)
ROCD	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı)
	Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (Obsesif Kompulsif Bilişler Çalışma Grubu)
	Relationship Obsessive Compulsive Disorder (İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk)

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın başlığı, konusu, amacı ve önemi sunulmuştur.

Araştırma Başlığı

Bu araştırmanın başlığı “Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin, Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler ile İlişkisinin İncelenmesi”dir.

Problem Durumu

İnsan ilişkileri ve özellikle romantik ilişkiler, sosyal bir varlık olan insanın kaçınılmaz bir gerçeğidir. Uzun yıllar süren araştırmalar ve meta analiz çalışmaları kişilerin yaşam doyumu ve refahı için romantik ilişkilerin öneminin altını çizmektedir (Roberson, vd., 2018; Gómez-López, vd., 2019). Cinsiyet, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri gibi faktörlerden etkisi de olsa kaliteli romantik ilişkiler yüksek mutluluk ve yüksek refah ile ilişkilidir (Andrews, vd., 2017). Bu nedenle bir ilişkide tarafların kendilerine, ilişkilerine ve partnerlerine ilişkin algılarının ve düşüncelerinin gerçekçi olmayan zeminde önyargılı bir şekilde oluşması mutluluk ve refah için tehdit edici nitelikte olabilir. Dolayısıyla bu tehditleri tanımlamak, açıklamak, nedenlerini keşfetmek ve önleyici ve çözümleyici hizmetleri belirlemek büyük önem arz etmektedir. Uzun yıllardır bu önem gözetilerek romantik ilişkilerin dinamiklerine ilişkin birçok bilimsel çalışma gerçekleştirilmiş ve uygulama yapılmıştır. Çalışmalar ilişkilerin dinamizmine ilişkin birçok açıklama getirse de her yeni araştırma bir o kadar daha bilinmeyene vurgu yapmaktadır. Mevcut çalışmayla birlikte bilinmeyenlere ışık tutmak, romantik ilişkilerin altında yatan mekanizmalara daha derin bir kavrayış getirmek hedeflenmiştir.

Bu çalışmada romantik ilişkilerde bireyin kendisine, ilişkisine ve partnerine yönelik düşünce ve algıları ele alınarak, üç alanı etkileyen bir ilişki mekanizmasının incelenmesi hedeflenmiştir. Bu amaçla ele alınan ilk değişken, ilişki alanındaki, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdir (RİOOKB). RİOOKB bireyin partnerine olan sevgisiyle, partnerinin ona olan sevgisiyle ve ilişkisinin kendisiyle ilişkili takıntıları (obsesyon) ve zorlantılarını (kompulsiyon) ifade etmektedir (Doron, vd., 2012a). Romantik ilişki alanındaki bu obsesyon ve kompulsiyonlar normal ilişki takıntılarından farklı olarak, obsesif kompulsif bozuklukta (OKB) olduğu

gibi daha patolojik düzeyde olabilmektedir. Bu nokta önemlidir çünkü OKB’de kaygıyı yatıştırmaya yönelik uygun olmayan başa çıkma davranışları OKB döngüsünü sürdürmenin yanı sıra döngünün daha da güçlenmesiyle ilişkilidir (Rachman, 1998; Storch vd., 2008). RİOOKB da benzer bir patolojik döngüye sebep olabilir ve ilişkilerle ilgili bu şüphe ve kuşklar zamanla artabilir (Doron, vd., 2014b). Bu nedenle RİOOKB’nin yıkıcı olabilecek etkisi dikkate alınmalıdır. Bununla birlikte OKB’de obsesyonlar ve kompulsiyonlar benliğin görece hassas yönleriyle daha fazla ilişkili olabilmektedir (Doron, vd., 2007). Başka bir deyişle birey değer verdiği fakat kendini yetersiz gördüğü alanlarda, yeterliliğini tehdit edici düşüncelere karşı daha hassastır ve bu nedenle daha fazla kaygı tepkisi verebilmektedir (Doron ve Kyrios, 2005). Bireyin romantik ilişkiler alanına değer vermesi fakat kendini bu alanda yetersiz görmesi sözü edilen benliğin hassas alanlarıyla ilişkili olabilir. Kendi benliğinde romantik ilişkiler alanında hassas bireyler romantik ilişkilerdeki kuşku ve şüphelere karşı daha açık ve savunmasız olabilir (Doron, vd., 2013). Bu çalışmada benliğin bir yönü olan bireyin romantik ilişkilerdeki öz yeterliliği ele alınmıştır. Romantik ilişkilerde öz yeterlik bireyin romantik ilişkilerde kendisinden beklenen görevleri yerine getirme yeteneklerine olan inancı olarak tanımlanmaktadır (Riggio, vd., 2011). Lopez vd. (2007) tarafından daha önce yapılan kavramsallaştırmaların aksine bu çalışmada kullanılan romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramı bir ilişki ya da partnerden ziyade genel bir yeterliğe vurgu yapması açısından benliğin ilgili yönlerini yansıtması açısından daha güçlü olduğu düşünülmektedir (Riggio, vd., 2013). Romantik ilişkilerdeki öz yeterlik ile obsesyon ve kompulsiyonlar bu çalışmada ele alınmıştır. Bununla birlikte araştırmalar romantik ilişkiler çerçevesinde bireyin partneri tarafından anlaşıldığını, değer ve ilgi gördüğünü algılamasının ilişkiler için olumlu olabileceğini göstermektedir (Reis, 2007). Bu noktada araştırmanın bir diğer değişkeni olan algılanan partner duyarlılığı ele alınmıştır. Algılanan partner duyarlılığı, bireyin kendi benlik alanlarının partneri tarafından fark edilip edilmemesini, bu alanlara yönelik değer ve anlam verilip verilmemesini ve bireyin önemli ihtiyaçlarının partner tarafından karşılanıp karşılanmamasını ne kadar algıladığı ile ifade edilmektedir (Reis, 2007). Daha önce sözü edilen bireyin romantik ilişkilerdeki hassas benlik alanına yönelik gösterilen duyarlılığın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisi önemli gözükmektedir. Bu üç konu aynı anda ele alındığında, bir kişinin hem ilişkisine hem kendisine, hem de partnerinden aldığı

desteğe vurgu yapan bir yapı ortaya çıkmaktadır. Alanyazın incelendiğinde spesifik olarak bu yapının ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu çalışma romantik ilişkiler için bahsedilen etkileşimi açıklayıcı bir yapıya sahiptir.

Tezin Amacı

Bu araştırma yukarıda bahsedilen ilişki dinamiğine ışık tutmayı amaçlamaktadır. Bu amaçla oluşturulan modelde bireyin romantik ilişkilerde kendisinden beklenen görevleri (örneğin, romantik ilişki içerisinde yapılan planlara uymak ya da ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelebilmek) yerine getirme becerisine olan inancı ile ilişkisine yönelik endişe ve kuşkularının etkileşimi incelenmiştir. Ayrıca bireyin partnerinden algıladığı duyarlılığın bu etkileşimdeki düzenleyici gücü ele alınmıştır. Bireylerin hangi demografik özelliklerinin risk faktörü oluşturduğunun belirlenmesi hedeflenmiş ve bu doğrultuda çeşitli demografik özellikler araştırmaya dahil edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde spesifik olarak bu modelin incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bunun nedenle bu araştırma ile RİOOKB'nin kuramsal modeline katkı sağlanması amaçlanmıştır.

Alanda romantik ilişkiler ile çalışan uzmanlar için ise partnerlerin sürece dahil edilmesinin önemi, seminer, grup çalışmaları, psikoeğitim gibi uygulamalarda ele alınması gereken konular açıklanmaya çalışılmıştır. Bireyin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerine müdahalede daha geniş bir bakış açısı sunulması hedeflenmiş ve dikkat edilmesi gereken noktaların belirlenmesi amaçlanmıştır.

Tezin Önemi

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler alanyazında görece yeni çalışılmaya başlanan, algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik ise Türkiye’de görece yeni çalışılmaya başlanan kavramlardır. Bu açıdan bu araştırma ilgili kavramları ortak bir yapıda ele alması açısından önemli gözükmektedir.

Bu araştırma sonuçları romantik ilişkilerdeki öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere kişilerarası bir bakış açısı sunması açısından önemlidir. Bireyin sadece kişisel özellikleri ve kişisel öyküsünü değil partnerden algılanan desteği de ele almıştır. Alanyazın incelendiğinde bu konuda bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırma sonuçları, RİOOKB'nin kuramsal modeline de önemli bir katkı sağlaması açısından önemlidir. Ayrıca araştırmanın sınırlılıkları ve alanyazın doğrultusunda sunulan öneriler hem araştırmacılar için hem de alanda çalışan uzmanlar için yol gösterici netelikte olduğu düşünülmektedir.

Bunlarla beraber RİOOKB görece yeni çalışılmaya başlayan bir kavramdır (Doron, vd. 2012a). Bu sebeple RİOOKB için önerilen kuramsal modelin test edilmesi için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır (Doron, vd 2014). Bu çalışma önerilen kuramsal modele katkı sağlaması açısından da önemli gözükmektedir.

Tanımlar

Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler (RİOOKB): Bireyin ilişkisinin doğruluğuna, partnerine duyduğu sevgisine ve partnerinin ona olan sevgisine dair egodistonik, girici, yüksek yoğunluklu, işlevsel bozulmalara yol açan düşünceler ve abartılı irrasyonel tepkilerdir. (Doron vd., 2012a).

Algılanan Partner Duyarlılığı (APD): İlişkilerde bireyin partnerinin kendisini fark ettiğine, kendisine karşı duyarlı olduğuna ve davranışsal olarak kendisini desteklediğine dair inancı ifade etmektedir (Reis, vd., 2004).

Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik (RİÖY): Bireyin romantik ilişkilerde bir partner olarak kendisinden beklenen görevleri ve talepleri yerine getirme becerilerine olan inancı ifade etmektedir. (Riggio, vd., 2011).

Araştırma Soruları ve Hipotezleri

Araştırmanın amaçları ve kuramsal çerçeve doğrultusunda oluşturulan araştırma soruları ve hipotezler aşağıda sunulmuştur:

S.1. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi, algılanan partner duyarlılığı düzeyi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyi cinsiyete, yaşa, ilişki süresine, ilişki türüne, sosyoekonomik düzeye, eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?

H.1. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi cinsiyete, yaşa, ilişki süresine, ilişki türüne, sosyoekonomik düzeye, eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H.2. Algılanan partner duyarlılığı düzeyi cinsiyete, yaşa, ilişki süresine, ilişki türüne, sosyoekonomik düzeye, eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

H.3. Romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyi cinsiyete, yaşa, ilişki süresine, ilişki türüne, sosyoekonomik düzeye, eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

S.2. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, romantik ilişkilerde öz yeterlik ve algılanan partner duyarlılığı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

H.4. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile romantik ilişkilerde öz yeterlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H.5. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H.6. Romantik ilişkilerde öz yeterlik ile algılanan partner duyarlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

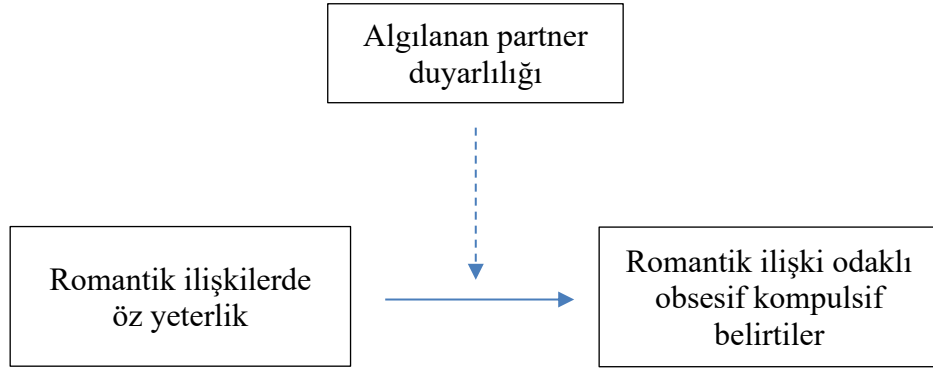
S.3. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler algılanan partner duyarlılığı, romantik ilişkilerde öz yeterlik ve çeşitli demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, ilişkisi süresi, ilişki türü) tarafından anlamlı bir şekilde yordanmakta mıdır?

H.7. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, algılanan partner duyarlılığı, romantik ilişkilerde öz yeterlik ve çeşitli demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, ilişkisi süresi, ilişki türü) tarafından anlamlı bir şekilde yordanmaktadır.

S.4. Romantik ilişkilerde öz yeterlik ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan partner duyarlılığı düzenleyici (moderatör) bir rol oynamakta mıdır?

H.8. Romantik ilişkilerde öz yeterlik ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan partner duyarlılığı düzenleyici (moderatör) bir rol oynamaktadır.

Belirtilen hipotezler ışığında oluşturulan test edilecek kuramsal model Şekil 1.1’de gösterilmiştir.



Şekil 1.1

Kuramsal Model

Not. Kesikli çizgi düzenleyici etkiyi göstermektedir.

Sınırlılıklar

Bu çalışma Türkiye’de yaşayan, 18-50 yaş aralığında, romantik ilişkisi olan ve psikiyatrik bir rahatsızlığı olmayan bireyler ile yapılmıştır. Bu nedenle toplumun tümüne genellemek güçtür. Veriler 2023 yılının mart, nisan ve mayıs aylarında çevrimiçi platformlar aracılığıyla ve yüz yüze toplanmıştır. Basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların bir psikiyatrik rahatsızlığa sahip olup olmadıkları klinik bir ölçüme göre değil kendi öz bildirimlerine dayalı olarak belirlenmiştir. Kesitsel bir çalışmadır. Korelasyonel bir çalışma olduğu için neden sonuç ilişkisi kurulamamıştır. Veriler öz bildirime dayalı olarak toplanmıştır. Sosyal beğenirlik etkisi, katılımcıların ihtiyaç halinde araştırmacıdan açıklayıcı bilgi edinmemesi, sosyodemografik özelliklerde gruplar arasındaki katılımcı dengesizlikleri verilerin güvenilirliğine etki etmiş olabilir. Araştırmanın kuramsal modelinde ele alınan değişkenler ve katılımcıların demografik özellikleri hariç başka ölçüm alınmamıştır.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

Bu bölümde araştırmanın değişkenleri ve araştırma sorularına ilişkin kuramsal arka plan açıklanacak ve alanyazındaki ilgili araştırmaların bulguları mevcut araştırmanın temelini açıklamak amacıyla paylaşılacaktır.

2.1. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler

Obsesif kompulsif bozukluk (OKB), kişinin zihnine istem dışı giren rahatsız edici görüntüler, düşünceler ve dürtüler ile karakterize takıntıları (obsesyonları); bu obsesyonlara yanıt olarak, katı bir şekilde, belirli kurallara göre zorunlu olarak gerçekleştirilmesi gerektiği hissedilen tekrarlayıcı davranışlar ve zihinsel eylemler ile karakterize zorlantıları (kompulsiyonları) içeren bir bozukluktur (American Psychiatric Association [APA], 2013, World Health Organisation [WHO], 2015). Obsesyonlara cevap olarak yapılan ritüeller ya da sürekli tekrarlanan kalıplaşmış davranışlar şeklindeki kompulsiyonlar, kişi tarafından etkisiz ve anlamsız bulunur ve bunlara direnmek için girişimlerde bulunulabilir (WHO, 2015).

APA (2013) DSM V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) tanı kitapçığında, obsesif kompulsif ve ilişkili bozukluklar altında obsesif kompulsif bozukluk (OKB), beden dismorfik bozukluk, biriktiricilik bozukluğu, saç yolma bozukluğu gibi tekrarlayan davranışları ve bu davranışları azaltmak için tekrarlayan girişimleri içeren bozukluklar sınıflandırılmıştır. Bununla birlikte kumar bağımlılığı, hipokondriyazis, yeme bozuklukları gibi başka bozuklukların da obsesif kompulsif spektrumunda olup olmaması gerektiği tartışılmıştır (Abramowitz, vd., 2008). DSM V OKB belirtilerini kişide belirli bir kaygıya neden olan zorla ve istenmeden gelen düşünceler, bu düşüncelere karşı yapmak zorunda hissedilen işlevsiz, zaman alıcı davranışlar ya da düşüncelere aldırmama gibi zihinsel eylemler ve işlevsellikte düşüş şeklinde belirtmektedir. Ayrıca OKB alt tiplerine göre de farklılık gösterebilmektedir: temizlik (bulaşma obsesyonları ve el yıkama gibi temizlik kompulsiyonları); simetri (simetri obsesyonları ve tekrarlama, sıralama ve sayma kompulsiyonları); yasak veya tabu olan düşünceler (örneğin, saldırgan, cinsel ve dini saplantılar ve ilgili zorlamalar); ve zarar verme (örneğin, kendine veya başkalarına zarar verme korkuları ve ilgili kontrol kompulsiyonları) bu farklılaşmalara örnektir (APA, 2013).

Yukarıda bahsedilen spesifik alanlardaki obsesif kompulsif belirtiler bireylerin ebeveynleriyle, kardeşleriyle, öğretmenleriyle ve hatta tanrıyla olan ilişkileri de dahil olmak üzere çeşitli ilişki türlerinde ortaya çıkabilmektedir (Doron, vd., 2012a). Son yıllarda yapılan çalışmalar, romantik ilişkilerde ortaya çıkan, romantik ilişkilere özgü obsesif kompulsif belirtilerin ayrı bir alan olarak ele alınabileceğine işaret etmektedir (Doron vd., 2012a). Romantik ilişkilerde takıntılar ve zorlamalar hem kişileri hem de romantik ilişkinin kendisini olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Bu nedenle romantik ilişkilerdeki bu takıntı ve zorlamalar ile etkin bir şekilde başa çıkabilmek için, bunlar ile ilişkili olabilecek diğer değişkenleri belirlemek önemli görülmektedir.

Doron vd. (2012a)'nin klinik gözlemleri sonucunda tanımladıkları romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler (RİOOKB) bireyin, ilişkisinin doğruluğu, partnerine duyduğu sevgi ve partnerinin ona olan sevgisine dair egodistonik, girici (intrusive), yüksek yoğunluklu, işlevsel bozulmalara yol açan düşünceleri kapsar (Örneğin “Partnerimi gerçekten seviyor muyum?”, “Partnerim beni seviyor mu?”). İlişkilere dair genel endişe ve şüphelerle kıyaslandığında girici düşünceler daha az istendik ve daha kabul edilemez olarak deneyimlenir. Bunun yanı sıra belirtiler tekrarlayıcı ve işlevsiz davranışlar şeklinde de ortaya çıkabilir (Örneğin, “İlişkinin doğruluğuna dair onay aramak”, “Sık sık partnere sevgisini sormak” vb.) (Doron, vd., 2014b). Birey sık sık ilişkisiyle ilgili duygu ve düşüncelerini kontrol etme girişimlerinde bulunabilir, ilişkisini başka ilişkiler ile karşılaştırabilir ve onay arama davranışları sergileyebilir (Doron, vd. 2014b). Birey bu düşünce ve davranışlarından ötürü aşırı kaygı duyar ve yoğun bir suçluluk ve utanç duyguları yaşayabilir (Doron, vd., 2014b). Üstelik birey bu suçluluk ve utanç duyguları ile başa çıkmak için potansiyel partnerler ile kendi partnerini kıyaslamak gibi işlevsiz başa çıkma metodları da kullanabilir (Doron, vd., 2014b).

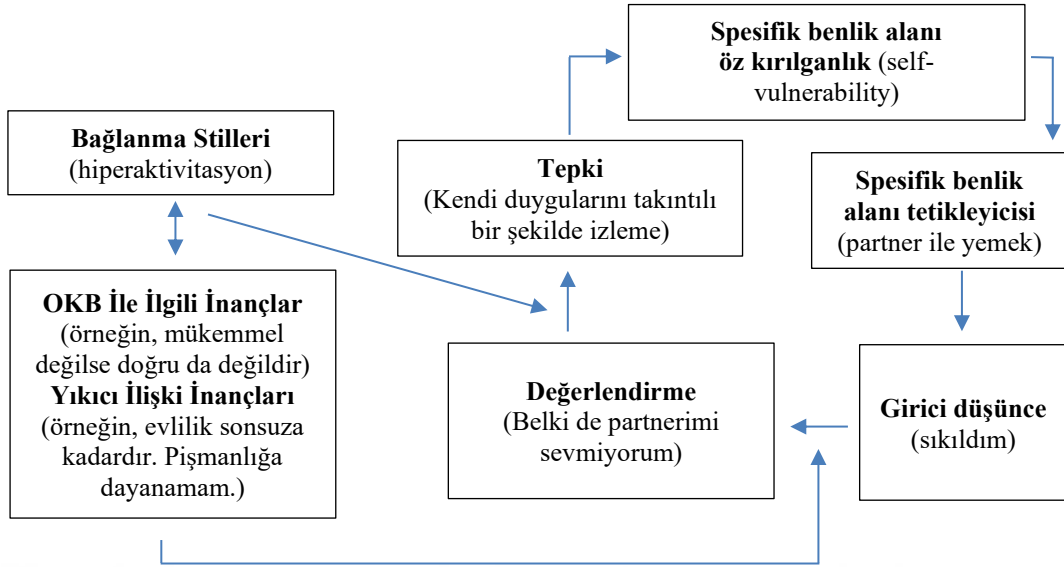
RİOOKB romantik ilişkilerde üç alanda kendini gösterebilir (Doron, vd. 2012a). *Partnere duyulan sevgi* alanı bireyin partnerine sevgisi hakkında tekrarlayan şüpheleri ve bu şüphelerle başa çıkmak için tekrarlayan şekilde partnere olan sevgiyi kontrol etmeyi ya da gerçekten sevdiğini kendine hatırlatmayı ifade etmektedir. *İlişki “doğruluğu”* alanı ise bireyin mevcut ilişkisinin olması gereken ilişki olup olmamasına yönelik şüphelerini ve bu konu ile ilgili onay arama davranışlarını kapsamaktadır. Son olarak *partner tarafından sevilme* alanı bireyin partneri

tarafından sevilip sevilmediğine dair kuşku duymasını, tekrarlayan bir şekilde kanıt ve onay aramasını ifade etmektedir (Doron, vd., 2012a).

Çok çeşitli tetikleyiciler bireyde RİOOKB'yi ortaya çıkarabilir. Diğer obsesyonlar gibi (temizlik, simetri vb.) bir olaya karşı abartılı ve aşırı tepkiler olarak ortaya çıkabilir ve yoğun bir kaygıyı içerir (Doron, vd., 2012a). Örneğin partneriyle romantik bir film izlerken birey izlediğini filmdeki çiftlerden etkilenerek kendi ilişkisini sorgulayabilir (Örneğin “Onlar kadar mutlu değiliz” ya da “Onlar kadar sevgi hissetmiyorum.”). Bunun sonucunda yoğun bir şekilde partnerinin sevgisini sorgulama ihtiyacı duyabilir, çevresinden onay arama davranışlarına girebilir ya da duyduğu kaygı, utanç ve suçluluk duygularıyla başa çıkmak için farklı kompulsif davranışlar sergileyebilir. Obsesif belirtiler düşünceler boyutunda ortaya çıkabileceği gibi dürtü şeklinde de gerçekleşebilir. Örneğin, birey daha arzu ettiği bir partner ile karışılabilir ve mevcut ilişkisini sonlandırmak için yoğun bir dürtü hissedebilir. Bu dürtü ile başa çıkmak için ise ilişkisindeki duygularına aşırı yoğunlaşmak ve sevgiye dair kanıt aramak gibi davranışlar sergileyebilir (Doron, vd., 2014b).

RİOOKB bir romantik ilişki içerisinde ortaya çıkabileceği gibi ilişki sonlandıktan sonra da ortaya çıkabilmektedir. Birey ilişkisinden sonra eski partnerinin doğru kişi olduğuna dair yoğun bir meşguliyet içerisine girebilir. Buna karşın ilişkinin sonlanmasının nedenlerini kendine hatırlatmak, şimdiki partneri ile (varsa) kıyaslamak ya da ilişki çatışmalarını imgelemek gibi kompulsif davranışlar sergileyebilir. Araştırmacılar bu durumu çoğunlukla pişmanlıktan duyulan aşırı korkuyla ilişkilendirmiştir (Doron, vd., 2014b). Başka bir ifade ile birey kaybettiği ilişkisinin iyi bir ilişki olduğuna dair rahatsız edici düşüncelerini, o ilişkisindeki olumsuzluklara odaklanarak gidermeye çalışabilir. Doron, vd. (2014b) klinik deneyimlerinden yola çıkarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif semptomları tekrar yaşamamak için ikinci buluşmalardan kaçınan danışanlar bildirmişlerdir.

Şekil 2.1 RİOOKB'yi sürdüren mekanizmayı göstermek için önerilen kuramsal modeli göstermektedir. Bu bölümün devamında kuramsal model ile ilişkili araştırmalara değinilmiş ve bu araştırmada önerilen modelin kuramsal çerçeveye katkısı belirtilmiştir. İlişki temalı obsesif kompulsif bozukluk, RİOOKB ile beraber partnere ilişkin obsesif kompulsif belirtileri de (PİOKB) kapsayan daha geniş bir başlığı ifade etmektedir (Doron, vd. 2014b).



Şekil 2.1

İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk (Relationship Obsessive Compulsive Disorder, [ROCD]), (Doron, vd., 2014b)

RİOOKB'nin başlangıç yaşı tam olarak bilinmemektedir fakat klinik gözlemler semptom başlangıç yaşının erken yetişkinlik olduğunu bildirmektedir (Doron, vd., 2014b). Bununla birlikte RİOOKB flört döneminde, buluşma aşamasında ya da romantik ilişki öncesinde çıkabilmektedir (Doron ve Derby, 2017). İlişki ilerledikçe ya da karar noktasına ulaşıncaya (evlilik ya da birlikte yaşama vb.) şiddetlenebilmektedir (Doron ve Derby, 2017). Araştırmalar, bireylerde RİOOKB arttıkça depresyon ve anksiyete ile ilişkili semptomların da arttığını göstermektedir (Doron, vd., 2012a; Doron, vd., 2013; Doron, vd., 2016; Trak ve İnöz, 2017; Melli, vd., 2018b; Ghomian, vd., 2021). RİOOKB, ilişkinin kendisi ile ilgili tekrarlayan şüphe ve sıkıntı olarak kendini gösterdiği için ilişki içerisinde sürekli devam eden bir istikrarsızlık oluşabilir. İstikrarsızlık terk edilme korkusuna ve daha sonra depresyon ve anksiyete semptomlarına yol açabilir (Doron, vd., 2012a). Melli, vd. (2018b) tarafından daha sonra, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış kişiler ile yapılan çalışmada ayrılmakla, yalnız kalmakla, yanlış ilişkide bulunmakla ilişkili olumsuz abartılı düşüncelerin RİOOKB ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte aynı çalışmada OKB ile ilişkili bilişsel yapıların depresyon ve anksiyeteyi artırarak RİOOKB'nin sürdürülmesine katkıda bulunduğu gösterilmiştir (Melli, vd., 2018b).

RİOOKB'nin altında yatan düşünceler, inançlar ve ön yargılar OKB'nin bilişsel davranışçı teorileri ile benzerlik göstermektedir (Doron, vd., 2012a). Bu teorilere göre OKB'nin geliştirilmesi ve sürdürülmesi düşünce, görüntü, dürtü gibi içsel ve dışsal uyaranların hatalı değerlendirmesiyle başlar (Rachman, 1998; Storch, vd., 2008; Salkovskis, 1985). Bunun sonucu olarak obsesif kaygı ortaya çıkar. Kişi ise bu hatalı düşünceler ile başa çıkmak için ritüellere ve nötralizasyon ve kaçınma davranışlarına başvurabilir, düşüncelere karşı direnç göstererek onları kontrol etmeye çalışabilir ya da bastırabilir. Bu davranışlar sonucu kısa süreli kaygıda azalma olsa da uzun vadede OKB kısır döngüsünün devam etmesine ve şiddetinin artmasına neden olur (Rachman, 1998; Storch, vd., 2008; Salkovskis, 1985). OKB'si olan bireylerde bu yorumlamalar şişirilmiş sorumluluk, düşünce davranış füzyonu, düşüncelerin kontrol edilmesi gerektiği hakkında aşırı endişe, tehdit olasılığının abartılması, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik gibi merkezi öneme sahip işlevsiz inançlardan dolayı ortaya çıkar (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group [OCCWG], 1997; OCCWG, 2005). Bu işlevsiz inançlar bir romantik ilişkiyi deneyimlerken de ortaya çıkabilir (Doron, vd., 2012a). Sonraki paragraf RİOOKB'deki bu işlevsiz inançları ele almaktadır.

RİOOKB de mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, tehdidin abartılması, düşüncelerin kontrolü gibi hatalı düşünceleri ortaya çıkaran bilişsel yapılarla ilişkili bulunmuştur (Doron, vd., 2012a; Doron, vd., 2013; Trak ve İnözü, 2017; Melli, vd., 2018a; Melli, vd., 2018b; Ghomian, vd., 2021). Örneğin eksiklik duygusu OKB semptomlarının çoğunluğuyla ilişkilidir ve mükemmeliyetçilikle ilişkili işlevsiz inançlara yol açabilir (Summerfeldt, 2004). Araştırmalar mükemmeliyetçilik arttıkça RİOOKB'nin de arttığını göstermektedir (Melli, vd., 2015; Melli, vd., 2018b; Toroslu ve Çırakoğlu, 2022). Melli, vd. (2015) tarafından yapılan araştırma mükemmeliyetçiliğin, özellikle hatalar üzerine endişe alt boyutunun RİOOKB ile çok güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Kişinin “hataları” (örneğin, partneri yanlış anlama, onunla tartışma vb.) bilişsel bir ön yargı ile başarısızlık olarak yorumlaması ilişkiyi dair şüphe ve meşguliyetleri artırabilir (Melli, vd., 2018b). İlişkiyi daha “doğru” kılma amacıyla bireyin verdiği tepkiler (Örneğin “İlişkimin doğru olup olmadığını tekrar tekrar kontrol ederim”, “Sık sık ilişkimin doğru olduğuna dair onay ararım” vb. (Doron vd., 2012a) RİOOKB'nin sürdürülmesine neden olabilir (Melli, vd., 2018b). Bunun yanı sıra araştırmalar obsesif kompulsif belirtilerin

belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkili olduğunu (Sookman ve Pinard, 2002; OCCWG, 2005) ve belirsizlik duygularına karşı duygusal tepki olarak patolojik şüphenin ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Tolin, vd., 2003). Bununla ilişkili olarak bir ilişki içerisindeyken bireyin hem kendisinin hem partnerinin duygu ve düşüncelerinden emin olamaması patolojik bir şüpheyne yol açabilir (Örneğin, “Partnerimi gerçekten sevmediğim fikrini aklımdan çıkaramıyorum.”, “Partnerimin bana olan sevgisiyle ilgili şüphelerimi aklımdan çıkarmakta zorlanıyorum.” (Doron vd., 2012a). Tehdidin olduğundan daha şiddetli şekilde algılanması obsesif inanışlarda bir diğer önemli belirleyicidir (OCCWG, 2005; Moritz ve Pohl, 2009; Knapton 2015). Özellikle belirsizliğe tahammülsüzlüğü düşük (Sookman ve Pinard, 2002) ve ilgili benlik alanında görece savumasız ve güvensiz olan bireylerde tehdidi abartma gibi bilişsel ön yargılar daha fazla olabilmektedir (Doron ve Kyrios, 2005; Doron vd., 2007). Benzer biçimde romantik ilişkiler alanında kendini yetersiz gören bireylerde tehdidin abartılması gibi bilişsel ön yargılar daha fazla olabilir (Örneğin, “Partnerimin aslında benimle olmak istemediği düşüncesi beni sürekli rahatsız eder.”) (Doron vd., 2012a). Düşüncelerin kontrolü ise girici düşüncelere aşırı değer verme ve bunları kontrol gereksinimini vurgular (OCCWG, 2005). Örneğin “Şu an kendimi eşimle iyi hissetmiyorum” düşüncesine aşırı değer verme “Eşimi daima sevmeliyim.”, “Bu tür şüphelerim olmamalı” gibi saplantılı düşüncelere neden olabilir (Doron, vd., 2012d). Ayrıca romantik ilişki içerisinde yalnız kalmaya ilişkin işlevsiz yıkıcı inançlar RİOOKB ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur (Melli, vd., 2018b). Klinik örnekleme yapılan çalışmalar RİOOKB hastalarının OKB hastalarına göre daha fazla, bu tür OKB ve romantik ilişki ile ilgili inançlara sahip olduğunu göstermiştir (Doron, vd., 2016). Bütün bu OKB ile ilişkili bilişsel yapılar, ilişkilerle ilgili yoğun kaygıya neden olabilir ve kişi sık sık onay arama (Örneğin, “Onun (partnerimin), beni sevdiğini düşünüyor musun?”), kontrol etme (“Aşık hissediyor muyum?”) ve şüphe uyandıran durumlardan kaçınma gibi stratejilere başvurarak bu kaygıyı azaltmaya çalışabilir (Doron vd., 2012a). Buna karşın OKB’li bireyler kaygıyı azaltmak için çeşitli stratejilere başvursalar da paradoksal olarak, kısa vadede kaygının azalmasına rağmen, OKB’nin kısır döngüsünü sürdüren ve artıran sonuçlar ortaya çıkar (Rachman, 1998; Storch, vd., 2008; Clark ve Beck, 2010; Hyman ve Pedrick, 2020). Benzer şekilde ilişkiyle ilgili obsesif kompulsif belirtilerde de benzer bir kısır döngü meydana gelebilir ve klinik bir görüntü ortaya çıkabilir (Doron, vd., 2014).

OKB ile ilgili inançlara ek olarak araştırmalar RİOOKB'nin genel OKB semptomlarıyla (kontrol, simetri, temizlik vb.) ve bunlara cevap olarak sergilenen kontrol semptomları ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Doron, vd., 2012a; Trak ve İnözü, 2017; Melli, vd., 2018a; Melli, vd., 2018b; Ghomian, vd., 2021). Bu sonuçlar, RİOOKB'deki romantik ilişki ile ilgili saplantılı meşguliyet ve şüphenin OKB'deki gibi klinik bir görüntüyü gösteriyor olabilemesi açısından önemlidir.

Doron, vd. (2013) tarafından yapılan çalışma ilişkilere ilişkin benlik alanındaki yetersizliğin hem bağlanma kaygısı hem de ilişkiye bağlı öz değeri yüksek bireylerde RİOOKB'yi daha fazla artırabileceğini göstermiştir. Daha önceki araştırmalar, öz değerin bağlı olduğu alandaki başarısızlığın ima edilmesinin bile benlik saygısındaki değişimlere sebep olabileceği ve kişinin kendini “iyi” ve “kötü” olarak tanımlayabileceğini göstermektedir (Crocker ve Wolfe, 2001; Knee, vd., 2008). Özellikle Knee, vd. (2008) tarafından belirtildiği gibi ilişkiye koşullu benlik değeri (relationship-contingent self-esteem) yüksek bireyler ilişkilerindeki iniş çıkışlara duygusal olarak daha duyarlıdır. Dahası, ilişkiye koşullu benlik değeri, romantik ilişkilere saplantılı bir şekilde dalma ve onunla aşırı meşgul olma gibi konularla önemli derecede ilişkilidir. RİOOKB de ilişkiler için saplantılı bir meşguliyeti kapsamaktadır (Doron, vd., 2012a). Bu durumu destekler nitelikte sonraki araştırmalar, daha yüksek partnere ve ilişkiye bağlı benlik değerinin de daha fazla RİOOKB ile güçlü bir ilişkide olduğunu göstermiştir (Doron, vd., 2013; Trak, 2016; Trak ve İnözü, 2019). İlişkiye ve partnere bağlı benlik değerleri teorik olarak partnerin ve ilişkinin durumuna bağlıdır (Knee, vd., 2008; Trak, 2016). Dahası, ilişkiye koşullu benlik değeri büyük oranda bireyin, partnerinden aldığı onaylama, önemsenme, anlaşılma eksikliğini yansıtmaktadır (Knee, vd., 2008). Bu noktada da partner tarafından anlaşılma, değer verilme ve ilgi görmeyi kapsayan algılanan partner duyarlılığının (Reis, vd., 2004) ilişkiye koşullu benlik değeriyle ilişkisi dikkat çekmektedir.

Alanyazın incelendiğinde obsesif kompulsif belirtilerin benliğin görece hassas yönleriyle ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Doron ve Kyrios, 2005). Salkovskis (1985) tarafından tartışıldığı gibi benliğin birey için önemli yönleriyle ilgili olumsuz öz yargılamalar saplantılı düşüncüyü artırabilir (Örneğin, çocuklarına kızan bir annenin annelik ile ilgili işlevsiz şemaları tetiklenebilir ve kötü bir annelik ile ilgili saplantılı düşünceye sebep olabilir.). Bu düşünceler algılanan kişisel savunmasızlığı aşarak

olumsuz benlik görüşüne daha kolay dahil olabilir (Rachman, 1998). Ayrıca düşüncelerin egodistonik özelliği bu düşüncelerin saplantılı hale gelmesinde bir etken olabilir (Purdon ve Clark, 1999). Rowa ve Purdon (2003) tarafından yapılan araştırma, rahatsız edici ve girici düşüncelerin benliğin değerli yönleriyle çelişmesinin daha olası olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir deyişle, örneğin, bireyin benliğinin ahlak, nezaket ya da vicdan alanındaki hassaslığı o alanda daha fazla girici düşüncelere sebep olabilir (ya da tam tersi belli alandaki girici düşünceler o alana odağı artırabilir). Lee ve Kwon (2003) tarafından yapılan bir başka araştırmada ise obsesyonlar çeşitli özelliklerine göre otojen obsesyonlar ve reaktif obsesyonlar olarak ikiye ayrılmıştır. Otojen obsesyonlar istenmeyen cinsel, saldırgan ve ahlaksız düşünce ve dürtülerle daha ilişkilidir ve reaktif obsesyonlara göre daha egodistoniktir. Ayrıca otojen obsesyonlar reaktif obsesyonlara göre kontrol stratejisi olarak kaçınmayı daha fazla kullanmaktadır. Bhar ve Kyrios (2000) tarafından kişinin benlik algısıyla ilgili belirsizliği, çelişkisi ve bunlarla aşırı meşguliyeti üzerine yapılan çalışmada OKB'li bireylerin benlik ikilemleri (bireyin eş zamanlı olarak birbiriyle çatışan düşüncelere sahip olması) daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca ahlak alanındaki olumsuz kendilik algısının (Doron, vd., 2012c), benliğin duyarlı olduğu ahlaki alanların (Doron, vd., 2007; Doron vd., 2008), kötü, ahlaksız ya da delice görülen bireyin sahip olmaktan korktuğu korkulan benliğin (Ferrier ve Brewin, 2005) obsesif kompulsif semptomlar ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Korkulan benlik ayrıca ilişkilere ilişkin obsesif kompulsif belirtilerle de ilişkilidir (Fernandez, vd., 2021). Bu araştırmalar obsesif kompulsif belirtilerin bireyin öz değerlendirmesi ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Buna karşın obsesif kompulsif belirtilerin benlik ile ilgili ilişkisini daha net anlayabilmek için benliğin çok yönlü yapısını ele almak gerektiği araştırmacılar tarafından belirtilmektedir (Doron ve Kyrios, 2005). Buradan sonuçla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bireyin genel olarak romantik ilişkiler alanındaki zayıf benlik algısı ve kendisini yetersiz bir partner olarak gördüğü düşüncesi ile ilişkili olabilir. Bireyin ilişkisi hakkındaki tekrarlayan girici düşünceleri, şüphe ve sıkıntıya yol açabilir ve terk edilme korkusunu tetikleyebilir. Bireyin bu süreçte bağımlı davranışlar sergilemesi olumsuz öz değerlendirme, suçluluk ve utanca sebebiyet verebilir (Doron, vd., 2012a). Araştırmalar RİOOKB ile düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Doron, vd., 2012a). Bu bağlamda bireyin romantik ilişkilerde öz yeterliğinin, RİOOKB'deki mekanizmalardan biri olabileceği

düşünülmektedir.

Bu çalışmada öz yeterliğin spesifik bir yönünün ele alınmasının yanı sıra, genel öz yeterlik kavramı, bireyin çeşitli stresli durumlarla başa çıkmadaki geniş ve istikrarlı bir kişisel öz yeterlik duygusuna atıfta bulunmaktadır (Luszczynska, vd., 2005). Bireyin kendi becerilerine yönelik bu öznel değerlendirmesi, benlik saygısı kavramıyla ilişkilidir. Birçok çalışma benlik saygısı ve öz yeterlik arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi büyük oranda ortaya koymuştur (Judge, vd., 2002). Ayrıca Doron, vd. (2012a) tarafından belirtildiği gibi yüksek RİOOKB düşük benlik saygısı ile ilişkilidir. Buradan yola çıkılarak, benlik saygısı ile ilişkili öz yeterliği daha spesifik bir alanda incelemenin yanı sıra, romantik ilişkilerde algılanan partner duyarlılığı (APD) da incelenecektir. Bireyin partnerinin kendisini fark ettiğine, kendisine karşı duyarlı olduğuna ve davranışsal olarak kendisini desteklediğine dair inancı ifade eden algılanan partner duyarlılığı (Reis, vd., 2004), uzun vadede yüksek benlik saygısı ile ilişkili bulunmuştur. (Tomlinson, vd., 2015). Bu nedenle APD'nin RİOOKB'yi sürdüren mekanizmalardan biri olabileceği düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde APD ile RİOOKB arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut çalışmayla alanyazındaki bu boşluğa katkı sağlanması, RİOOKB'nin altında yatan mekanizmalara ışık tutulması hedeflenmiştir.

Alanyazın incelendiğinde RİOOKB ile ilişkili bir diğer değişkenin ilişki doyumu olduğu görülmektedir. Doron, vd. (2012a) yaptıkları çalışmada RİOOKB'nin pozitif yönde yüksek oranda ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkili olduğunu bulmuştur. RİOOKB'nin spesifik teması ilişki ile ilgili kronik şüpheler içerdiği için var olan sıkıntıları artırabilir, korku ve kuşku duygularına sebep olabilir (Doron, vd., 2012a). Bunun yanı sıra söz konusu semptomlar bireyin ilişkiye bağımlı davranışlarını artırabilir. Zamanla artan olumsuz öz değerlendirmeler, utanç ve suçluluğun neden olduğu terk edilme korkularını artırarak, ilişki doyumunu düşürebilir (Doron, vd., 2012a). İlişki doyumu ve RİOOKB arasındaki ilişki diğer çalışmalar ile de desteklenmiştir (Doron, vd., 2014a; Trak ve İnözü, 2017; Kılıç ve Altınok, 2021; Balcı, 2021). Doron, vd. (2014a) çalışmalarında, ek olarak RİOOKB ve cinsel doyumun negatif yönde ilişki olduklarını bulmuşlardır. Dahası, bu ilişkide ilişki memnuniyetsizliğinin aracı rol oynadığını göstermişlerdir. RİOOKB ilişki memnuniyetsizliğini azaltarak, çiftler arasındaki cinsel doyuma da olumsuz yönde etki

edebilmektedir (Doron, vd., 2014a). Bu nokta RİOOKB'yi sürdüren mekanizmada partnerin de önemli bir rolünün olduğunu göstermektedir.

Çocukluk dönemindeki en sık bağlanma figürleri ebeveynlerdir ancak yetişkinlikte bu figür romantik bir partnere kayabilmektedir. Kaygılı ve kaçınan bağlanmayı içeren güvensiz bağlanma stilleri romantik ilişkilerde, ilişkiyle ilgili şüphe ve endişeleri artırabilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2016: 299-346). OKB hastalarında olduğu gibi (Van Leeuwen, vd., 2020) RİOOKB'de de güvensiz bağlanmanın olumsuz etkisi birçok çalışma ile gösterilmiştir (Doron, vd., 2012a; Doron, vd., 2013; Trak ve İnözü, 2017; Özel, 2021; Balcı, 2021). Çoğunlukla güvensiz bağlanan bireyler yaşadığı olumsuz deneyimlerin sonuçlarını abartmayla, bu sonuçlar üzerinde geviş getirmeye ve benliğinin olumsuz yönlerini aşırı vurgulamayla tepki gösterirler (Mikulincer ve Shaver, 2016: 200-224). Bu işlevsiz başa çıkma stratejileri, bireyi RİOOKB'ye karşı savunmasız hale getirebilir (Doron, vd., 2014b). Dahası, birey ilişkiler ile ilgili benlik alanında hassas ise güvensiz bağlanma stilleri (özellikle kaygılı bağlanma) ilişkiyle ilgili şüphe ve endişelerle daha fazla ilişkili olabilmektedir (Doron, vd., 2013).

İlişki temalı obsesif kompulsif belirtilerin bir diğer alanı da partnere ilişkin obsesif kompulsif belirtilerdir (PİOKB). RİOOKB'den farklı olarak PİOKB, partnerin fiziksel görünüşü, sosyalliği, ahlakı, duygusal istikrarı, zekâsı ve yeterliliği (genel olarak kusurları) ile aşırı meşguliyeti ve bununla başa çıkmak için onay arama, nötralizasyon, geçmişi yineleyici şekilde analiz etme gibi davranışları kapsamaktadır (Doron, vd., 2012b). Daha sonraki klinik deneyim ve çalışmalar, PİOKB'nin partnerin güvenilirliğine ilişkin meşguliyetini de kapsayan bir alt boyutu olduğunu ortaya koymuştur (Brandes, vd., 2020). Çalışmalar RİOOKB ve PİOKB puanlarının güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir (Doron, vd., 2012b; Doron, vd., 2014b; Szepeswol, vd., 2016; Trak ve İnözü, 2017). Ayrıca PİOKB daha önce bahsedilen OKB ile ilişkili semptomlar ve uyumsuz bilişler, benliğin görece hassas alanları, ilişki doyumu, depresyon ve anksiyete semptomları, güvensiz bağlanma stilleri konularında da benzer ilişkilere sahiptir (Doron, vd., 2014b). Doron, vd. (2012b) tarafından yapılan çalışmada, PİOKB'deki artışın 2 ay sonra RİOOKB'deki artışı ön gördüğü bulunmuştur. Daha sonraki yıllarda, 1 yıl arayla alınan ölçümlerle yapılan boylamsal bir çalışma ile bu sonuç tekrarlanmıştır (Szepeswol, vd., 2016). Bireyler partnerin

kusurlarıyla ilgili rahatsız edici girici düşünceleri, romantik ilişkide bir şeylerin yanlış olduğuyla ilgili kanıt olarak kullanabilir ve böylece ilişkinin doğruluğuna ya da partnerin hislerine ilişkin şüpheleri artabilir (Doron, vd., 2014b). Dahası, partnerin kusurları ile aşırı meşguliyet bireyin alternatifleri aramasını artırarak ilişki bağlılığını zayıflatabilir. Bu durum da ilişkiye ilişkin şüphe ve endişeleri artırabilir. Bireyin bu şüpheleri ve endişeleri haklı kılmak için dışsal kanıt aramaya çalışması (örneğin, partneri başka kişiler ile kıyaslamak), partnerin kusurlarına ilişkin obsesif kompulsif belirtilerini artırabilir (Doron, vd., 2014b).

Doron ve Derby (2017) RİOOKB'nin ölçümü ve tedavisi için çeşitli önerilerde bulunmaktadır. İlk olarak değerlendirme aşamasında OKB ve ilişkili bozuklukların veya tıbbi durumların teşhisi için klinik görüşmenin önemine vurgu yapılmaktadır. Kapsamlı bir kişisel öyküyle beraber semptomların doğası, şekli, süresi, tetikleyiciler, açık kompulsiyonlar (karşılaştırma, onay arama vb.) ve örtük kompulsiyonlar (düşünceleri bastırma, duyguları izleme vb.), kaçınma ve güvenlik davranışları, uyum (*accommodation*) hakkında ayrıntılı bilgi toplanması önerilmektedir. RİOOKB'nin ölçümü için Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeğini (RİOKÖ) (Doron, vd. 2012a) kullanılabileceğini belirtilmiştir (bk. EK 3). Değerlendirme aşamasından sonra OKB'nin tedavisindeki benzer bilişsel davranışçı müdahalelerin RİOOKB için de etkili olduğu ifade edilmiştir. Psikoeğitim, bilişsel yeniden yapılandırma, sürdürücü mekanizmaların tekrarlanması önlenmesi, davranışsal deneyler, maruz bırakma, tepki önleme bu bilişsel davranışçı müdahalelere örnektir. Tedavi sürecindeki temel amaç RİOOKB'yi azaltmak ve danışanın daha gerçekçi bilgilere dayalı kararlar verebilmesini sağlamak olarak ifade edilmektedir (Doron ve Derby, 2017).

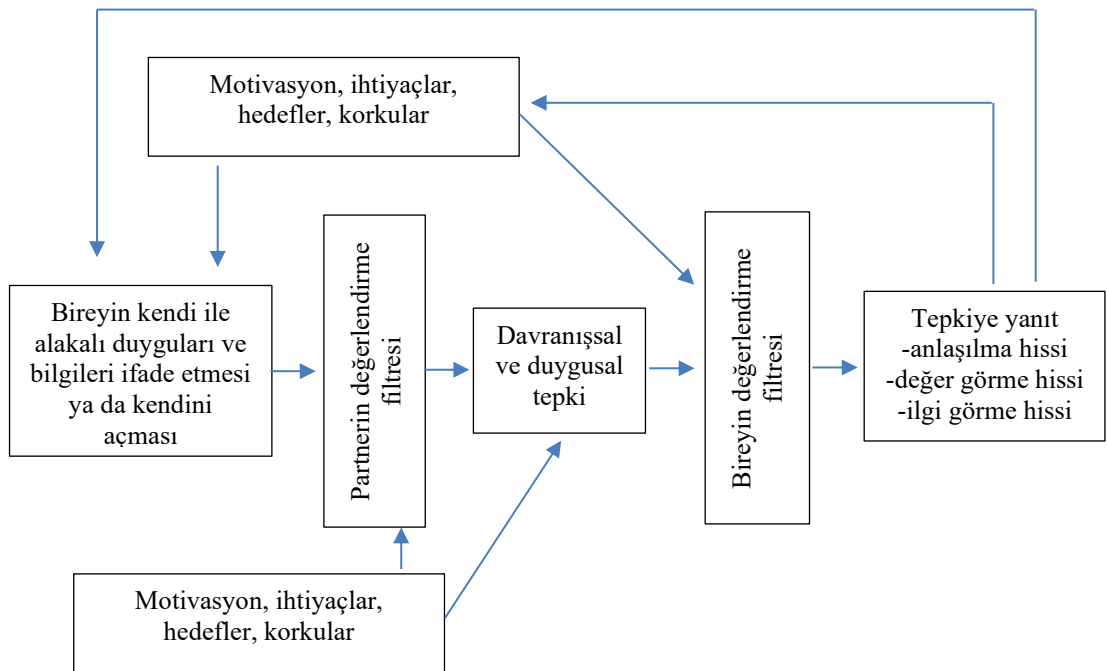
Çalışmanın bu bölümünde RİOOKB'nin tanımı yapılmış ve önemli değişkenler ve ilgili çalışmalar ile araştırmanın diğer değişkenleri arasındaki ilişkisi aydınlatılmaya çalışılmıştır. Sonraki bölümde araştırmanın diğer değişkeni olan algılanan partner duyarlılığının kuramsal çerçevesi ve ilgili araştırmalar aktarılmıştır.

2.2. Algılanan Partner Duyarlılığı

Algılanan partner duyarlılığı (APD) bireyin ihtiyacı olduğunda partnerinin sergilediği davranışları duyarlı ya da duyarsız olarak algıladığı bir süreci tanımlamaktadır. Başka bir deyişle APD ilişkide bireyin partnerinin kendisini fark ettiğine, kendisine karşı duyarlı olduğuna ve davranışsal olarak kendisini desteklediğine dair inancı ifade etmektedir (Reis, vd., 2004). Bu inanç üç faktöre göre üretilmektedir: İlki partnerin bireyin benliğinin farkında olup olmaması ile tanımlanan *anlaşılma*, ikincisi benliğin alanlarına yönelik değer ve anlam verilip verilmediği ile tanımlanan *değer görme*, üçüncüsü partnerin bireyin duygusal, kişisel ve psikolojik önemli ihtiyaçlarının karşılanması için destek gösterip göstermemesi ile tanımlanan *ilgi görme* ile alakalıdır (Reis ve Shaver, 1988; Reis, vd., 2004).

APD'nin vurguladığı destek kavramı geniş bir ifadeyi içerdiği için kişilerarası süreçte öneme sahip olan desteğin tam olarak ne olduğu tartışma konusu olmuştur (Reis, 2007). Bu tartışmalardan biri bireyin desteği hangi konularda algıladığı ile ilişkilidir. Araştırmalar önemli kişisel ihtiyaçlara verilen desteğin ilişkilerde daha belirleyici olduğunu göstermektedir (Clark, vd., 2004). Örneğin, partnerin suşi tutkusuna hayran olduğunu bildirmek onun ebeveynlik korkularına destek olduğunu bildirmekten muhtemelen kişilerarası ilişkilerde daha az önemlidir. Başka bir ifade ile aslında bireyin kendini tanımladığı benlik alanlarına olan duyarlılık (bireyin değerlerine, yeteneklerine, özelliklerine vb.) daha önemli bir desteği ifade etmektedir (Reis, 2007). Bu noktadan yola çıkarak bu araştırmada bireyin romantik ilişkilerdeki öz yeterlilik inancının partnerden algılanan destekle nasıl bir ilişkide olduğu incelenmiştir. Başka bir deyişle bireyin duyarlılık algılaması ile kendisinin yetersiz gördüğü alandaki ilişki ele alınmıştır. Destek ile ilgili bir diğer konu görünür desteğin mi yoksa görünmez desteğin mi daha etkili olup olmadığıyla ilgilidir. Görünür destek daha çok yardım ve duyarlılık olarak algılanırken görünmez destek nispeten birey tarafından yardım olarak yorumlanmayan, dolaylı yoldan verilmiş desteği ifade etmektedir (Zee ve Bolger, 2019). Örneğin stresli bir durumla ilgili bir kişiye doğrudan verilen destek görünür desteği ifade ederken stresli kişinin duymasını sağlayacak şekilde başka birine verilen destek görünmez destek olarak ele ifade edilebilir (Bolger ve Amarel, 2007). Görünür desteğin mi daha faydalı olduğu yoksa görünmez desteğin mi daha faydalı olduğu konusunda çok çelişkili sonuçlar vardır

(Girme, vd. 2018). Görünür desteğin ilişkilerde daha fazla sevgi, yakınlık, ilişki kalitesi, refah gibi pozitif durumlarla ilişkisi belirtilmesine rağmen (Reis vd. 2004; Reis ve Gable, 2015; Collins ve Feeney, 2000) görünür desteğin bireyin stresini (Bolger, vd., 2000), depresif ruh halini ve öfkesini artırabildiği (Shrout, vd., 2006) öz yeterlik ve güvenini azaltabildiği (Bolger ve Amarel, 2007) belirtilmektedir. Bu çelişkili bulgular desteğin kimden ne zaman, ne sıklıkla, nasıl, hangi konuda, ne için alındığı ile ilgili daha spesifik çalışmaların gerekliliğini göstermektedir. Örneğin Girme, vd. (2018) tarafından yapılan çalışmada görünmez desteğin etkisinin başlarda olmadığı, zamanla ortaya çıktığı ve ilişki memnuniyetini artırdığı bulunmuştur. Reis ve Clark (2013) dört kuramsal çıkarım üzerinden bu konuya tartışarak görünür desteğin algılanan duyarlılığı daha çok desteklemesi gerektiğini belirtmişlerdir. APD ile ilgili dikkat edilmesi gereken bir diğer konu APD'nin gerçek desteğe vurgu yapmasından ziyade bireyin bu desteği nasıl algıladığına vurgu yapmasıdır. Çünkü yakın ilişkilerde partnerin ne kadar ya da nasıl destek verdiğinden ziyade bireyin bu desteği nasıl algıladığı daha belirleyici bir rolde olduğu belirtilmektedir (Reis, 2007). Bununla birlikte algılanan desteğin de gerçek destek ile çoğunlukla tutarlı olduğu göz önünde bulundurulmalıdır (Reis, 2007).



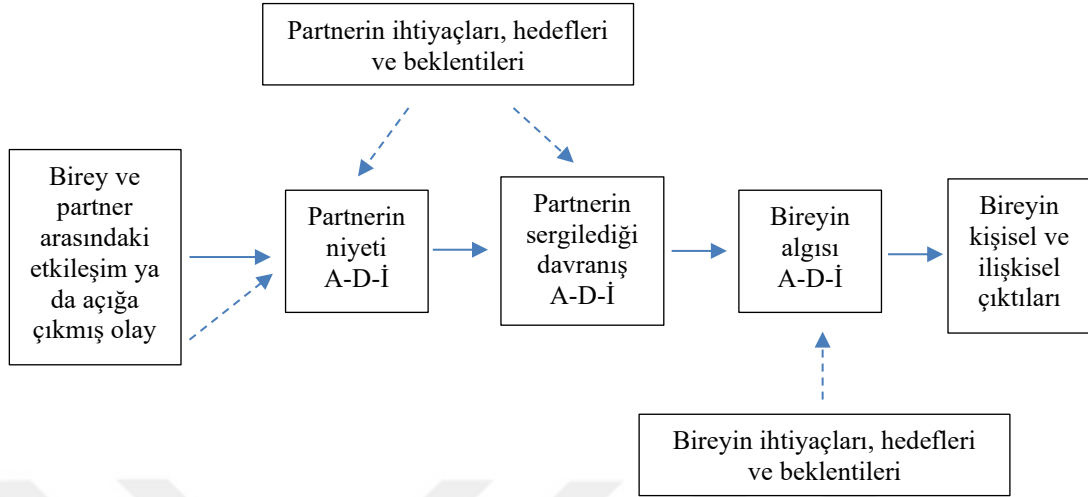
Şekil 2.2

Yakınlık Süreci Modeli (Reis ve Shaver, 1988)

APD'nin yakın ilişkilerdeki rolü Reis ve Shaver (1988)'ın iki insan arasındaki yakınlığın oluşma sürecini kavramsallaştırdığı Yakınlık Süreci Modeli'nde gösterilmiştir (Şekil 2.2). Burada yakınlık iki faktöre bağlamıştır. Bunlardan birincisi bireyin partnerine kendini açması, ikincisi ise bireyin anlaşılma, değer verme ve ilgi görme faktörlerine göre algıladığı partner duyarlılığıdır. Modele göre birey kendini açar. Bu açma sözel bir ifade olabileceği gibi duygusal bir ifade takınmak ya da tamamen siyah kıyafetler giymek gibi geniş bir yelpazede sözsüz ifadeler de olabilir. Bu ifadeler, bireyin erken çocukluk yaşantısından ya da önceki ilişki deneyimlerinden kaynaklanabilecek motivasyonu, ihtiyaçları hedefleri, korkuları tarafından etkilenir. Bu kendini açma, partner tarafından onun motivasyonu, ihtiyaçları, hedefleri, korkuları tarafından oluşturulan değerlendirme sürecinden geçirilir. Bu süreçten sonra partner duygusal ve davranışsal tepkilerde bulunur. Bu tepkiler önemlidir çünkü kendini açmaya göre daha güçlü bir yakınlık yordayıcısıdır. Bu tepkiler bireyin değerlendirme sürecinden geçerek partnerin anlayış gösterdiğine, değer verdiğine ve ilgi gösterdiğine ilişkin algıları, başka bir deyişle algılanan partner duyarlılığını oluşturur. Algılanan partner duyarlılığı ise bireyin hem kendini açmasını hem de motivasyonunu, ihtiyaçlarını, hedeflerini, korkularını belirleyerek döngü tamamlanır. Şekil 3 bu modeli göstermektedir.

Reis ve Gable (2015) daha sonraki çalışmalarında algılanan partner duyarlılığının yakın ilişkilerdeki rolünü gösteren temel duyarlılık modelini oluşturmuşlardır. Kişilerarası bir model olan duyarlılık modeli bireyin davranışlarının sadece o kişinin ihtiyaçları, hedefleri, istekleri doğrultusunda değil aynı zamanda partnerinin davranışı tarafından da şekillendiğini varsayar ve hem niyeti hem de davranışı ayrı ayrı ele alır. Modele göre öncelikle birey ve partner arasında etkileşim oluşturacak bir olay ortaya çıkar. Bu olay partnerin anlayış gösterme, değer verme ve ilgi gösterme niyetini etkiler. Bu niyet partnerin bu üç faktörü içeren davranışlarına neden olur. Davranışlar ise bireyin anlaşılma, değer verme ve ilgi faktörlerini içererek onun algılanan partner duyarlılığını etkiler. Fakat bu süreç her zaman böyle olmayabilir. Partner destekleyici olarak hiç yanıt vermeyebilir ya da birey partner duyarlılığını algılamak için sözel ve sözel olmayan ipuçlarına odaklanırken yanlış anlayabilir. Daha sonra bireyin algılanan partner duyarlılığı kişisel ve ilişkisel çıktılar sağlar. Bu süreçte hem birey hem partner içinde bulundukları süreçte kendi ihtiyaçlarından, hedeflerinden ve beklentilerinden etkilenirler. Model Şekil 2.3'te

sunulmuştur.



Şekil 2.3

Duyarlılık Modeli (Reis ve Gable, 2015)

Not. A=Anlaşılma, D=Değer görme, İ=İlgi görme; kesik çizgiler kişisel süreçleri, düz çizgiler kişilerarası süreçleri göstermektedir.

Araştırmalar algılanan partner duyarlılığının kişisel ve kişilerarası birçok faktör ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Reis'e (2007) göre algılanan partner duyarlılığı kişilerarası ilişkilerde olası merkezi bir role sahiptir. Örneğin algılanan saygı, aidiyet duygusu, güvenli bağlanma, sosyal destek, güvende hissetme, empatik anlayış, yakınlık, paylaşılan anlam sistemi, duygusal kabul gibi birçok faktörle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Reis, 2007).

APD ile ilgili yapılan birçok çalışma onun ilişkisel süreçlerdeki rolüne değinmiştir. Yakınlık süreci modelinde de görüldüğü gibi (Reis ve Shaver, 1988) ilişkilerde kendini açma ilişkisel süreçlerde önemli bir davranıştır. Çiftlerle yapılan bir günlük çalışmada APD'nin hem bireyin hem de partnerin kendisini açmasıyla ilişkili olduğu ve kendini açma ile yakınlık arasındaki ilişkide aracı rolde olduğu bulunmuştur (Laurenceau, vd. 1998). Daha sonra kanser hastalarıyla (Manne, vd. 2004) yapılan, sosyal medyada kendini açmaya odaklanan (Walsh, vd. 2020), cinsel kendini açmayı ele alan (Van der Sterren ve Verheij, 2009) çalışmalar APD'nin kendini açma ve yakınlık arasındaki rolünü desteklenmiştir.

Araştırmalar bireylerin partnerlerini duyarlı gördüklerinde aynı zamanda onları potansiyel olarak daha iyi bir eş olarak gördüklerini ve kadınlarda daha güçlü olmakla

birlikte cinsel arzularını artırdığı bulunmuştur (Birnbaum, vd. 2016). İlişkilerde bağlılığı ve ilişkiyi sürdürmeyi vurgulayan yatırım modelinin (*investment model*) (Rusbult, 1983) üç faktörünün (*memnuniyet, yatırım ve alternatiflerin kalitesi*) bağlılık ile ilişkisinde APD'nin aracı rolünü inceleyen bir araştırmada, APD ile ilişki memnuniyeti ve ilişkiye yatırım arasında olumlu yönde ilişki bulunurken alternatiflerin kalitesi arasında olumsuz yönde bir ilişki bulunmuştur (Segal ve Fraley, 2016). Başka bir deyişle partnerlerini daha duyarlı algılayan bireylerin ilişkiden daha fazla memnun oldukları, ilişkilerine daha fazla yatırım yaptıkları ve ilişki alternatiflerinin kalitesini daha düşük gördükleri ortaya konmuştur. APD'nin ilişkisel süreçlerdeki bu rolü örtük ölçümlerle de gösterilmiştir. Deneysel bir çalışmada katılımcılara bir gözlük takılarak sanal bir uçurumda oldukları gösterilmiştir. Görevleri, köprüden uçurumun karşı tarafına geçip, orada partnerinin sanal görüntüsü üzerindeki numarayı okuyup geri dönmesi olarak tanımlanmıştır. Partnerlerin sanal görüntüsü özenli ya da dikkatsiz olarak (sözsüz iletişim) manipüle edilmiştir. Özenli bir partnere sahip katılımcıların görevi yaparken daha az stres yaşadıkları, daha fazla güvende hissettikleri ve partnerlerinin davranışlarına daha az dikkat ettikleri (sosyal destek arama ihtiyacıyla ilişkili olarak) bulunmuştur (Kane, vd., 2012). Özetle APD ilişkisel süreçlerde, sözlü ya da sözsüz, örtük ya da açık olsun birçok pozitif durumla ilişkilidir. Bu nedenle romantik ilişkilerin iyileştirilmesi ve geliştirilmesinde önemli üzerinde durulması gereken bir konudur.

Bireyin, yani duyarlılığı algılayan kişinin, bireysel özellikleri ve tutumlarının da APD üzerindeki etkisi çeşitli çalışmalarla ele alınmıştır. İlişkilerde narsisizmin 5 temel faktöründen aşırı hak görmeyi (*entitlement*) ele alan deneysel bir çalışmada aşırı hak görme eğiliminin APD ile duygusal destek arasında düzenleyici bir rolde olduğu bulunmuştur. Başka bir deyişle ilişkide aşırı hak gören bireyler ihtiyaçlarına aşırı duyarlı olmaktadır ve destek aldıklarında daha yüksek duyarlılık algılamakla beraber bunun tersi olarak daha az duyarlılık algıladıklarında bunu küçümsemektedirler (Bar-Kalifa, vd., 2016). Bilinçli farkındalık (*mindfulness*) ile APD'nin ilişkisini çiftlerle inceleyen bir çalışmada ise bilinçli farkındalık bileşenleri olan gözlemlenme, yargılama ve farkındalıkla hareket etme özellikleri yüksek olan bireylerin partnerlerini daha duyarlı algılama olasılıklarının fazla olduğu bulunmuştur (Adair, vd., 2018). Üstelik farkındalıkla hareket eden kişiler partnerleri tarafından daha duyarlı algılanmıştır. Araştırmacılar bilinçli farkındalığın APD'yi

geliştirebileceğini bu sayede ilişki tatmininin artabileceğini öne sürmektedirler (Adair, vd., 2018). Bunlarla birlikte partnerlerine ilgi, bağlılık ve saygı gösteren bireylerin yanlı olarak algılanan duyarlılıklarını abartabileceği, tam tersi partnerine yeterince değer vermeyen bireylerin duyarlılığı küçümsemek gibi olumsuz bir eğilime sahip olabileceği bir dizi deneysel çalışmayla gösterilmiştir (Lemay ve Neal, 2013).

Reis (2007) bireyin bağlanma stillerinin kişisel arası ilişkilerde (daha spesifik olarak APD’de) önemli bir role sahip olduğunu belirtmektedir. Yapılan bir çalışmada kaygılı bağlanan (kaçıngan bağlanan değil) bireylerin partnerlerini daha duyarsız algıladıkları, kaçıngan bağlanan bireylerin partnerlerinin duyarlılıklarını küçümstedikleri, kaçıngan bağlanan partnerlerin, partnerleri tarafından daha duyarsız algılandıkları ve yetersiz algılama olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Dahası en düşük duyarlılık kaygılı bireyler ile kaçıngan partner arasında gözlemlenmiştir ve duyarlılık en çok bu ilişkide olduğundan daha az algılanmıştır (Shallcross, vd., 2011). Başka bir çalışmada ise kaçıngan bağlanan bireyler partnerlerinin duyarlılığını olduğundan daha az belirtmeleriyle birlikte kendi duyarlılıklarını da aynı biçimde küçümsemişlerdir (Beck, vd. 2016). Buna karşın kaçıngan bağlanan bireylerin ilişkilerdeki duyarlılığı küçümsemeleri genel bir tutum olmaktan ziyade sadece yakınlık ihtimali olan ilişkilerde sergiledikleri bir tutum olarak bulunmuştur (Spielman, vd., 2013). Başka bir ifade ile kaçıngan bağlanan bireyler olası yakınlığın olabileceği ilişkilerde duyarlılığı küçümseyerek kendilerini bir ilişkiden korumaktadırlar (Spielman, vd., 2013). Bunlara karşın güvenli bağlanma ise bağlanma figürünün bireyin ihtiyaçlarına yanıt verdiği (duyarlı olduğu ve desteklediği) durumlarda büyük oranda gerçekleşmektedir (Shaver ve Mikulincer, 2002). Bağlanma figürünün bireyin ihtiyaçlarına yetersiz kalması durumunda ise birey kendine ve diğerlerine yönelik olumsuz zihinsel temsiller oluşturabilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2003). Bu durum iki yönden önemlidir. İlk olarak Mikulincer ve Shaver’ın (2013) çalışması ve Hadden, Smith ve Webster’ın (2013) meta analiz çalışmasında gösterildiği gibi güvenli bağlanan bireylerin ilişki doyumları daha yüksektir ve bununla ilişkili olarak yüksek algılanan partner duyarlılığı gözlenebilir. Ayrıca bireyin diğerlerine yönelik olumsuz zihinsel temsilleri hem partnerine hem de onun verdiği desteğe ilişkin olumsuz çıkarımlara yol açabilir. İkinci olarak bireyin kendisine yönelik olumsuz zihinsel temsilleri çok çeşitli biçimlerde olabilir. Örneğin bir ilişkide kendisini yetersiz bir partner olarak görebilir. Bu araştırmada bireyin

olumsuz zihinsel temsilleri romantik ilişkilerdeki öz yeterliğine ilişkin ele alınmıştır. APD'nin romantik ilişkilerdeki öz yeterlik ile ilişkisine dair alanyazında herhangi bir çalışmaya rastlanmamasına rağmen alanyazındaki diğer çalışmalar bu ilişkinin varlığına işaret etmektedir.

Kişilerarası ilişkilerde alınan destek insanın doğuştan getirdiği kapasitesini önemli ölçüde destekleyebilmektedir (Ryan ve Deci, 2017). İnsan davranışını motivasyonel çerçevede açıklamaya çalışan öz belirleme kuramına göre (self-determination theory) insanın esenlik (*well being*) ve bütünleşme gibi yaşam motivasyonlarını karşılaması için 3 temel ihtiyacının desteklenmesi gereklidir. Bunlar, bireyin kararlarını baskıdan uzak, kendi kendine, esenlikle verebildiği fakat gerektiğinde çevresinden yardım da alabildiği *özerklik* ihtiyacı; çevresiyle başa çıkmada yeterli hissettiği, ona etki edebildiği, ona hâkim olduğu ve yetkin hissettiği *yeterlilik* ihtiyacı; değer gördükleri, değer verebildikleri ve ait hissettikleri sosyal ilişkileri tanımlayan *ilişkili olma* ihtiyacıdır (Deci ve Ryan, 2000; Ryan ve Deci, 2017). Genel olarak ilişkilerde bu ihtiyaçların karşılanması güvenli bağlanma, ilişki doyumu, esenlik, yüksek benlik değeri gibi ilişkilerle ilgili pozitif durumlarla ilişkilidir (Patrick, vd., 2007; La Guardia ve Patrick, 2008). Daha spesifik olarak araştırmalar bu ihtiyaçların yordanmasında APD'nin rolünü vurgulamaktadır (Çağlayan, 2021). Yukarıda bahsedilen yakınlık süreci modelinde (Reis ve Shaver, 1988) bireyin kendini açması ve bunun karşılığında duyarlılık algılaması bireyin yüksek *özerklik* duygusu ile ilişkilidir (Knee, vd., 2013). Dahası bireyin *özerkliği* ve algıladığı duyarlılığı sayesinde, belirli özelliklerinin onaylanması ve desteklenmesini de ifade eden *yeterlilik* desteği kazanabilir ve değer gördüğü ve ait hissettiği bir *ilişki* kurabilir (Knee, vd., 2013). Özetle insan davranışlarındaki temel bir motivasyonu açıklamaya çalışan öz belirleme kuramında *yeterlilik* temel bir ihtiyaç karşılamaktadır. APD ise *özerklik* ve *ilişkili olmak* dahil olmak üzere 3 temel ihtiyaç karşılama da önemli bir yere sahiptir. Bu nedenle APD'nin spesifik olarak romantik ilişki alanındaki öz yeterlik ile ilişkisi önemli gözükmektedir.

APD'nin ilişkisel çıktılarının yanı sıra kişisel çıktıları da mevcuttur (Kırimer-Aydınlı ve Sümer, 2020). Bunlardan biri psikolojik esenliktir (*well-being*). 4167 kişiyle yapılan 10 yıllık boylamsal bir çalışmada APD'nin, yaşam boyu hayatın anlamını taşıma ve kendini gerçekleştirme ile karakterize esenliği (*eudaimonic*)

yordadığı bulunmuştur (Selçuk, vd. 2016). APD'nin esenlik ile ilişkisinde kültür faktörleri Japonya ve ABD'de örnekleminde ele alan bir başka çalışmada ise APD'nin hem eudaimonik ve hem de hedonik (olumlu etkinin varlığı ve olumsuz etkinin azlığı) esenliği, ABD örnekleminde daha güçlü olmak üzere, yordadığı bulunmuştur (Taşfiliz, vd., 2014). Başka bir çalışmada ise cinsel içerikli konuşmalar ile cinsel ve ilişkisel esenlik arasındaki ilişki de APD'nin düzenleyici gücüne bakılmıştır. Sonuçlar APD'nin karşılıklı cinsel konuşmada esenliği destekleyici görev gösterdiğini ortaya koymuştur (Merwin ve Rosen, 2019). APD'nin esenlik ilk ilişkisini ortaya koyan bu araştırmalara ek olarak Alonso-Ferres, vd. (2019) bu ilişkideki bilişsel süreçleri inceleyen 20 yıllık boylamsal bir çalışma yürütmüştür. Araştırmacılar APD'nin algılanan kontrol duygusunu artırdığını ve bunun da esenlik ile ilişkili olduğunu öne sürmüşlerdir. Bunlara karşın algısal süreçlere yönelik yapılan çalışmalar APD'nin esenlik ile ilişkisini gösterirken bu ilişkinin abartılı (yanlı olarak) bir algıdan kaynaklı da olabileceğini ifade etmektedir (Lemay ve Neal, 2014). Başka bir deyişle birey yüksek değer verdiği partnerinin sergilediği duyarlılığı abartabilmektedir ve tam tersi düşük değer verdiği partnerinin sergilediği duyarlılığı küçümseyebilmektedir. Bu nedenle partnere yönelik duygular APD üzerinde yanlılık yaratabilmektedir (Lemay ve Neal, 2014). Bu araştırmalar APD'nin esenlik ile olan ilişkisinde farklı süreçlerin rol oynadığını göstermektedir.

Algılanan duyarlılık kendini tanıma, benlik saygısı, kişisel gelişim gibi bireylerin benlik düzenleme süreçleriyle de ilişkilidir (Gable ve Reis, 2006). Yapılan bir çalışmada katılımcılara verilen bir dizi görevden sonra partnerinden duyarlılık algılayan katılımcıların başarısızlıkla ilgili zor kelimeleri kolay kelimelerden daha hızlı bir şekilde ayırt ettiği, kendilerini daha az sabote ettikleri ve daha az savunmacı oldukları bulunmuştur (Caprariello ve Reis, 2011). Bu sonuç kişisel başarıyı engelleyen kendini sabote etme, savunmacılık gibi davranışlarda APD'nin rolüne işaret etmiştir (Caprariello ve Reis, 2011). Başka bir deyişle bireyler APD'nin varlığında kişisel gelişime daha fazla motive olmaktadır. Buna ek olarak evli çiftler ile yapılan boylamsal bir başka çalışmada daha yüksek partner duyarlılığına sahip bireylerin kişisel gelişimlerinin, benlik saygılarının, hedefleri gerçekleştirme olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tomlinson, vd., 2015).

Alanyazın incelendiğinde algılanan partner duyarlılığı etkin dinleme gibi

kişilerarası faktörlerden de etkilenmektedir (Itzhakov ve Reis, 2023). Itzhakov ve Weinstein (2021) yüksek kaliteli dinlemenin (dikkatli, empatik ve yargılayıcı olmayan) konuşmacıda benlik saygısını ve özerkliği artırdığını ifade etmişlerdir. Itzhakov, vd. (2021) daha sonra geliştirdikleri modelde partnerin bireyi etkin bir şekilde dinlemesinin (yansıtma, açık uçlu sorular sorma, kafa sallama gibi sözel ve sözel olmayan ifadeler) bireydeki (konuşmacı) algılanan partner duyarlılığını artırabileceğini göstermişlerdir. Algılanan partner duyarlılığına bağlı olarak da bireyde yüksek benlik saygısı, özerklik gibi olumlu etkiler ortaya çıkabilmektedir (Itzhakov, vd., 2021). Fakat bu model kişilerarası bir süreci kapsadığı için ilişkiseldir. Başka bir deyişle iletişim süreci içerisinde iki kişi arasındaki karşılıklı alışverişte algılanan partner duyarlılığı benlik saygısını artıracak gibi düşük benlik saygısına sahip bireylerin duyarlılığı algılamaları düşük olabilir (Itzhakov, vd., 2021). Bireyin bu benliğine yönelik değerlendirmeleri öz yeterlik inançlarıyla, daha spesifik olarak romantik ilişkilerde öz yeterlik inancıyla ilişkili olabilir. Partnerini daha duyarlı algılaması onun öz yeterlik inançlarına etki edebilir ya da romantik ilişkilerde düşük öz yeterliliği olan bireyler partner duyarlılığına ilişkin daha olumsuz değerlendirmelere sahip olabilir. Alanyazın incelendiğinde iki değişkenin beraber incelendiğini bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut çalışmanın alanyazındaki bu boşluğu doldurması hedeflenmektedir.

Araştırmanın bu bölümünde algılanan partner duyarlılığının tanımı yapılmış, kuramsal modelleri açıklanmış ve ilgili çalışmalara yer verilerek mevcut çalışmadaki önemine değinilmiştir. Bir sonraki bölümde araştırmanın diğer bir değişkeni olan romantik ilişkilerde öz yeterliğin kuramsal çerçevesi açıklanacak ve ilgili çalışmalara yer verilecektir.

2.3. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik

Bandura (1986) sosyal bilişsel teorisinde öz yeterliğin temelini bireyin belirli davranışları ya da belirli görevleri yerine getirme konusundaki algılanan yeteneği şeklinde belirtmiştir. Bu doğrultuda öz yeterlik “Kişinin belirli kazanımları ortaya koymak için gerekli olan eylemleri organize etme ve yürütme yeteneklerine olan inançları” şeklinde tanımlanmaktadır (Bandura, 1997: 3). Bununla birlikte öz yeterliğin herkes için geçerli tek bir kişisel özellik olmadığı, çeşitli alanlara, durumlara, bireyin kişilik özelliklerine göre farklılaşabileceği ifade edilmektedir (Bandura, 1997). Benlik saygısı, duyguların kontrolü, kişiler arası yeterlik ve psikolojik sağlık öz yeterlik ile pozitif yönde ilişkili kavramlardır (Bandura, 1994). Araştırmacılar buradan yola çıkarak kişisel ihtiyaçları ve incinmeleri ifade etme, partnerine rahatlık ve bakım sağlama, öfke ve kıskançlık duygularını uygun şekilde kontrol etme ve partneriyle açıkça iletişim kurma gibi ilişkilerde algılanan yetenekleri ele almıştır (Lopez ve Lent, 1991). Daha sonraki araştırmalarda partnerlerin duygu, düşünce ve davranışlarını karşılıklı bilme sürecini kapsayan yakın ilişkilerde dikkat (minding the close relationship) teorisi (Harvey ve Omarzu, 1999) ve bağlanma kuramı çerçevesinde bakım arama yeteneği, bakım verme yeteneği, özerk bir benlikle rahat hissetme yeteneği ve müzakere etme yeteneği gibi romantik ilişkileri sürdürmede daha karmaşık beceriler ve süreçler ele alınmıştır (Cassidy, 2001). Buna ek olarak Raghavan vd. (2005) ilişki içerisinde kişisel haklar talep etme becerisini de ek bir beceri olarak tarif etmiştir. Lopez, vd. (2007) sonraki çalışmalarında bu beceri ve süreçleri ele alarak ilişkilerdeki öz yeterliliği ayrışma (*differentiation*), duygusal kontrol (*emotional control*) ve karşılıklılık (*mutuality*) altında incelemiştir. *Ayrışma* bireyin kişisel ihtiyaçlarını açıkça ortaya koyma ve kişilerarası sınırları koruyabilme konusundaki özgüvenini; *duygusal kontrol* bireyin potansiyel olarak sinir bozucu partner davranışları ve/veya ilişkisi ile ilgili hoş olmayan durumları yapıcı bir şekilde yönetme konusundaki yeterliğine olan inançlarını; *karşılıklılık* ise bireyin bakım ve desteği hem tahmin etme hem de karşılıklı olarak bunları alma ve verme yeteneğine ilişkin özgüven değerlendirmelerini ifade etmektedir. *Karşılıklılık* yeteneğinin özellikle partnerin ihtiyaçlarına duyarlılıkla benzer olması bu araştırma için önemli olduğu düşünülmektedir. Lopez, vd. (2007) romantik ilişkilerde öz yeterliği daha çok

ilişki çerçevesinde ele alarak özel bir kişiye yönelik inançları değerlendirmiştir (örneğin ‘partnerimin desteğine ihtiyacı olduğunu tahmin edebilirim’, ‘üzgün ya da sinirli olduğunda partnerim ile ilgilenirim). Riggio vd. (2011) daha sonraki çalışmasında özel bir kişiden bağımsız olarak romantik ilişkilerde öz yeterliği daha geniş bir çerçevede ele almıştır (örneğin ‘Bazen çok fazla emek isteyen romantik ilişkilere dahil olmaktan kaçınırım’, ‘İyi bir romantik partner olma konusunda yeteneklerime güvenmiyorum’). Bu kavramsallaştırmanın benliğin bir yönünü yansıtması açısından daha güçlü olduğu düşünülmektedir (Riggio, vd., 2013).

Bireyin romantik ilişkilerine kendini yeterli hissetmesi, yeteneklerine güvenmesi kişisel mutluluk ile ilişkilidir. Yapılan bir araştırmada üniversite öğrencisi katılımcılardan bağlanma stilleri, benlik saygısı, psikolojik sıkıntı, öznel mutluluk, romantik ilişkilerde öz yeterlik hakkında veri toplanmıştır. Sonuçlar ilişkilerinde kaygı duymayan ve romantik ilişkilerindeki çeşitli durumları yönetmede kendini daha yeterli hisseden bireylerin daha az psikoloji sıkıntı gösterdiği, benlik saygıları ve öznel mutluluklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Weisskirch, 2017).

Alanyazın incelendiğinde romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişkili önemli değişkenlerden biri ilişki doyumdur. Weiser ve Wiegel (2016) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada ilişki sürdürme davranışlarının (pozitiflik, açıklık, güvenceler, sosyal ağlar, görev paylaşımı) ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde öz yeterliğe aracılık ettiğini bulmuşlardır. Ayrıca ilişkiyi sürdürme davranışları çok olan bireylerin kendilerini romantik ilişkide daha yeterli gördükleri bulunmuştur. Türkiye’de yapılan çeşitli çalışmalarla da romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişki doyumu arasındaki ilişki desteklenmiştir (Ogan ve Öz Soysal, 2022; Gündüz ve Karataş, 2020; Yılmaz, vd. 2023). Bu sonuçlar Fincham vd. (2000)’ın evli çiftlerde çatışma yönetmedeki yeterliğin ilişki doyumu ile pozitif yöndeki ilişkisini ortaya koyduğu çalışma sonucu ve Riggio vd. (2013)’nin romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde öz yeterlik ve ilişki doyumu arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi ortaya koyduğu çalışma sonucu ile de tutarlıdır. Bir çalışmada dış stres (ilişki dışı stres) ile ilişki memnuniyeti arasındaki ilişkide ilişki öz yeterliğinin aracı rolüne bakılmış ve düşük stres, yüksek öz yeterlik ve yüksek ilişki memnuniyeti ile ilişkide olduğu bulunmuştur (Bahun ve Huic, 2017). Başka bir çalışmada ise bağlanma stilleri ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiye, bireyin partnerine bakım verme ve ondan bakım alma yeteneğine

olan inancının aracılık ettiği bulunmuştur (Julal Cnossen, vd., 2019). Bunlara ek olarak Cui, vd. (2008) tarafından yapılan çalışmada, yüksek ilişki etkinliğinin (bireyin partneriyle olan problemleri çözme becerisine olan inancı) yüksek ilişki kalitesi (ilişki doyumunu ölçen maddelerden türetilmiştir) ile ilişkide olduğu bulunarak alanyazın desteklenmiştir.

Romantik ilişkilerde öz yeterliliğin bağlanma stilleri ile ilişkisini inceleyen çeşitli çalışmalar vardır. Üniversite ğrencileri ile yapılan bir çalışmada daha fazla öz yeterlik bildiren katılımcıların aynı zaman ilişkilerinde daha az kaçınma ve güvensizlik bildirdikleri bulunmuştur (Lopez, vd., 2007; Cabeldue ve Boswell, 2012). Bağlanma stillerini inceleyen bir başka çalışmada güvensiz bağlanmanın partnere bakım verme ve partnerden bakım arama davranışlarında bulunma yeteneklerine daha az güvenle ve bundan dolayı düşük ilişki memnuniyetiyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Julal Cnossen, vd. 2019). Üniversite ğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada ise düşük bağlanma kaygısı gösteren bireylerin daha fazla yeterlik algısı olduğu ve daha az psikolojik sıkıntı yaşadıkları bulunmuştur (Weisskirch, 2017). Güvensiz bağlanmanın öz yeterlik ile olan bu ilişkisi bireyin kendisine yönelik olumsuz zihinsel temsilleri ile ilişkili olabilir. Bağlanma nesnesi tarafından ihtiyaçları yeterince karşılanmayan bireyler hem kendisine hem de çevresine yönelik olumsuz zihinsel temsiller oluşturabilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2003). Başka bir deyişle güvensiz bağlanan bireyler kendileri ile oluşturdukları olumsuz zihinsel temsiller sebebiyle düşük öz yeterlik gösteriyor olabilirler. Fakat söz konusu çalışmalar ilişkisel olduğu için böyle bir neden sonuç ilişkisi kurulamamaktadır. Bu sebeple bağlanma stilleri ve romantik ilişkilerdeki öz yeterliği ele alan deneysel çalışmalara ihtiyaç vardır.

Alanyazında romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilgili çalışma sayısı görece yetersiz olsa da yapılan araştırmalar mevcut çalışma için önemli gözükmektedir. Güvensiz bağlanan bireylerdeki yüksek RİOOKB (Doron vd., 2012a) ve düşük romantik ilişkilerde öz yeterlik (Julal Cnossen vd., 2019) RİOOKB ve romantik ilişkilerde öz yeterlik arasındaki olası ilişkiye işaret edebilir. Daha spesifik olarak romantik ilişki alanında düşük öz yeterliğe sahip bireylerin RİOOKB'si daha fazla olabilir. Bununla beraber daha önce bahsedildiği gibi OKB ile ilişkili semptomlar büyük oranda benliğin görece hassas ve zayıf alanlarıyla ilişkilidir ve bu alanlar girici

düşüncelere çok daha açık haldedir (Doron ve Kyrios, 2005). Dahası, Salkovskis (1985) tarafından belirtildiği gibi bireyin için önemli benlik alanındaki olumsuz yargılamalar saplantılı düşünceleri artırabilir. Özellikle benliğin romantik ilişkiler alanında hassas bireylerin öz yeterliliklerine yönelik olumsuz yargılamaları, onları girici düşüncelere karşı daha savunmasız hale getiriyor olabilir. Buradan yola çıkarak mevcut araştırmanın amaçlarından biri de bu noktaya ışık tutmaktır. Bandura (1994)'nın belirttiği gibi benlik saygısı ve öz yeterlik pozitif yönde ilişkili kavramlardır ve hatta araştırmacılar bu iki kavramın ayırmanın zor olduğunu belirtmektedir (Stanley ve Murphy, 1994; Judge vd., 2002). Alanyazın incelendiğinde özel olarak bu romantik ilişkilerdeki öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle mevcut çalışma ile alanyazına önemli bir katkı sağlaması amaçlanmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde çalışmanın türü, örneklem, veri toplama araçları, işlem ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Çalışmanın Türü

Bu çalışma deneysel bir düzeneğe sahip olmayıp korelasyonel (ilişkisel) olarak tasarlanmıştır. Korelasyonel çalışmalar değişkenler arasındaki neden sonuç ilişkilerinden ziyade onların birlikte değişimlerine odaklanmaktadır (Erkuş, 2013).

3.2. Örneklem

Çalışmaya basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen ve yaşları 18 ile 50 arasında değişen 595 kişi katılmıştır. “Bir romantik ilişki içerisinde bulunuyor olmak” kriteri nedeniyle 36 kişinin verisi veri setinden çıkarılmıştır. “Bir psikiyatrik tanısı olmamak” kriteri nedeniyle ise dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu bildiren 6 kişi, anksiyete bozukluğu bildiren 22 kişi, atipik otizm bildiren 1 kişi, depresif bozukluk bildiren 16 kişi, bipolar bozukluk bildiren 3 kişi, borderline kişilik bozukluğu bildiren 1 kişi, obsesif kompulsif bozukluk bildiren 2 kişi, travma sonrası stres bozukluğu bildiren 1 kişi, öfke kontrol bozukluğu bildiren 1 kişi, uyku bozukluğu bildiren 1 kişi ve psikiyatrik tanısı olduğunu belirtip hangi tanıyı aldığını belirtmeyen 3 kişi olmak üzere toplamda 58 kişinin verisi veri setinden çıkarılmıştır. Çalışma geriye kalan 501 kişi ile yürütülmüştür. Bunların 285’i kadın (%56.9), 216’sı erkektir (%43.1). 172 kişi evli/birlikte yaşamaktadır (%34.3), 23 kişi nişanlıdır (%4.8), 237 kişi flört/sevgilidir (%47.3) ve 68 kişi uzak mesafeli flört/sevgilidir (%13.6). Katılımcıların ay olarak ilişki sürelerine bakıldığında 1 ile 300 arasında değiştiği görülmektedir (ranj = 299). Katılımcıların 25’i düşük eğitim seviyesi (%5), 345’i orta eğitim seviyesi (%68.9), 131’i yüksek eğitim seviyesi (%26.1) grubundadır. Sosyoekonomik düzeylere bakıldığında ise katılımcılardan 8’i alt gelir grubunda (%1.6), 72’si alt orta gelir grubunda (%14.4), 270’i orta gelir grubunda (%53.9), 136’sı orta üst gelir grubunda (%27.1), 15’i ise üst gelir grubunda (%3) kendini tanımlamıştır. Sonuçlar Tablo 3.1’de gösterilmektedir.

Demografik Değişkenler	n	%	min.	max.	ranj
Yaş	501		18	50	32
İlişki süresi (ay)	501		1	300	299
Cinsiyet					
Kadın	285	56.9			
Erkek	216	43.1			
İlişki Türü					
Evli/Birlikte Yaşama	172	34.3			
Nişanlı	23	4.8			
Flört/Sevgili	237	47.3			
Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	13.6			
Eğitim Düzeyi					
Düşük	25	5			
Orta	345	68.9			
Yüksek	131	26.1			
Sosyoekonomik Düzey					
Alt	8	1.6			
Alt Orta	72	14.4			
Orta	270	53.9			
Orta üst	136	27.1			
Üst	15	3			
Toplam	501	100			

Tablo 3.1

Katılımcıların Demografik Bilgileri

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri Türkiye’de yaşayan ve romantik ilişkisi olan katılımcılardan toplanmıştır. Veri toplama araçları Google Formlar aracılığıyla düzenlenerek internet yoluyla ve yüz yüze katılımcılara ulaştırılmıştır. İlk katılımcı 22.03.2023, son katılımcı 29.05.2023 tarihinde çalışmaya katılmıştır. İlk olarak araştırmanın kimler tarafından yürütüldüğü, çalışmanın amacı ve süresi, gönüllü katılım ve ayrılma koşulları gibi çalışma ile ilgili temel bilgilendirmelerin bulunduğu onam formu katılımcılara sunulmuştur (EK 1). Daha sonra sırasıyla Demografik Bilgi Formu (EK 2), Romantik

İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ) (EK 3), Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ) (EK 4), Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ) (EK 5) katılımcılara verilmiştir.

3.4. Veri Toplama Araçları

3.4.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmanın ölçekleri doldurulmadan önce araştırmacı tarafından çalışmanın amaçlarına uygun olarak hazırlanan Demografik Bilgi Formu katılımcılara sunulmuştur. Formda katılımcılardan cinsiyet, yaş, hangi ülkede yaşandığı, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, romantik ilişkinin varlığı, ilişki süresi, ilişki türü, psikiyatrik tanı ve ilaç kullanımının bulunup bulunmaması hakkında bilgi vermeleri istenmiştir. Demografik Bilgi Formu EK 2’de gösterilmiştir.

3.4.2. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)

Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (Relationship Obsessive Compulsive Inventory), Doron vd. (2012a) tarafından, kişinin partnerine olan duygularına, partnerinin ona olan duygularına ve ilişkinin doğruluğuna yönelik obsesif kompulsif belirti düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş 12 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek maddeleri 0 'Bana hiç uygun değil' ve 4 'Bana çok uygun' arasında 5'li Likert yapıda değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanların yükselmesi, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyinin de yükseldiğini göstermektedir. Ölçek 3 alt boyuta sahiptir. Bunlar; partnere duyulan sevgi, partner tarafından sevilme ve ilişki “doğruluğu”dur. Genel popülasyonda romantik ilişkisi olan 333 yetişkin katılımcı ile gerçekleştirilen çalışmada ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alfa katsayıları ölçeğin bütünü için .93, Partnere Duyulan Sevgi alt ölçeği için .84, Partner Tarafından Sevilme alt ölçeği için .87, İlişkinin Doğruluğu alt ölçeği için .79 bulunmuştur. Bulgular ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğunu göstermiştir (Doron vd., 2012a).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Trak ve İnöz (2017) tarafından yapılmıştır. 12 maddeye ek olarak 2 tane de kontrol maddesi eklenmiştir. RİOKÖ'nün iç tutarlılığına ilişkin Cronbach Alfa katsayıları ölçeğin bütünü için .89, Partnere Duyulan Sevgi alt ölçeği için .73, Partner Tarafından Sevilme alt ölçeği için .83, İlişkinin Doğruluğu alt ölçeği için .78 bulunmuştur. Bulgular, ölçeğin Türk örnekleme

için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışmada ise Cronbach Alfa katsayıları ölçeğin tamamı için .90, Partnere Duyulan Sevgi alt ölçeği için .82, Partner Tarafından Sevilme alt ölçeği için .77, İlişkinin Doğruluğu alt ölçeği için .79 bulunmuştur (EK 3).

3.4.3. Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ)

Bireyin romantik partnerinden algıladığı anlayış, kabul ve özeni değerlendirmek amacıyla Reis ve Carmichael (2006) tarafından geliştirilen ölçek 18 maddeden oluşmaktadır ve 9'lu Likert yapıya (1 'tamamen katılmıyorum' ve 9 'tamamen katılıyorum') sahiptir. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek algılanan partner duyarlılığına işaret etmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .91 ve .98 arasında değişmektedir (Reis ve Carmichael, 2006).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Taşfiliz vd. (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek 18 maddelik 9'lu likert yapısını korumuştur. Türkçe versiyonu için Cronbach Alpha katsayısı .91'dir. Bulgular, ölçeğin Türk örneklemini için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışmada ise Cronbach Alfa katsayısı ölçeğin tamamı için .96'dır (EK 4).

3.4.4. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ)

Bireyin eş/sevgili olarak romantik ilişkilerde kendisinden beklenen görevleri yerine getirme yeteneğine yönelik inançları ölçen Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği Riggio, vd. (2011) tarafından geliştirilmiştir. 12 maddeden oluşan ölçek 9'lu likert (1 'kesinlikle katılmıyorum', 9 'tamamen katılıyorum') yapıdadır. Ölçek 2 faktöre sahiptir. Olumsuz öz yeterlik faktörü olumsuz yazılmış olup bireyin yeteneklerini ve kişisel zorluklarını içeren yargılardan oluşmaktadır ve maddeleri ters kodlanmaktadır. Olumlu öz yeterlik faktörü ise olumlu yazılmış olup bireyin ilişkideki sorumluluklarını gerçekleştirme devamlılığını ifade etmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek romantik ilişkilerde öz yeterliğe işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .89 olarak bulunmuştur (Riggio, vd., 2011).

Ölçeğin Türk örneklemini için geçerlik güvenirlik çalışması Öz Soysal, vd. (2019) tarafından yapılmıştır. 12 maddeden oluşan 9'lu likert yapısını koruyan ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Bu değer olumlu öz yeterlik alt ölçeği için .91, olumsuz öz yeterlik alt ölçeği için .96 olarak bulunmuştur. Bulgular,

ölçeğin Türk örneklemini için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışmada ise Cronbach Alfa katsayıları ölçeğin tamamı için .87, olumsuz öz yeterlik faktörü için .90, olumlu öz yeterlik faktörü için .57 bulunmuştur (EK 5).

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde Statistical IBM Package for Social Science (SPSS) 26 kullanılmıştır. Demografik bilgiler için frekans analizi yapılmış, normallik analizi için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda çeşitli değişkenler açısından romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyleri bakımından fark olup olmadığını değerlendirmek amacıyla bağımsız örneklem t test, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), tek yönlü MANOVA, Tukey testi kullanılmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyonel ilişkileri belirlemek amacıyla Spearman ve Pearson korelasyon katsayılarından faydalanılmıştır. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin yordayıcılarını belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Önerilen kuramsal modeli test etmek amacıyla SPSS 26 programında Process Macro eklentisiyle model 1 kullanılarak moderatör değişken analizi yapılmıştır.



4. BULGULAR

Bu bölümde, daha önceki belirtilen araştırma hipotezlerini test etmek amacıyla yapılan istatistiksel analizlerin bulgularına yer verilmiştir.

4.1. Verilerin Normal Dağılıma Uygunluğunun İncelenmesi

Normallik testinde verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında olması psikometrik amaç için mükemmel kabul edilmesine karşın -2 ile +2 arasındaki değerler de kabul edilebilmektedir (George ve Mallery, 2022). Bu çalışmada yapılan normallik testi sonucunda çalışmada kullanılan ölçekler için çarpıklık basıklık değerleri -1,5 ve +1,5 arasında olduğu bulunmuştur (Tablo 4.1). Demografik değişkenlerde ise bazı değişken gruplarında katılımcı sayıları az olduğu için yeniden düzenleme yapılmıştır. Araştırmada kullanılan eğitim düzeyi değişkeni düşük (okuryazar, ilkokul, ortaokul, lise), orta (önlisans, lisans) ve yüksek (yüksek lisans, doktora) olmak üzere 3 grupta yeniden düzenlenmiştir. Demografik değişkenler için yapılan normallik testinde ise yaş değişkeni hariç diğer değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ile +2 arasında değişmektedir.

	Çarpıklık		Basıklık	
	İstatistik	Standart hata	İstatistik	Standart hata
RİOKÖ	1.28	.11	1.17	.22
APDÖ	-1.28	.11	1.52	.22
RİÖYÖ	.73	.11	.10	.22

Tablo 4.1

Araştırma Değişkenleri İçin Normallik Testi Sonuçları

Not. RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği

4.2. Ölçeklere Verilen Yanıtların Minimum, Maksimum, Ortalama, Standart Sapma, Varyans ve Ranj Değerleri

Katılımcıların Romantik İlişki Obsesyon Kompulsiyonları Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalamalarına bakıldığında tüm ölçek için $X = 28.69$, $SS = 8.29$, partnere duyulan sevgi alt boyutu için $X = 6.45$, $SS = 3.32$, ilişki “doğruluğu” alt boyutu için $X = 7.93$, $SS = 3.67$, partner tarafından sevilme alt boyutu için ise $X = 6.87$, $SS = 3.41$

olduğu görülmüştür.

Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği'nden alınan puanların ortalamalarına bakıldığında ise $X = 129.60$, $SS = 26.17$ olduğu görülmüştür.

Son olarak Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği'nden alınan puanların ortalamalarına bakıldığında tüm ölçek için $X = 76.19$, $SS = 18.49$, olumlu öz yeterlik alt boyutu için $X = 16.39$, $SS = 4.94$, olumsuz öz yeterlik alt boyutu için ise $X = 59.81$, $SS = 16.55$ olduğu görülmüştür (Tablo 4.2).

	Min.	Maks.	Ort.	Standart Sapma	Varyans	Ranj
RİOKÖ	14	63	28.69	8.29	68.70	49
Partnere duyulan sevgi	4	18	6.45	3.32	11.02	14
İlişki "doğruluğu"	4	20	7.93	3.67	13.47	16
Partner tarafından sevilme	4	20	6.87	3.41	11.61	16
APDÖ	28	162	129.60	26.17	684.92	134
RİÖYÖ	12	108	76.19	18.49	341.78	96
Olumlu öz yeterlik	3	27	16.39	4.94	24.37	24
Olumsuz öz yeterlik	9	81	59.81	16.55	273.92	72

Tablo 4.2

Ölçeklere Verilen Yanıtların Minimum, Maksimum, Ortalama, Standart Sapma, Varyans ve Ranj Değerleri

Not. RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Özyeterlik Ölçeği

4.3. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

Bu bölümde araştırma değişkenlerinin sosyodemografik özellikler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek amacıyla yapılan analizlerin sonuçları verilmiştir.

Araştırma değişkenleri ilk olarak cinsiyet açısından incelenmiştir. Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamında kadın ve erkeklerin test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur [$t(499) = 3.89$, $p < .001$]. Kadınlar ($M = 2.13$, $SS = .63$) erkeklere ($M = 1.93$, $SS = .51$) göre daha yüksek test puanlarına sahiptir. Kovaryans matrisi eşitliği

sağlanmaması nedeniyle alt boyutlara da bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde tümünde anlamlı bir fark bulunmuştur. Partnere duyulan sevgi alt boyutunda kadınlar ($M = 1.68$, $SS = .89$) erkeklere ($M = 1.52$, $SS = .74$) göre daha yüksek test puanlarına sahiptir [$t(499) = 2.14$, $p < .005$]. Partner tarafından sevilme alt boyutunda kadınlar ($M = 1.84$, $SS = .93$) erkeklere ($M = 1.56$, $SS = .71$) göre daha yüksek test puanlarına sahiptir [$t(499) = 3.66$, $p < .001$]. Son olarak ilişkinin doğruluğu alt boyutunda kadınlar ($M = 2.15$, $SS = .98$) erkeklere ($M = 1.76$, $SS = .77$) göre daha yüksek test puanlarına sahiptir [$t(499) = 4.83$, $p < .001$].

Algılanan partner duyarlılığının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda anlamlı bir fark bulunmuştur [$t(499) = -2.10$, $p < .05$]. Erkeklerin ölçekten aldıkları puanlar ($M = 7.08$, $SS = 1.52$) kadınların aldıkları puanlara göre ($M = 7.36$, $SS = 1.35$) anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

	Kadın		Erkek		<i>t</i>	<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SS</i>	<i>M</i>	<i>SS</i>		
RİÖKÖ	2.13	.63	1.93	.52	3.89***	
Partnere duyulan sevgi	1.68	.89	1.52	.74	2.14**	
Partner tarafından sevilme	1.84	.93	1.56	.71	3.66***	
İlişki “doğruluğu”	2.15	.98	1.76	.77	4.83***	
APDÖ	7.08	1.52	7.36	1.35	-2.10*	
RİÖYÖ	6.37	1.61	6.32	1.45	.42	
Olumlu öz yeterlik	5.36	1.65	5.59	1.63		2.35
Olumsuz öz yeterlik	6.71	1.89	6.56	1.77		.87

Tablo 4.3

Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyetler Açısından İncelenmesine İlişkin T Test ve Tek Yönlü MANOVA Analizi Sonuçları

Not. RİÖKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği

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

Romantik ilişkilerde öz yeterliğin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda kadınların ölçekten aldıkları puanlar ($M = 6.37$, $SS = 1.61$) ile erkeklerin aldıkları puanlar arasında ($M = 6.32$, $SS = 1.45$) anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(499) = .42$, $p > .05$]. Kovaryans matrisi eşitliği sağlanması nedeniyle alt boyutlar için tek yönlü MANOVA analizi uygulanmıştır. Olumlu öz yeterlik alt boyutunda kadınların aldıkları puanlar ($M = 5.36$, $SS = 1.65$) ile erkeklerin aldıkları puanlar arasında ($M = 5.59$, $SS = 1.63$) anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$F(2,498) = 2.35$, $p > .05$]. Olumsuz öz yeterlik alt boyutunda ise kadınların aldıkları puanlar ($M = 6.71$, $SS = 1.89$) ile erkeklerin aldıkları puanlar arasında ($M = 6.56$, $SS = 1.77$) anlamlı bir fark bulunamamıştır [$F(2,498) = .87$, $p > .05$]. Sonuçlar Tablo 4.3'te gösterilmiştir.

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre araştırma değişkenlerinden aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ölçeklerin tamamı için tek yönlü varyans analizi ve kovaryans matrisi eşitliği sağlanması nedeniyle sadece romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin alt boyutları için tek yönlü MANOVA analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamında ($F(2,498) = 1.21$, $p = .30$), partnere duyulan sevgi alt boyutunda ($F(2,498) = .93$, $p = .40$), partner tarafından sevilme alt boyutunda ($F(2,498) = 2.05$, $p = .13$), ilişkinin doğruluğu alt boyutunda ($F(2,498) = .90$, $p = .41$); algılanan partner duyarlılığı ölçeğinde ($F(2,498) = .08$, $p = .93$); romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamında ($F(2,498) = .79$, $p = .45$) ve olumsuz öz yeterlik alt boyutunda ($F(2,498) = 2.07$, $p = .13$) eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sadece romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin olumlu öz yeterlik alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2,498) = 4.48$, $p < .05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey testi yapılmıştır. Test sonucunda düşük eğitim durumundaki katılımcıların olumlu öz yeterlik alt boyutundan aldıkları puanların ($M = 6.28$, $SS = 1.35$) yüksek eğitim durumundaki katılımcıların aldıkları puanlardan ($M = 5.23$, $SS = 1.77$) anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.4).

Değişkenler	Düzyey	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>
RİOKÖ	Düşük	25	2.19	.78	1.21
	Orta	345	2.06	.59	
	Yüksek	131	2.00	.57	
Partnere duyulan sevgi	Düşük	25	1.83	.95	.93
	Orta	345	1.61	.82	
	Yüksek	131	1.59	.83	
İlişki “doğruluğu”	Düşük	25	2.14	.95	.90
	Orta	345	2.00	.93	
	Yüksek	131	1.90	.88	
Partner tarafından sevilme	Düşük	25	1.98	1.00	2.05
	Orta	345	1.73	.88	
	Yüksek	131	1.62	.73	
APDÖ	Düşük	25	7.27	1.35	.08
	Orta	345	7.21	1.48	
	Yüksek	131	7.16	1.42	
RİÖYÖ	Düşük	25	6.01	1.41	.79
	Orta	345	6.39	1.53	
	Yüksek	131	6.30	1.58	
Olumlu öz yeterlik	Düşük	25	6.28	1.35	4.48*
	Orta	345	5.49	1.60	
	Yüksek	131	5.23	1.77	
Olumsuz öz yeterlik	Düşük	25	5.92	1.83	2.07
	Orta	345	6.69	1.83	
	Yüksek	131	6.66	1.86	

Tablo 4.4

Araştırma Değişkenleri ve Eğitim Düzeyine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Not. RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyon Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz yeterlik Ölçeği.

* $p < .05$

Katılımcıların ilişki türlerine göre araştırma değişkenlerinden aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ölçeklerin tamamı için ve kovaryan matrisi eşitliği sağlanmaması nedeniyle tüm alt boyutlar için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Analizler sonucunda katılımcıların romantik ilişki obsesyon ve

kompulsiyonları ölçeğinde ($F_{(3,497)} = 6.95, p < .001$), partnere duyulan sevgi alt boyutunda ($F_{(2,498)} = 4.68, p < .01$), ilişkinin doğruluğu alt boyutunda ($F_{(3,497)} = 8.44, p < .001$), partnerden alınan sevgi alt boyutunda ($F_{(3,497)} = 4.90, p < .01$) anlamlı bir fark bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda ölçeğin tamamında flört/sevgili ($M = 2.14, SS = .62$) ve flört/sevgili (uzak mesafe) ($M = 2.12, SS = .62$) durumunda olan katılımcılar evli/birlikte yaşama durumunda olan katılımcılardan ($M = 1.89, SS = .48$); partnere duyulan sevgi alt boyutunda flört/sevgili durumunda olan katılımcılar ($M = 1.73, SS = .90$.) evli/birlikte yaşama durumunda olan katılımcılardan ($M = 1.43, SS = .67$); ilişkinin doğruluğu alt boyutunda flört/sevgili ($M = 2.12, SS = .99$) ve flört/sevgili (uzak mesafe) ($M = 2.21, SS = .94$) durumunda olan katılımcılar evli/birlikte yaşama durumunda olan katılımcılardan ($M = 1.71, SS = .69$); partnerden alınan sevgi alt boyutunda ise flört/sevgili durumunda olan katılımcılar ($M = 1.82, SS = .90$) evli/birlikte yaşama durumunda olan katılımcılardan ($M = 1.52, SS = .71$) daha yüksek puan almışlardır. Katılımcıların algılanan partner duyarlılığı ölçeğinden ($F_{(2,556)} = .85, p = .47$); romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamından ($F_{(3,497)} = .12, p = .95$), olumlu öz yeterlik alt boyutundan ($F_{(3,497)} = .55, p = .65$) ve olumsuz öz yeterlik alt boyutundan ($F_{(3,497)} = .27, p = .85$) aldıkları puanlarda ilişki durumuna göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuçlar Tablo 4.5’de gösterilmiştir.

Katılımcıların sosyoekonomik düzeylerine göre araştırma değişkenlerinden aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ölçeklerin tamamı için tek yönlü varyans analizi ve kovaryan matrisi eşitliği sağlanması nedeniyle tüm alt boyutlar için tek yönlü MANOVA analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamından ($F_{(4,496)} = 1.01, p = .40$), partnere duyulan sevgi alt boyutundan ($F_{(4,496)} = 1.63, p = .17$), ilişkinin doğruluğu alt boyutundan ($F_{(4,496)} = 1.66, p = .16$) partner tarafından sevilme alt boyutundan ($F_{(4,496)} = .32, p = .87$); algılanan partner duyarlılığı ölçeğinden ($F_{(4,496)} = 1.42, p = .23$); romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinden ($F_{(4,496)} = 1.99, p = .10$), olumlu öz yeterlik alt boyutundan ($F_{(4,496)} = 1.28, p = .28$) ve olumsuz öz yeterlik alt boyutundan ($F_{(4,496)} = 1.69, p = .15$) aldıkları puanlarda sosyoekonomik duruma göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuçlar Tablo 4.6’de gösterilmiştir.

Değişkenler	Düzy	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>
RİOKÖ	Evli/Birlikte Yaşama	172	1.89	.58	6.95**
	Nişanlı	24	2.09	.70	
	Flört/Sevgili	237	2.14	.62	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	2.12	.62	
Partnere duyulan sevgi	Evli/Birlikte Yaşama	172	1.43	.67	4.68*
	Nişanlı	24	1.72	.95	
	Flört/Sevgili	237	1.73	.90	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	1.66	.83	
İlişki “doğruluğu”	Evli/Birlikte Yaşama	172	1.71	.69	8.44**
	Nişanlı	24	1.93	1.10	
	Flört/Sevgili	237	2.12	.99	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	2.21	.95	
Partner tarafından sevilme	Evli/Birlikte Yaşama	172	1.52	.71	4.90*
	Nişanlı	24	1.85	.95	
	Flört/Sevgili	237	1.82	.90	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	1.81	.88	
APDÖ	Evli/Birlikte Yaşama	172	7.17	1.40	.75
	Nişanlı	24	7.10	1.75	
	Flört/Sevgili	237	7.29	1.43	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	7.01	1.52	
RİÖYÖ	Evli/Birlikte Yaşama	172	6.38	1.49	.12
	Nişanlı	24	6.20	1.83	
	Flört/Sevgili	237	6.33	1.58	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	6.39	1.44	
Olumlu öz yeterlik	Evli/Birlikte Yaşama	172	5.43	1.69	.55
	Nişanlı	24	5.79	1.93	
	Flört/Sevgili	237	5.42	1.56	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	5.59	1.74	
Olumsuz öz yeterlik	Evli/Birlikte Yaşama	172	6.70	1.75	.27
	Nişanlı	24	6.34	2.25	
	Flört/Sevgili	237	6.63	1.89	
	Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)	68	6.65	1.76	

Tablo 4.5

Araştırma Değişkenleri ve İlişki Türüne İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Not. RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyon Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz yeterlik Ölçeği.

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

Değişkenler	Düzey	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>
RİOKÖ	Alt	8	2.00	.60	1.01
	Alt orta	72	2.16	.68	
	Orta	270	2.02	.56	
	Orta üst	136	2.04	.60	
	Üst	15	2.19	.53	
Partnere duyulan sevgi	Alt	8	1.44	.86	1.63
	Alt orta	72	1.79	.98	
	Orta	270	1.57	.76	
	Orta üst	136	1.59	.88	
	Üst	15	1.97	.76	
İlişki “doğruluğu”	Alt	8	1.87	.82	1.66
	Alt orta	72	2.20	1.09	
	Orta	270	1.94	.87	
	Orta üst	136	1.94	.91	
	Üst	15	2.25	.82	
Partner tarafından sevilme	Alt	8	1.66	.68	.32
	Alt orta	72	1.79	.89	
	Orta	270	1.71	.83	
	Orta üst	136	1.68	.88	
	Üst	15	1.87	1.05	
APDÖ	Alt	8	7.20	1.73	1.42
	Alt orta	72	6.87	1.51	
	Orta	270	7.21	1.42	
	Orta üst	136	7.36	1.43	
	Üst	15	6.99	1.74	
RİÖYÖ	Alt	8	5.77	1.84	1.99
	Alt orta	72	6.06	1.62	
	Orta	270	6.35	1.48	
	Orta üst	136	6.59	1.57	
	Üst	15	5.93	1.71	
Olumlu öz yeterlik	Alt	8	5.13	1.22	1.28
	Alt orta	72	5.38	1.57	
	Orta	270	5.44	1.70	
	Orta üst	136	5.65	1.60	
	Üst	15	4.75	1.51	
Olumsuz öz yeterlik	Alt	8	5.99	2.32	1.69
	Alt orta	72	6.29	1.97	
	Orta	270	6.65	1.74	
	Orta üst	136	6.90	1.88	
	Üst	15	6.33	2.12	

Tablo 4.6

Araştırma Değişkenleri ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Not. RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyon Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz yeterlik Ölçeği.

Katılımcıların araştırma değişkenlerinden ve bu değişkenlerin alt boyutlarından aldıkları puanlar, yaş ve ilişki süreleri arasındaki ilişki korelasyon analizi yöntemi ile incelenmiştir. Korelasyon katsayıları .00 - .25 çok zayıf, .26 - .49 düşük, .50 - .69 orta, .70 - .89 yüksek, .90 – 1.00 çok yüksek aralıklarında değerlendirilmiş ve veriler bu aralıklara göre yorumlanmıştır (Sungur, 2016).

Katılımcıların araştırma değişkenlerinden aldıkları puanların yaş ile ilişkisini değerlendirmek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda yaş ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamı ($r(499) = -.14, p < .01, r^2 = .02$), ilişkinin “doğruluğu” alt boyutu ($r(499) = -.15, p < .01, r^2 = .02$), partner tarafından sevilme alt boyutu ($r(499) = -.12, p < .01, r^2 = .01$) arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur. Partnere duyulan sevgi alt boyutu ile yaş arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r(499) = -.06, p = .16, r^2 = .004$). Yaş ile algılanan partner duyarlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasındaki ilişkiye bakıldığında ise negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r(499) = -.09, p < .05, r^2 = .008$). Son olarak yaş ile romantik ilişkilerde öz yeterlik arasındaki ilişkiye bakıldığında ölçeğin tamamında ($r(499) = -.16, p < .01, r^2 = .03$), olumlu öz yeterlik alt boyutunda ($r(499) = -.10, p < .05, r^2 = .01$) ve olumsuz öz yeterlik alt boyutunda ($r(499) = -.15, p < .01, r^2 = .02$) negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur.

Katılımcıların ilişki süreleri ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için, verilerin normal dağılmaması sebebiyle Spearman sıralama korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Analiz sonucunda ilişki süresi ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamından ($r(499) = -.21, p < .01, r^2 = .04$), partnere duyulan sevgi alt boyutundan ($r(499) = -.21, p < .01, r^2 = .04$), partner tarafından sevilme alt boyutundan ($r(499) = -.17, p < .01, r^2 = .03$) ve ilişkinin doğruluğu alt boyutundan ($r(499) = -.18, p < .01, r^2 = .03$) alınan puanlar arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur. İlişkisi süresi ile algılanan partner duyarlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r(499) = .05, p > .05, r^2 = .04$). Ayrıca ilişki süresi ile romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamından alınan puanlar ($r(499) = .05, p > .05, r^2 = .04$), olumlu öz yeterlik ölçeğinden alınan puanlar ($r(499) = -.03, p > .05, r^2 = .001$) ve olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında da ($r(499) = .07, p > .05, r^2 = .005$) anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Katılımcıların araştırma değişkenlerinden aldıkları puanlar arasındaki istatistiksel ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden alınan puanlar ile romantik ilişkide öz yeterlik ölçeğinin tamamından ($r(499) = -.43, p < .01, r^2 = .18$) ve olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ($r(499) = -.45, p < .01, r^2 = .20$) negatif yönlü zayıf bir ilişki, olumlu öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ise negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r(499) = -.10, p < .05, r^2 = .01$). Partnere duyulan sevgi alt boyutundan alınan puanlar ile romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamından alınan puanlar arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r(499) = -.49, p < .01, r^2 = .24$), olumlu öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki ($r(499) = -.14, p < .01, r^2 = .02$), olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ise negatif yönlü orta düzey bir ilişki bulunmuştur ($r(499) = -.51, p < .01, r^2 = .25$). İlişkinin “doğruluğu” alt boyutundan alınan puanlar ile romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamından alınan puanlar arasında ($r(499) = -.43, p < .01, r^2 = .18$) ve olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ($r(499) = -.45, p < .01, r^2 = .20$) negatif yönlü zayıf bir ilişki, olumlu öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ise negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r(499) = -.11, p < .01, r^2 = .01$). Partner tarafından sevilme alt boyutundan alınan puanlar ile romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğinin tamamından alınan puanlar arasında ($r(499) = -.27, p < .01, r^2 = .07$) ve olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ($r(499) = -.49, p < .01, r^2 = .08$) negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Olumlu öz yeterlik alt ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r(499) = -.04, p > .05, r^2 = .001$).

Katılımcıların algılanan partner duyarlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar ile diğer ölçeklerden aldıkları puanlara bakıldığında romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tamamından ($r(499) = -.47, p < .01, r^2 = .22$), partnere duyulan sevgi alt boyutundan ($r(499) = -.46, p < .01, r^2 = .21$), ilişkinin doğruluğu alt boyutundan ($r(499) = -.48, p < .01, r^2 = .23$) ve partner tarafından sevilme alt boyutundan ($r(499) = -.44, p < .01, r^2 = .19$) alınan puanlar arasından negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeğine bakıldığında ise ölçeğin tamamından ($r(499) = .43, p < .01, r^2 = .19$), olumlu öz yeterlik alt ölçeğinden ($r(499) = .30, p < .01, r^2 = .09$) ve olumsuz öz yeterlik alt ölçeğinden ($r(499) = .39, p$

$<.01$, $r^2 = .15$) alınan puanlar arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlar Tablo 4.7’de gösterilmiştir.



Değişkenler	Ortalama	Standart sapma	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. İlişki süresi	48.79	58.39									
2.Yaş	27.33	6.43	.54**								
3.RİOKÖ	28.69	8.29	-.21**	-.14**							
4.Partnere duyulan sevgi	6.45	3.32	-.21**	-.06**	.88**						
5.Partner tarafından sevilme	6.87	3.41	-.17**	-.12	.82**	.59**					
6.İlişki “doğruluğu”	7.94	3.67	-.18**	-.15**	.89**	.75**	.65**				
7.APDÖ	129.60	26.17	.05	-.09*	-.47**	-.46**	-.44**	-.48**			
8.RİÖYÖ	6.35	1.54	.05	-.16**	-.43**	-.49**	-.27**	-.43	.43**		
9.Olumlu öz yeterlik	5.46	1.65	-.03	-.10*	-.10**	-.14**	-.04	-.11	.31**	.50**	
10.Olumsuz öz yeterlik	6.65	1.84	.07	-.15**	-.45**	-.51**	-.29	-.45	.39**	.97**	.26**

Tablo 4.7

Araştırma Değişkenleri, Yaş ve İlişki Süresine İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Korelasyon Analizi Sonuçlar

*Not.*RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği. APDÖ: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği. RİÖYÖ: Romantik İlişkilerde Öz yeterlik Ölçeği.

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

4.4. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordayıcılarına İlişkin Bulgular

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordayan değişkenleri incelemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizinin ilk basamağına araştırmanın demografik değişkenleri olan cinsiyet ($\beta = -.17, t = -3.76, p < .001$), yaş ($\beta = .03, t = .58, p > .05$), ilişki süresi ($\beta = -.21, t = -3.63, p < .01$) dahil edilmiş ve anlamlı bir etki bulunarak modelde toplam varyansın %0,6'sını açıkladığı görülmüştür. İkinci basamakta modele algılanan partner duyarlılığı eklenmiş ($\beta = -.47, t = -11.97, p < .001$) ve anlamlı bir etki bulunarak modelde toplam varyansın %27'sinin açıklandığı görülmüştür. Üçüncü basamakta modele romantik ilişkilerde öz yeterlik dahil edilmiş ($\beta = -.30, t = -7.39, p < .001$) ve anlamlı bir etki bulunarak modelde toplam varyansın %34'ünün açıklandığı görülmüştür (Tablo 4.8).

Değişkenler	β	sh	t	p	R^2	Düzeltilmiş R^2	sh	F Değişimi
1. Basamak					.07	.06	.57	11.76*
Cinsiyet	-.17	.05	-3.76	.000				
Yaş	.03	.01	.58	.56				
İlişki süresi	-.21	.00	-3.63	.01				
2. Basamak					.27	.27	.51	143.23*
Cinsiyet	-.11	.05	-2.89	.01				
Yaş	-.05	.01	-1.18	.24				
İlişki süresi	-.15	.00	-2.83	.01				
APD	-.47	.02	-11.97	.000				
3. Basamak					.35	.34	.48	54.64*
Cinsiyet	-.12	.04	-3.16	.002				
Yaş	-.13	.01	-2.52	.01				
İlişki süresi	-.10	.00	-2.03	.04				
APD	-.34	.02	-8.44	.000				
RİÖY	-.30	.02	-7.39	.000				

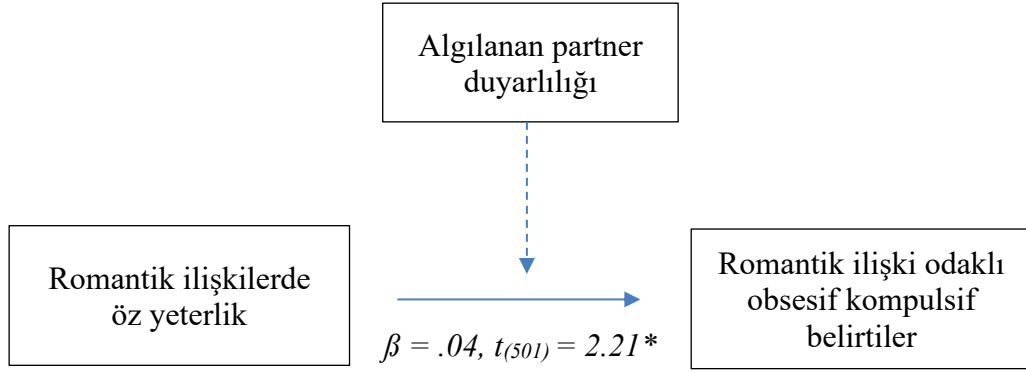
Tablo 4.8

Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonlarının Yordayıcılarına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Not. RİÖY=Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik, APD=Algılanan Partner Duyarlılığı, RİÖY=Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları, *p<.001

4.5. Moderatör (Düzenleyici) Değişken Analizlerine İlişkin Bulgular

Analizlerin bu bölümünde romantik ilişkilerde öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan partner duyarlılığının düzenleyici rolünün olup olmadığı incelenmiştir. Bunun için Hayes (2013) tarafından geliştirilen SPSS process eklentisi ile model 1 kullanılarak analiz gerçekleştirilmiştir.



Şekil 4.1

Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Önerilen Model

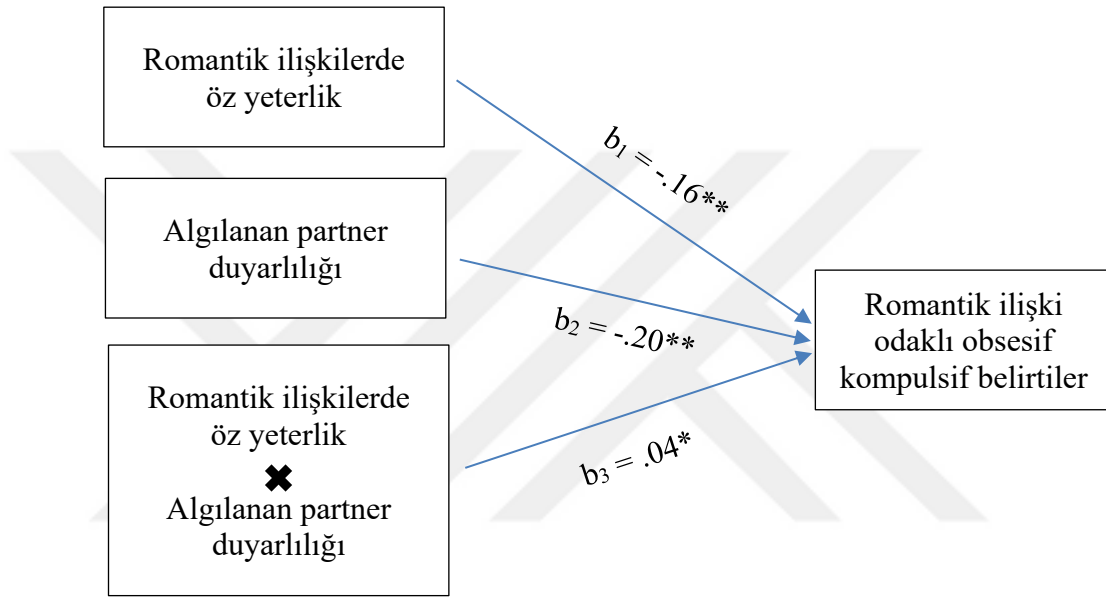
Not. Kesikli çizgi düzenleyici etkiyi göstermektedir.

* $p < .05$

Romantik ilişkilerde öz yeterlik ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan partner duyarlılığının düzenleyici rolünün test edildiği analizin sonuçları incelendiğinde, kurulan modelin bağımlı değişken olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki toplam varyansın %29'unu açıkladığı görülmektedir ($R^2 = .29$, $F_{(3,497)} = 67.73$, $p < .001$). Düzenleyici değişken etkisini incelemek amacıyla yapılan analiz sonucunda ise algılanan partner duyarlılığının düzenleyici etkisinin olduğu görülmektedir ($\beta = .04$, $t_{(501)} = 2.21$, $p < .05$). Ayrıca romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyi ve algılanan partner duyarlılığının etkileşimi modelde ilave olarak %0,7'lik bir değişimi açıklamaktadır ($F(1, 497) = 4.91$, $R^2_{\text{değişimi}} = .007$, $p < .05$), (Tablo 4.9, Şekil 4.1).

Romantik ilişkilerde öz yeterliğin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki direkt etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur ($b_1 = -.16$, $p < .001$; %95 BCCI = $-.21 - -.11$). Algılanan partner duyarlılığının romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde direkt etkisinin de anlamlı olduğunu ortaya konmuştur ($b_2 = -.20$, $p < .001$; %95 BCCI = $-.25 - -.15$). Benzer şekilde romantik ilişkilerde öz yeterlik ve algılanan partner duyarlılığının etkileşiminin de romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde anlamlı etkisinin olduğu bulunmuştur ($b_3 = .04$, $p < .05$; %95 BCCI = $.01 - .08$). Sonuçlar, romantik ilişkilerde öz yeterlik arttıkça

romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin azaldığını; bu ilişkinin bireylerin algıladıkları partner duyarlılığına göre değiştiğini göstermektedir. Bu ilişki, algılanan partner duyarlılığının yüksek olduğu durumlara göre düşük olduğunda daha güçlü olmaktadır. Başka bir deyişle romantik ilişkilerde öz yeterlik arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki azalış, algılanan partner duyarlılığının yüksek olduğu duruma göre düşük olduğunda daha fazla olmaktadır (Grafik 4.1, Şekil 4.2).



Şekil 4.2

Romantik İlişkilerde Öz Yeterliğin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisinde Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolü

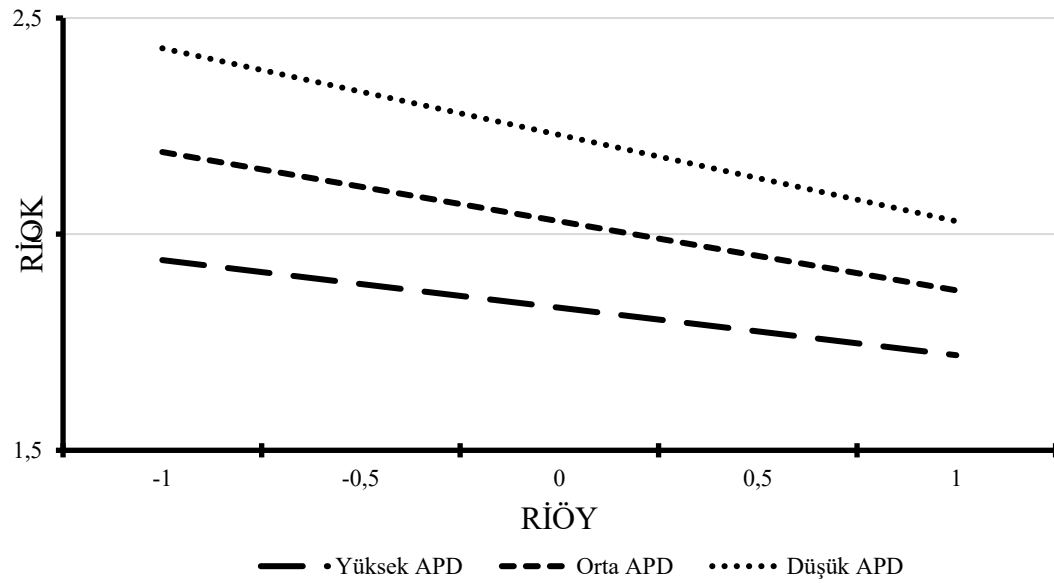
Not. * $p < .05$, ** $p < .001$

%95 Güven								
	β	sh	aralığı		t	p	R^2	F
			Düşük	Yüksek				
Model	.04	.02	.01	.08	2.21	.03*	.29	67.73
Sabit	2.03	.02	1.98	2.08	85.00	.000**		
RİÖY	-.16	.03	-.21	-.11	-6.31	.000**		
APD	-.20	.03	-.25	-.15	-7.72	.000**		

Tablo 4.9

Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Sonuçlar

Not. RİÖY= Romantik ilişkilerde öz yeterlik, APD=Algılanan partner duyarlılığı
*p<.05, **p<.001



Grafik 4.1

Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Eğim Analiz

Not. RİÖY=Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik, APD=Algılanan Partner Duyarlılığı, RİÖK=Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları



5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemek, algılanan partner duyarlılığının diğer iki değişken arasındaki düzenleyici gücüne bakmak ve çeşitli demografik değişkenlerin etkisini belirlemek olarak oluşturmuştur. Araştırmanın amacı doğrultusunda gerçekleştirilen analizlerin sonuçları ilgili alanyazın ışığında değerlendirilmiştir.

5.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu bölümde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin, algılanan partner duyarlılığının ve romantik ilişkilerde öz yeterliğin demografik değişkenlerle ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçları tartışılmıştır.

5.1.1. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilere İlişkin Bulguların Tartışılması

İlk olarak kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden ve tüm alt boyutlarından anlamlı bir şekilde daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Bu sonuç romantik ilişkilerde kadınların erkeklerden daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterdiğini ortaya koymaktadır. Alanyazındaki çalışmalara bakıldığında çoğu çalışmada cinsiyetler arasında bir fark görülmemiştir (Doron, vd., 2012a; Doron, vd., 2013; Trak, 2016; Doron, vd., 2016; Trak ve İnöz, 2017; Abak ve Güzel, 2021; Karahisar, 2021; Tunçel, 2021; Bakçepinar, 2019; Torosluoğlu, 2020; Balandı, 2022). Buna karşın erkeklerin partnere duyulan sevgi (Şentürk, 2021) ve partner tarafından sevilme (Yıldırım, 2018; Şentürk, 2021) alt boyutlarında daha fazla obsesif kompulsif belirti gösterdikleri çalışmalar da mevcuttur. Daha önce incelendiği gibi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler de diğer OKB türlerindeki obsesyon ve kompulsiyonlar gibi girici nitelikte, egodistonik ve rahatsız edici düşüncelerle beraber tekrarlayan işlevsiz davranışları içermektedir (Doron, vd., 2012a). Bununla birlikte romantik ilişkilerdeki obsesyon ve kompulsiyonlar diğer OKB türlerindeki semptomlar ile birlikte görünür olabilmektedir (Doron, vd., 2012a; Trak ve İnöz, 2017; Melli, vd., 2018a; Melli, vd., 2018b; Ghomian, vd., 2021). Bu nedenle OKB ve alt türleri ile ilişkili bilgiler romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler için bir fikir verebilir. 4045 çalışmanın gözden geçirildiği bir meta analiz çalışması kadınların erkeklere göre OKB için daha riskli

grup olduğunu göstermiştir (Fawcett, vd., 2020). OKB’de kadınların riskli grup olmasına rağmen alanyazın incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler için ulaşılan bu tutarsız sonuçlar cinsiyet faktörüne odaklanan daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların yaşları ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden aldıkları puanlara bakıldığında yaşın arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin azaldığı bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde yaşın arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerinin azaldığı (Doron, vd., 2012a; Trak ve İnöz, 2017; Trak, 2016; Toroslu, 2021; Şentürk, 2021), yaşın arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin arttığı (Tunçel, 2021) çalışmalar bulunmaktadır. Yaş ile ilişki ile ilgili birçok dinamik değişebileceği için daha ayrıntılı çalışmalar yapılabilir. Örneğin yaş arttıkça bireylerin ilişki türleri flört ya da sevgililikten daha çok evlilik şeklinde olabilmektedir. Bununla birlik yaş arttıkça ilişki kurulan kişi sayısı ve ilişkide bulunma süresi, artabilmektedir. Bu nedenle bireylerin ilişki deneyimleri değişebilmektedir. Bunlar gibi çeşitli faktörler göz önünde tutularak yaşın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkisini ele alan daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeylerine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuç alanyazındaki çoğu çalışma ile tutarlıdır (Doron, vd. 2012a, Trak, 2016; Trak ve İnöz, 2017; Yılmaz, 2020). Sadece Karahisar (2021) çalışmasında lisans grubundaki öğrencilerin diğer gruplara göre daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterdiğini bulmuştur. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere ilişkin bu sonuçlara karşın büyük çaplı kesitsel bir çalışma genel olarak OKB’de yüksek eğitim düzeyi ile yüksek OKB semptomlarını ilişkilendirmiştir (Lihua, vd., 2014). Bu sonuçlarla beraber mevcut çalışmada eğitim düzeylerindeki katılımcı sayılarının arasındaki dengesizlikler göz önüne alındığında romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler eğitim durumunu ele alan daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan ilişki türüne bakıldığında flört/sevgili durumunda olan katılımcıların evli/birlikte yaşama durumunda olan katılımcılardan daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterdiği bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde sevgili ve nişanlı durumunda olan katılımcıların evli katılımcılardan (Abak ve Güzel, 2021), partner tarafından sevilme alt boyutunda sevgili ve nişanlı durumundaki katılımcıların evli durumundaki katılımcılardan (Şentürk, 2021), ilişkinin doğruluğu alt boyutunda diğer durumdaki katılımcıların evli durumundaki katılımcılardan (Balandı, 2022) daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bildirdiklerini gösteren çalışmalar bulunmaktadır. İlişki türüne göre farklılaşmanın bulunmadığı çalışmalar da mevcuttur (Karahisar , 2021; Bakçepınar, 2019). Doron, vd. (2014b) tarafından belirtildiği ilişki ile ilgili kuşku ve şüpheler çoğunlukla ilişkinin başlarında başlamaktadır. Bununla ilişkili olarak evli katılımcıların genel olarak diğer gruptaki katılımcılardan daha az romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler göstermesinin bir sebebi zaten olumsuzluk yaşanmayan bir partnerle ilişkiye devam edilmesi ve evlilik sürdürülmesi şeklinde olabilir. Başka bir deyişle bireyler romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri çok daha az deneyimledikleri için evliliğe adım atıyor olabilir ve bu da doğal olarak evli bireylerde daha az belirtiyle ilişkilendirilebilir. Ayrıca daha önceki bulgulara ele alındığı gibi yaş arttıkça belirtiler de azalmaktadır (Doron, vd., 2012a; Trak ve İnözü, 2017; Trak, 2016; Toroslu, 2021; Şentürk, 2021). İleriki yaşlarda evliliğin daha fazla olması nedeniyle evli bireylerin daha az belirti göstermesinin sebebi yaş ve onunla ilişkili olarak ilişki sayısı, ilişki deneyimi gibi faktörler olabilir.

Bireyin sosyoekonomik düzeyi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Alanyazın incelendiğinde sadece tek bir çalışmada sosyoekonomik düzeyin ele alındığı ve o çalışmanın da mevcut çalışmadaki bulguları desteklediği görülmüştür (Yıldırım, 2018). Daha genel olarak OKB'ye bakıldığında, OKB'de çevresel risk faktörlerinin ele alındığı bir meta analiz çalışması sosyoekonomik düzey ile ilgili çelişkili sonuçlar ortaya çıkarmıştır (Brander, vd., 2016). Bu çelişki hem kesitsel hem kohort çalışmalarında araştırma tarihlerinden bağımsız olarak görülmüştür. Sosyoekonomik düzey ile beraber eğitim düzeyindeki farklılaşmalar, sosyal çevre, mükemmeliyetçilik, desteğe erişim imkânı ya da çeşitli kültürel faktörler bu çelişkili sonuçlar ile ilişkilendirilebilir. Bu nedenle sosyoekonomik düzey ve romantik ilişkilerdeki obsesyon ve kompulsiyonlar için etiyolojik açıdan daha güçlü çalışmalara ihtiyaç vardır.

Mevcut çalışmada ilişki süresi arttıkça bireylerin daha az romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuç alanyazında ulaşılan diğer çalışmalar ile de tutarlıdır (Trak, 2016; Trak ve İnöz, 2017; Tunçel, 2021; Bakçepinar, 2019; Şentürk, 2021). Buna karşın herhangi bir ilişkinin bulunamadığı çalışmalar da mevcuttur (Doron, vd. 2012a; Toroslu, 2020). Katılımcıların partnerlerini sevmeye, onlar tarafından sevilme ve ilişkilerinin iyi bir ilişki olduğuna inanma gibi ilişkide kalmalarını destekleyecek faktörlerin varlığı partnerleriyle ilişkide daha uzun süre kalmalarıyla ilişkili olabilir. Başka bir deyişle birey zaten kuşku ve şüpheleri olmadan iyi bir ilişkisi olduğunu düşünerek ilişkide bulunmayı sürdürüyor olması mevcut sonuçların bir açıklaması olabilir. Ayrıca bireyin daha uzun süre ilişkide bulunması partneriyle daha fazla birbirini tanımasına ve güven ortamının kurulmasına katkı sağlıyor olabilir.

5.1.2. Algılanan Partner Duyarlılığına İlişkin Bulguların Tartışılması

Yapılan analiz sonucunda erkeklerin kadınlardan daha fazla partnerlerinden duyarlılık algıladıkları bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde cinsiyetler arası farkın bulunamadığı (Tosyalı, 2018; Albayrak, 2021; Aslan, 2021; Sönmez, 2022; Yıldız, 2022; Ayluçtarhan, 2023; Gadassi, vd. 2016), kadınların erkeklerden daha fazla duyarlılık algıladığı (Balcı, 2020) ve tam tersi erkeklerin kadınlardan daha fazla duyarlılık algıladığı (Kurt, 2022) araştırmalar mevcuttur. Hangi cinsiyetin daha fazla duyarlılık gösterdiğine ilişkin çelişkili sonuçlar olsa da araştırmalar kadın ve erkeklerin algıladıkları duyarlılığı çeşitli şekillerde yorumladıklarını göstermektedir. Yapılan bir deneysel çalışmada eşler arası yakınlık için partnerinden duyarlılık algılanmanın rolünün kadınlar için daha önemli olduğu bulunmuştur (Laurenceau, vd., 2005). Buna karşın aynı çalışmada erkeklerde kendini açmanın partnerden duyarlılık algılamayla daha fazla ilişkili olduğu görülmüştür. Yeni tanışan çiftlerle yapılan bir başka çalışmada ise cinsel arzu için partnerden duyarlılık algılanmanın rolü erkeklerde daha fazla bulunmuştur. Başka bir ifade ile partnerlerinden anlaşılma, değer ve ilgi gören erkekler bunu daha kadınsı olarak yorumlamaktadır (Birnbbaum vd., 2014). Bu araştırmalar ile alanyazındaki tutarsız sonuçlar ele alındığında kadınların ve erkeklerin farklı durumlarda algıladıkları duyarlılığın değiştiğini göstermektedir. Mevcut çalışmada ise çiftler için özel bir durum ele alınmamıştır. Bu nedenle cinsiyet ve APD

ilişkinin inceleyen ve APD'nin kadınlar ve erkekler için hangi koşullarda daha önemli olduğunu ele alan çalışmalara ihtiyaç vardır.

Mevcut çalışmada yaş arttıkça algılanan partner duyarlılığının azaldığı bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde yaş arttıkça algılanan duyarlılığın azaldığı (Çağlayan, 2021), algılanan duyarlılığın arttığı (Balcı, 2020) ve herhangi bir farkın bulunmadığı çalışmalar mevcuttur (Taşfiliz, 2019). Buna karşın APD ile yaş arasındaki daha ayrıntılı çalışmalar yaşla birlikte APD düzeylerinin azaldığını fakat orta yetişkinlikte azalan bu duyarlılığın daha sonra tekrar arttığını göstermektedir (Taşfiliz, vd., 2020). Araştırmacılar bu durumun bağlanma stilleri ile alakalı olabileceğini çünkü kaçınan bağlanmanın orta yetişkinlikte ileri ve genç yetişkinliğe göre daha fazla olduğunu belirtmişlerdir (Chopik, vd., 2013). Mevcut çalışmada katılımcıların demografik yapısı incelendiğinde de çok büyük çoğunluğunun genç ve orta yetişkin grubunda olduğu görülmektedir. Ayrıca genç yetişkinlikten orta yetişkinliğe geçişte bireyler birçok yeni rol üstlenmek ve sorumluluk altına girmektedir (örneğin ebeveyn rolü, iş yaşantısı, sağlık problemleri, yaşlanmayla ilişkin farkındalık vb.) (Helson ve Soto, 2005). Bu durum aslında bireylerin partnerleri için de geçerli olduğu için birçok yeni rol algılanan duyarlılığın önüne geçiyor olabilir. Buna karşın yaşın ilerlemesiyle bireylerin sosyal ve duygusal ilişkilerinde daha seçici olması ve olgunlaşması, onların problem çözmede daha şefkatli ve pozitif olmalarıyla ilişkili olabilmektedir (Carstentsen, vd., 1995; Lang ve Carstentsen, 2002). Genel olarak birbirleriyle çelişkili bu bulgular APD ile yaş arasındaki ilişki için daha ayrıntılı ve güncel çalışmalara gerek olduğuna işaret etmektedir.

5.1.3. Romantik İlişkide Öz Yeterliğe İlişkin Bulguların Tartışılması

Analiz sonuçları romantik ilişkilerde öz yeterliliğin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermiştir. Alanyazına bakıldığında ise kadınların daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterliğe sahip olduğu (Riggio, vd. 2011; Futris, vd. 2017), erkeklerin daha fazla sahip olduğu (Akan ve Bakioğlu, 2021) ve farklılaşmanın bulunmadığı (Cabaldue, vd. 2012; Riggio, vd. 2013; Weiser ve Weigel, 2016; Ogan, 2021) çalışmalar mevcuttur. Bu çelişkili bulgular katılımcıların demografik özelliklerinden, araştırmanın sınırlılıklarından, ilgili çalışmaların azlığından kaynaklı olabilir. Bu nedenle cinsiyet faktörünün daha ayrıntılı ele alındığı çalışmalara ihtiyaç vardır.

İlişki süresi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır. Alanyazın incelendiğinde tek bir çalışmaya rastlanmış ve onda da ilişki süresiyle beraber romantik ilişkilerde öz yeterliğin arttığı bulunmuştur (Ogan, 2021). Bireyin daha uzun ilişki içerisinde bulunması çoğunlukla ilişkinin devamını tercih ettiği, ilişki doyumunun olduğu, kendini yeterli hissettiği gibi pozitif durumlar ile ilişkilidir (Weiser ve Weigel, 2016). Ayrıca daha uzun ilişki süresi ilişki deneyimiyle de bağlantılı olacağı için daha yüksek romantik ilişkilerde öz yeterlik beklenen bir sonucu oluşturmaktadır. Nitekim daha önce ilişkisi olan bireylerin olmayanlara göre (Futris, vd., 2017), romantik ilişkisi olanların olmayanlara göre Cohen (2018) daha yüksek romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyine sahip oldukları bulunmuştur. Bu sonuçlar ilişki süresi ile romantik ilişkilerdeki öz yeterlik arasında pozitif bir ilişkiyi düşündürmesine karşın mevcut araştırmadaki yaş ranjının yüksek olması, verilerinin normal dağılmaması, örneklemin demografik özellikleri ve kültürel faktörler bu çelişkili bulgularla ilişkili olabilir.

Mevcut çalışmada katılımcıların ilişki türüne göre romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Alanyazın incelendiğinde bir ilişkinin bulunamadığı (Akan ve Bakioğlu, 2021), evlilik ya da ciddi romantik ilişkisi olanların olmayanlara göre (Weiser ve Weigel, 2016), ilişkisi olanların olmayanlara göre (Cohen, 2018) daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterlik bildirdiklerini gösteren çalışmalar mevcuttur. Evlilikler doğal olarak daha uzun ilişki süresi ile ilişkilidir ve yukarıda da bahsedildiği gibi daha uzun ilişki süresi ilişkinin devamının tercih edildiği, ilişki doyumunun olduğu, bireyin kendini yeterli hissettiği gibi faktörlerle bağlantılıdır. Bu sebeple beklenen sonuç ciddi ilişkilerin daha fazla ilişki öz yeterliği ile ilişkili olmasına karşın mevcut çalışmadaki bu farklılık gruplardaki katılımcı sayıları arasındaki dengesizlikten, katılımcıların demografik özelliklerinden kaynaklı olabilir. Ayrıca farkın bulunamadığı iki çalışma Türkiye’de, bulunduğu iki çalışmanın da yurtdışında yapıldığı göz önüne alındığında kültürel faktörler de unutulmamalıdır. Bu nedenle katılımcıların mevcut ilişkilerini daha fazla betimleyecek (evlilik, flört vb.) çalışmalara ihtiyaç vardır.

Mevcut çalışmada yaş arttıkça romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyinin azaldığı bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde bu konuyla ilgili tek bir araştırma bulunmuş ve orada da tam tersi bir sonuca ulaşılmıştır (Riggio, vd., 2011). Yaşın çoğunlukla daha fazla ilişki tecrübesi ve bilgisiyle ilişkili olması beklenir. Daha fazla tecrübe ve bilgiye

sahibi kişiler kendilerine daha uygun partner adaylarının bilincinde olabilir ve görece daha uygun tercihlerde bulunabilir (Collins, vd., 2009). Bu nedenle yaşı daha fazla romantik ilişki öz yeterliği ile ilişkili olması olası bir sonuçtur. Fakat mevcut araştırmadaki tam tersi ve alanyazınla tutarsız sonuçlar, partnerlerin yaş farkı, bireyin ilişki sayısı, mevcut partnerin özellikleri gibi romantik ilişkiyi daha fazla betimleyecek çalışmalara ihtiyaç olduğuna işaret etmektedir.

5.2. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Algılanan Partner Duyarlılığı ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma hipotezleri ile tutarlı olarak korelasyon analizi sonuçları bireyin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi arttıkça algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerdeki öz yeterlik düzeyinin azaldığını ve algılanan partner duyarlılığı düzeyinin arttıkça da romantik ilişkilerde öz yeterlik düzeyinin arttığını ortaya koymuştur. Bölümün ilerleyen kısımlarında bu sonuçlar alanyazın ışığında tartışılacaktır.

Alanyazın incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile romantik ilişkilerde öz yeterliğin bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamışsa da mevcut araştırma bulguları daha önce yapılan benzer çalışmaları desteklemiştir. Alanyazın incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile benlik süreçlerinin ilişkide olduğunu gösteren çeşitli çalışmalar vardır. Örneğin Doron, vd. (2012a) tarafından yapılan çalışma romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arttıkça bireyin benlik saygısının azaldığını ortaya koymuştur. Partnere veya ilişkiye bağlı benlik değerine yönelik yapılan çalışmalar yüksek bağlı benlik değerini yüksek romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkilendirmiştir (Doron, vd., 2013; Trak ve İnöz, 2019). Ayrıca bireyin karakterinde gizli olduğu ya da sahip olmaktan korktuğu nitelikleri yansıtan korkulan benlik inançları arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri de artmaktadır (Fernandez, vd., 2021). Mevcut çalışmada romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramı, belirli bir partner ya da ilişkiye bağlı önceki kavramsallaştırmaların aksine (Lopez, vd., 2007) belirli bir partner ya da ilişkiden bağımsız bir şekilde genel olarak romantik ilişkilerde algılanan talepleri karşılamaya ilişkin daha geniş bir öz yeterlik değerlendirmesini içermektedir (Riggio, vd., 2011). Bu nedenle geniş bir romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramı,

benliğe ilişkin inançları yansıtmaları açısından daha güçlüdür (Riggio, vd., 2013). Bu noktada, yüksek romantik ilişkilerde öz yeterliği düşük romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkilendiren mevcut çalışma, benlik ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkili önceki çalışmaların sonuçlarını desteklemiştir.

Alanyazın incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığının bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat kişilerarası süreçlerin obsesyon ve kompulsiyonlarla ilişkilendirildiği, mevcut çalışma sonuçlarını dolaylı yoldan destekleyen çeşitli çalışmalar mevcuttur. Abbey, vd. (2007) yaptıkları çalışmada romantik ilişkilerdeki işlevselliğin üç yönünün (yakınlık, kendini açma ve ilişki memnuniyeti) OKB'deki obsesyonlar ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yüksek obsesyonlarla düşük kendini açma davranışının ilişkisi özellikle önemli gözükmektedir. Çünkü OKB'li bireyler reddedilmekten ve güvensiz olmaktan kaynaklı obsesyon ve kompulsiyonlarını gizleyebilmektedirler (Newth ve Rachman, 2001). Bu nedenle algılanan partner duyarlılığı sürecinin başlaması için gerekli olan kendini açmanın gerçekleşmemesi, yani bireyin kendisiyle ilgili duygu ve düşüncelerini aktarmaması partnerin gösterdiği duyarlılığı etkileyebilir (Reis ve Shaver, 1988). Buna karşın kendini açmayla birey obsesyon ve kompulsiyonları ile ilgili alternatif yorumlarla karşılaşarak obsesyon ve kompulsiyonlarının şiddeti azalabilir (Newth ve Rachman, 2001). Başka bir deyişle duyarlı bir partnerin destekleyici girişimleri bireye olumlu katkı sağlayabilir. Fakat kendini açma ile obsesyonlar arasındaki ilişkinin çift yönlülüğü unutulmamalıdır. Bireyin kendini açmamasıyla destek ve anlaşılma girişimlerinin engellenebileceği ve obsesyonların şiddetinin artabileceği gibi obsesyonların içeriği bireyin kendini açmasının önüne geçiyor olabilir. Ayrıca obsesyonlar ile kendini açma arasında negatif ilişki olsa da kompulsif davranışlarla bir ilişki bulunamamıştır (Abbey, vd., 2007).

Romantik ilişkilerdeki destek ve obsesif kompulsif belirtilerin ötesinde genel olarak OKB ve sosyal desteğin ilişkilendirildiği çeşitli çalışmalar mevcuttur. Subramaniam, vd. (2020) tarafından 6126 kişilik veri seti kullanılarak gerçekleştirilen çalışmada OKB hastalarında katılımcıların aileden, arkadaşlardan ve önemli diğer kişilerden algıladıkları sosyal destek kontrol grubuna göre daha düşük bulunmuştur. Klinik örneklemelerde gerçekleştirilen diğer çalışmalar da OKB hastalarının kontrol

gruplarına göre daha düşük sosyal destek algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır (Hou, vd., 2010; Wang ve Zhao, 2012; Edwards, vd., 2023). Bu araştırma sonuçlarının mevcut araştırma bulgularına dolaylı olarak kanıt sağladığı düşünülse de romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere ve algılanan partner duyarlılığına genelleştirilmesi zordur. Ayrıca çalışmalar ilişkisel olduğu için ilişkinin yönü hakkında yorum yapılamamaktadır. Bu nedenle romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler de dahil olmak üzere obsesyon ve kompulsiyonlarla algılanan duyarlılığın bir arada incelendiği daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Alanyazın incelendiğinde algılanan partner duyarlılığı ile romantik ilişkilerde öz yeterliğin bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamışsa da mevcut araştırma bulguları önceki benzer çalışmaları desteklemiştir.

Partnerden duyarlılık algılamak bireyin kendini tanıması, kişisel gelişim fırsatlarını değerlendirmesi gibi benlik düzenleme süreçleri ile ilişkilidir (Gable ve Reis, 2006). Yapılan bir çalışmada bireylerin partnerlerinden duyarlılık algıladıklarında başarısızlıkları konusunda kendilerini daha az sabote edici ve daha az savunmacı davrandıkları ve kişisel gelişimleri için daha fazla motive oldukları bulunmuştur (Caprariello ve Reis, 2011). Benzer biçimde evli çiftlerle yapılan boylamsal bir çalışmada partnerlerinden daha fazla duyarlılık algılayan bireylerin kişisel gelişimlerinin daha yüksek olduğu (Tomlinson, vd., 2015) ve çiftlerle yapılan bir çalışmada ise zamanla artan partner desteğinin artan öz yeterlik ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Girme, vd., 2015). Bununla birlikte Feeney ve Collins (2014) yakın ilişkilerde duyarlı sosyal desteğin gelişmeyi nasıl desteklediğini ortaya koydukları kapsamlı bir modelde zorlu yaşam olaylarına karşı duyarlı desteğin olayın olumsuz etkilerini azaltmakla kalmayıp ayrıca kişiyi başlangıç seviyesinden daha öteye gelişmeye teşvik ettiğini öne sürmüşlerdir. Duygusal rahatlık ve güvence sağlamak, anlayış ve kabulü iletmek, davranışsal destek vermek gibi güç kaynakları (*source of strength*) bireyin zorlu durumla başa çıkma için ihtiyacı olan gücü ve yetenekleri fark edip geliştirmesini desteklemektedir (Feeney ve Collins, 2014). Üstelik sadece zorlu yaşam olayları sırasında değil, normal zamanlardaki destek de öz saygıyı, yetkinliği ve öz yeterliği içeren güçlenmeyi ortaya çıkarmaktadır (Feeney ve Collins, 2014). Bu bulgular açısından bakıldığında algılanan partner duyarlılığı bireylerin romantik ilişkilerde kendilerini yetersiz gördükleri alanlarda onları kişisel gelişim açısından

daha motive ediyor olabilir. Böylece daha fazla algılanan duyarlılık daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişkili olabilir.

Bandura (1986)'nın öz yeterlik modelime göre öz yeterlik bireyin davranışlarının arzu ettikleri sonuca ulaşacağı beklentisini gerektirmektedir. Ayrıca kendilerini belirli davranışları gerçekleştirmeye konusunda yeterli gören bireylerin bu davranışları gerektirecek görevlere katılma olasılıkları daha yüksektir (Bandura, 1986). Daha spesifik olarak romantik ilişkilerde kendini yeterli gören bireyler karşılığını alacaklarını bildikleri için ilişkileri ile ilgili pozitif eylemler sergilemeleri daha olasıdır. Gerçekten de romantik ilişkilerde daha fazla yeterlik bildiren kişiler daha fazla ilişkinin devamını sağlamaya yönelik davranışlarda bulunmaktadırlar (Weiser ve Weigel, 2016). Dahası çatışma çözme konusundaki yüksek yeterlik beklentisi olan bireyler partnerlerinin davranışlarına daha olumlu atıflar yapmaktadırlar (Fincham, vd., 2000). Mevcut araştırma açısından bakıldığında da benzer şekilde romantik ilişkilerde yüksek öz yeterlik bildiren bireyler partnerlerinin davranışlarına daha olumlu atıflarla davranışlarını daha duyarlı nitelendiriyor olabilirler. Hem romantik ilişkilerdeki öz yeterlik inancının hem de algılanan partner duyarlılığının ilişki doyumu ile ilişkisi farklı birçok çalışma ile gösterilmiştir (Reis, vd., 2004; Reis ve Gable, 2014; Lopez, vd., 2007; Riggio, vd., 2013; Weiser ve Weigel, 2016). Bu nedenle başarılı sonuçlar öz yeterlik inançlarını pekiştirdiği için (Bandura, 1986) ilişki doyumu ve partner duyarlılığı gibi ilişkiyle ilgili başarılı sonuçlar olumlu öz yeterlik inançlarını pekiştirebilir. Başka bir deyişle romantik ilişkilerde öz yeterlik ile algılanan partner duyarlılığı arasındaki ilişkinin tek yönlü olmasından ziyade karşılıklı olması muhtemeldir. Daha sonraki araştırmalar özellikle ilişki doyumunun buradaki rolünü inceleyebilir.

Daha önce yakınlık süreci modelinde (bkz. Şekil 3) belirtildiği gibi bireyin partnerinden duyarlılık algılama süreci bireyin benliğiyle ilgili kendine açması, başka bir ifade ile sözlü ve sözsüz ifadelerle duygu ve bilgi aktarması ile başlamaktadır (Reis ve Shaver, 1988). Benlikle ilgili kişisel bilgilerin ifşası bireyi incinme, reddedilme, alay edilme veya aşağılanma ihtimalleri nedeniyle savunmasız hale getirebilir (Finkenauer, vd., 2009). Bireyin kendisini güvende hissetmesi için ise partnerinden duyarlılık algılaması gerekir (Finkenauer ve Righetti, 2011). Algılanan duyarlılık daha fazla güvenle beraber kendini açmayı teşvik ederek algılanan duyarlılık ile kendini

açma arasındaki döngüsel bir süreci ortaya koymaktadır (Reis ve Shaver, 1988). Bireyin benlik saygısı ise bu döngüde çeşitli şekillerde rol oynamaktadır. Deneysel bir çalışmada düşük ve yüksek benlik saygısı olarak iki gruba ayrılan katılımcıların algıladıkları duyarlılığa göre kendilerini ifade etme becerilerine bakılmış ve partnerlerinden eşit duyarlılık algıladıklarında düşük benlik saygısına sahip olanların yüksek benlik saygısına sahip olanlara göre daha fazla kendini açmaya istekli oldukları bulunmuştur (Forest ve Wood, 2011). Araştırmacılar bunun bir nedenini, düşük benlik saygısına sahip olan katılımcıların kendini açma fırsatını kaçırmayıp bunu değerlendirmeye çalıştıkları, yüksek benlik saygısına sahip katılımcıların ise ilişkilerinde bir tehdit algılamamalarından ötürü herhangi bir girişime düşük benlik saygısına sahip kişiler kadar gerek görmemeleri şeklinde belirtmişlerdir (Forest ve Wood, 2011). Bununla beraber kendini açma davranışı bireyin benlik saygısını artırmasıyla beraber ilişki ile ilgili birçok pozitif durum ile ilişkilidir (Sprecher ve Hendrick, 2004). Bu sonuçlar algılanan duyarlılığın bireyin kendini açmasını teşvik etmesiyle birlikte benlik saygısına pozitif katkı sağlayabileceğini göstermektedir. Benzer biçimde kendini açma davranışı bireyin romantik ilişkilerdeki öz yeterliği ve partnerinden algıladığı duyarlılık arasındaki ilişkinin bir açıklaması olabilir. Her ne kadar mevcut araştırmada bireyin öz yeterlik algısına vurgu yapılsa da araştırmacılar benlik saygısı ile öz yeterliği güçlü bir şekilde ilişkilendirmekte ve ayırım yapmanın zorluğuna dikkat çekmektedir (Stanley ve Murphy, 1994; Judge vd., 2002). Daha fazla algılanan duyarlılık bireyin kendisini açmasına yani yetenek ve kapasiteleri hakkında partnerine daha fazla bilgi aktarmasına teşvik ediyor olabilir. Böylece daha fazla alınan değer, anlayış ve ilgi bireyin öz yeterliğini destekliyor olabilir.

Benlik saygısı bireyin partnerinden duyarlılık algıladığında bireyin davranışları üzerinde bir rol oynamasının yanı sıra partnerin gerçekte olan duyarlı davranışlarını da etkilemektedir. Yapılan deneysel bir çalışmada düşük benlik saygısına sahip bireylerin partnerlerinin, yüksek benlik saygısına sahiplerinkine göre daha az duyarlılık gösterdikleri bulunmuştur (Cortes ve Wood, 2018). Düşük benlik saygısına sahip bireylerin partnerlerine karşı daha az dürüst olmaları, doğrudan ifadeler yerine üstü kapalı ifadelerde bulunmaları, partnerlerinin destek ihtimallerini küçümsemeleri gibi faktörler partnerlerinin daha az duyarlılık gösterme olasılığını artırmaktadır (Cortes ve Wood, 2018). Başka bir deyişle düşük benlik saygısına sahip bireylerin doğrudan iletişime girmiyor olmaları ihtiyaçlarının partnerleri tarafından

görünmemesine neden olabilmektedir. Araştırmalar doğrudan destek aramanın bireylerin partnerlerinden daha fazla destek almasını sağladığını göstermektedir (Collins ve Feeney, 2000). Daha önce yakınlık süreci modelinde de bahsedildiği gibi duyarlılık algılama süreci bireyin sözlü ve sözsüz kendini duygu ve düşüncelerini açmasıyla başlamaktadır (Reis ve Shaver, 1988). Benzer şekilde bireyin kendisiyle ilgili bilgileri açığa vururken kullandığı iletişim yolu romantik ilişkilerdeki öz yeterliği ile partnerinden algıladığı duyarlılık arasındaki ilişkinin bir nedeni olabilir. Bir partner olarak yetenek ve kapasitelerine güvenmeyen bireylerin kullandığı örtük ve dolaylı iletişim yolları partnerlerinin duyarlılık gösterme olasılıklarını düşürüyor ve dolayısıyla bireylerin daha az duyarlılık algılamalarına neden oluyor olabilir. Tam tersi romantik ilişkilerde öz yeterliği yüksek bireylerin kullandığı açık ve doğrudan iletişim partnerlerin desteğini daha fazla ortaya çıkarıyor olabilir.

5.3. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordayıcıları ve Algılanan Partner Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine Dair Bulguların

Tartışılması

Araştırma hipotezleri ile tutarlı olarak cinsiyet, yaş, ilişki süresi değişkenlerinin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri anlamlı bir şekilde yordadığı; demografik değişkenler kontrol edildiğinde algılanan partner duyarlılığının romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı, demografik değişkenler ve algılanan partner duyarlılığı kontrol edildiğinde ise romantik ilişkilerde öz yeterliğin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Birinci basamakta yaşı anlamlı bir etkisi bulunamamıştır. İkinci basamakta algılanan partner duyarlılığı eklendiğinde de yaşı anlamlı bir etkisi bulunamamıştır. Üçüncü basamakta ise romantik ilişkilerde öz yeterlik eklenince bütün değişkenlerin modele anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. İlk olarak romantik ilişkilerde öz yeterliğin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamasına ilişkin sonuçlar tartışılmıştır.

Bu bulgular obsesif kompulsif semptomlar ile öz kırılganlığı ilişkilendiren teoriler ve araştırmalar ile tutarlıdır. Örneğin OKB'nin bilişsel modelleri bir düşüncenin bireyin benlik algısı ya da inançları ile tutarsız olarak değerlendirilmesi durumunda (yani, ego-distonik olarak) bu düşüncelerin oldukça önemli ve tehdit edici

olarak yorumlanmasının daha olası olduğunu öne sürmektedir (Purdon ve Clark, 1999; Clark, 2004). Bir başka ifadeyle müdahaleci düşüncelerin birey için kişisel önem derecesi, obsesyonların gelişmesi ve sürdürülmesinde ana neden olabilir (Rachman, 1998). Doron ve Kyrios (2005) buradan yola çıkarak bireyin, değer verdiği fakat yetkin olmadığı benlik alanlarına (yani, benliğin “hassas alanlarına”) yönelik tehditlerin verdiği zararı telafi etmek için daha fazla bilişsel ve davranışsal tepki vereceğini ileri sürmüşlerdir. Sonraki araştırmalar ahlaklılık, mesleki yeterlik ve akademik yeterlik alanlarındaki hassaslığın yüksek obsesif kompulsif semptomlarla ilişkili olduğunu ortaya koyarak bu görüşe daha fazla kanıt sağlamıştır (Doron, vd., 2007; Doron, vd., 2012c). Üstelik bazı benlik alanları OKB’nin özel alt alanları ile ilişkide olduğu bulunmuştur. Örneğin, akademik yeterlik alanındaki hassaslık zarar vermeyle ilgili daha fazla obsesif düşünceyle (Doron, vd., 2007), ahlaklılık alanına yönelik tehditler kirlenme ile ilgili daha fazla obsesif düşünceyle ilişkilidir (Doron, vd., 2012c). Daha sonra yapılan çalışmalar ise öz değeri ilişkisinin kalitesine ve partnerinin ona olan duygu ve düşüncelerine bağlı olan bireylerde, hafif bir yetersizlik duygusunun bile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri artırabileceğini ortaya koyarak mevcut bulguları genişletmiştir (Doron, vd., 2013). Sadece romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler için değil partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler için de partnerin özelliklerine yönelik olumsuz bir işaret bireyin benlik saygısını zedelemektedir (Doron ve Szepsenwol, 2015). Özetle romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin de benzer biçimde ilişkilerle ilgili hassas olunan spesifik bir benlik alanı ile ilişkili olabileceği, bireyin ilişkisine bağlı olarak öz değerinin etkilenebileceği belirtilmiştir (Doron, vd. 2014b). Mevcut araştırma bulguları önceki araştırma bulgularını desteklemiş ve genişletmiştir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin aynı zamanda bireyin bir partner olarak kendi yeterliği konusundaki duygu ve düşüncelerinin de söz konusu obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca bu çalışmada ele alınan, belirli bir partner ya da ilişkiye bağlı olmayan, genel bir romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramının benliğin belirli bir yönünü yansıtabilmesi açısından (Riggio, vd., 2013) mevcut sonuçlar, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin kuramsal modelinde belirtilen (bkz, Şekil 2) ilişkilerle ilgili hassas bir benlik alanına işaret ediyor olabilir (Doron, vd., 2014b). Birey romantik ilişkilerde kendini yetersiz görmesinin yanı sıra ilişkiler konusundaki hassas benlik yapısı bu yetersizliklere yönelik imaların (örneğin,

“Partnerim benimleyken sıkılıyor”) felaketleştirilmesine, obsesif düşüncelere (örneğin, “Partnerim galiba beni gerçekten sevmiyor.”) ve kompulsif davranışlara (örneğin, sık sık partnere sevip sevmediğini sormak) davranışlara neden oluyor olabilir (Doron, vd. 2016).

Diğer OKB türlerinde olduğu gibi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde de kompulsif davranışlar çok çeşitli şekillerde ortaya çıkabilmektedir (Doron ve Derby, 2012a). Bu davranışlara içsel süreçlerin daha fazla incelenmesi (örneğin, hangi duygunun hissedildiğine dair vücudu tarama), onay arama, karşılaştırma yapma (örneğin, diğer çiftler ile kıyaslamak), nötralizasyon ve öz eleştiri sayılabilir (Doron ve Derby, 2017). Ayrıca bu kompulsif davranışlar diğer OKB türlerinde olduğu gibi semptomların sürdürülmesinde de rol oynamaktadır (Doron, vd., 2012a). Örneğin öz eleştirel kendi kendine konuşma (örneğin, “böyle düşündüğüm için aptalım”) bireyin öz değer ve öz güven duygularını azaltarak öz kırılganlığı artırabilir (Doron ve Derby, 2017). Öz kırılganlık ise romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler döngüsünün sürdürülmesine neden olabilir (Doron, vd., 2014b). Mevcut çalışmanın bulguları bu döngüye destekleyecek kanıtlar sağlamıştır. Önceki çalışmadaki bulgulara benzer şekilde birey obsesif düşüncelerin yarattığı sıkıntıyı azaltmak için kompulsif bir şekilde bir partner olarak yeterliğine karşı öz eleştirel bir şekilde yaklaşabilir (örneğin, “Ben zaten kötü bir partnerim” ya da “Zaten düzgün bir ilişkiye sahip olmam çok zor”). Bireyin romantik ilişkilerde öz yeterliğine karşı bu eleştirel tutumu öz değer ve öz güven duygularını azaltarak onu daha hassas hale getirebilir ve obsesif düşüncelere daha açık hale sokabilir. Mevcut araştırma sonuçları da romantik ilişkilerde öz yeterliğin düşük olmasının daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordadığını ortaya koyarak bu görüşü desteklemiştir.

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler çoğunlukla ilişkinin ilk aşamalarında ve ilişkisel çatışmalar esnasında yaygındır (Doron, vd., 2012a). Araştırmacılar romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere sahip danışanların çoğunlukla ilişkisel çatışmalardan kaçınmayı tercih ettiklerini belirtmektedir (Doron, vd., 2014b). Ayrıca araştırmacılar ilişkisel çatışmaların söz konusu obsesif kompulsif semptomlara bir neden olabileceği gibi onların bir sonucu olabileceğine de dikkat çekmektedir (Doron, vd., 2014b). Bu nedenle tedavi programında çatışma çözme

becerilerinin geliştirilmesi önerilmektedir (örneğin, partner ile çatışma potansiyeli içeren bir etkileşim kurmak ve üzerinde çalışmak). Mevcut araştırma bulguları bu görüşü destekleyecek kanıtlar sağlamıştır. Romantik ilişkilerde öz yeterlik bireyin ilişkilerdeki problem çözme becerilerine olan inancını da vurgulamaktadır (Riggio, vd., 2011). Bir ilişkisel çatışma esnasında bireyin çatışmanın üstesinden gelme konusunda kendisini yetersiz görmesi mevcut durumu felaketleştirmesine (örneğin, “Problemlerimizi hiçbir zaman çözemeyeceğiz”) neden olabilir ve bu durumu daha önce bahsedilen çeşitli kompulsif davranışlar izleyebilir (Doron ve Derby, 2017). Başka bir ifade ile bireyin bir ilişkide kendisinden beklenen görevleri (örneğin, problem çözme becerileri) yerine getiremeyeceğine olan inancı, onu ilişkisel çatışmalara karşı daha güçsüz kılıyor olabilir ve bu durum da romantik ilişkilerdeki obsesif düşüncelere karşı bireyin daha savunmasız hale gelmesine etki ediyor olabilir. Sonuç olarak birey, romantik bir partner olarak öz yeterliğine güvenmeyerek obsesif düşüncenin yaratacağı sıkıntıdan ötürü çatışmadan kaçınsa da bu durum kaçınılan çatışmanın daha maliyetli bir şekilde yaşanabileceğine dair korkuları artırarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin döngüsünü sürdürebilir (Doron, vd., 2014b).

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin temel özelliklerinden birinin de ilişkiyle ilgili yanlış bir karar vermektan aşırı korkmak olduğu öne sürülmüştür (Doron. vd., 2014b). Örneğin, birey ayrılık kararı ile ilgili olarak “İleride her zaman onu elimden kaçırmış olabileceğimi düşüneceğim.” ve ilişkiyi devam ettirmekle ilgili “Her zaman ödün verdiğimi hissedeceğim.” düşünceleri arasında gidip gelebilir (Doron. vd., 2014b: 172). Bireyin beklenen pişmanlıktan korkusu ve sonrasında gelen takıntı ve zorlantılar onun karar verme süreçlerindeki yeteneklerine olan düşük güveni yansıtıyor olabilir. Romantik ilişkilerde öz yeterliği düşük olan bireyler de ilişkilerindeki karar alma ve plan yapma ve bunları sürdürme yeteneklerine daha az güvenme eğilimdedir (Riggio, vd., 2011). Bu durum bireyin yanlış karar verme korkusunu ve beklenen pişmanlığını artırarak olumsuz tetikleyicilere karşı tepkiselliğini artırabilir ve bireyin ilişkisiyle ya da ayrılıkla ilgili şüphelerini felaketleştirmesine yol açabilir (Doron, vd., 2014b; Melli, vd., 2018b). Mevcut araştırma sonuçları bu görüşü desteklemiştir. Gerçekten de romantik ilişkilerde düşük öz yeterliğin daha yüksek romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordadığı ortaya konmuştur.

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin bağlanma stillerinden etkilendiği belirtilmektedir (Doron, vd., 2013). Bir partnere güvensiz bağlanma bireyin adaptif başa çıkma stratejilerini bozarak olumsuz yaşantılara etkisiz tepkiler vermesine neden olabilir ve terk edilme gibi bağlanmayla ilgili korkuların aşırı aktivasyonunu ortaya çıkarabilir (Mikulincer ve Shaver, 2003; Doron, vd., 2009). Ayrıca bireyin yetenek ve becerilerine güven duygusu oluşturmamasını engelleyebilir (Mikulincer ve Shaver, 2003). İlişkiyle ilgili olumsuz bir tetikleyiciyle birlikte kişisel zayıflıklarla ve başarısızlıklarla olan dikkat artarak öz değer hakkındaki kronik şüpheleri beslenebilir (Mikulincer ve Shaver, 2003). Dolayısıyla bireyin benlik alanlarını zorlayan bu deneyimler bireyi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere karşı daha savunmasız hale getirebilir (Doron, vd., 2014b). Mevcut çalışmada bağlanma stilleri için bir ölçüm alınmamış olsa da romantik ilişkilerde öz yeterliğin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki etkisinde bağlanma stilleri bir etken olabilir. Örneğin kaygılı bağlanan bireyler romantik ilişkilerdeki öz yetersizliklerine mevcut durumun olumsuz sonuçlarını abartarak, zihinsel geniş getirerek, terk edilme korkuları yaşayarak tepki verebilir. Bunun sonucunda da romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere özellikle savunmasız hale gelebilir (Doron, vd., 2013). Nitekim Doron, vd., (2013) geliştirdikleri *çifte ilişki hassaslığı (double relationship-vulnerability)* hipoteziyle tutarlı olarak ilişkilerdeki öz kırılganlığın kaygılı bağlanma ile kesişmesi durumunda bireyin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere daha açık hale geldiğini ortaya koymuştur. Başka bir ifade ile romantik ilişkilerde kendisini yetersiz gören bireyler özellikle kaygılı bağlanma örüntüsünde romantik ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonlara karşı daha savunmasız kalabilirler. Sonraki çalışmalarda bağlanma stillerinin mevcut araştırmada önerilen kuramsal modeldeki rolüne ilişkin ölçüm alınarak daha fazla kanıt sağlanabilir.

Algılanan partner duyarlılığı da romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır. OKB'nin önerilen çeşitli modellerinde olduğu gibi (Salkovskis, 1985; Storch, vd., 2008) romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde çeşitli tetikleyicilerin varlığı ile açığa çıkmaktadır (Doron, vd., 2014b). Araştırmacılar başka mutlu çiftler görmeyi ve partnerin varlığında olumsuz duygular yaşamayı yaygın tetikleyiciler olarak belirtmektedir (Szepešenwol, vd., 2016). Örneğin ilgisiz bir partner ile yaşanan olumsuz bir deneyim

bu tetikleyicilere örnek olarak verilebilir (Doron, vd., 2014b). Mevcut araştırma sonuçları bu tetikleyicilerinin varlığına dair önemli kanıtlar sağlamıştır. Sonuçlar bireyin partnerinden düşük duyarlılık algılamasının, başka bir deyişle anlaşılmadığını, onaylanmadığını ve önemsenmediğini hissetmesinin, daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordadığını ortaya koymuştur. Bireyin partnerini duyarlı olarak algılamaması bir tetikleyici olarak onların aralarında sevgi bağını sorgulamalarına neden olabilir.

Araştırma hipotezi ile tutarlı olarak romantik ilişkilerde öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı düzeyde negatif ilişki bulunmaktadır. Romantik ilişkilerde öz yeterlik ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin gücü algılanan partner duyarlılığının düzeyine göre değişmekte, algılanan partner duyarlılığı düşük olduğunda bu ilişki daha güçlü olmaktadır.

Daha önce tartışıldığı üzere, bireyin romantik ilişki alanında kendisini yetersiz gördüğü kırılgan bir benlik yapısı onu romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere daha açık hale getirebilir (Doron, vd., 2014b). Mevcut araştırma sonuçları bu görüşü desteklemiştir ve yüksek romantik ilişkilerde öz yeterliğin düşük romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordadığını ortaya koymuştur. Algılanan partner duyarlılığı bireyin benlik alanlarını destekleyerek bu gücü artırmış olabilir. Çünkü algılanan partner duyarlılığı benliğin merkezi tanımlayıcı özellikleriyle, yani kişinin kim olduğunu ve benlik için neyin önemli olduğunu en iyi şekilde tanımlayan ihtiyaçlar, hedefler, değerler, özellikler, yetenekler, nitelikler ve duygulanımlarla ilgilidir (Reis, 2007). Duyarlılık, bireyin benliğinin bu tanımlayıcı niteliklerinin partner tarafından ne derece anlaşıldığını, değer verildiğini ve ilgi gösterildiğini ifade eder (Reis, vd., 2004; Reis, 2007). Duyarlı bir partner, partnerinin öz benliği hakkındaki gerçekleri anlar (örneğin, ihtiyaçlar, arzular, güçlü yönler, zayıf yönler vb.), bu gerçeklere değer verir, saygı duyar, onları takdir eder ve partnerin esenliğine yönelik şefkat, sıcaklık ve destek gösterir (Reis ve Gable, 2015). Bu doğrultuda partnerden duyarlılık algılamak, ilişkisel benlik alanındaki (*relational self-domain*) kırılganlığın ve romantik ilişkilerdeki yetersizlik inançlarının partner tarafından anlaşıldığına, değer verildiğine ve partneri tarafından desteklendiğine işaret ediyor olabilir. Araştırmalar partner tarafından algılanan duyarlılığın bireyde daha güçlü bir

benlik yapısını desteklediğini ortaya koymaktadır (Reis ve Clark, 2013). Özellikle partner tarafından duyarlılık gösterilen ilişkisel alandaki güçlü bir benlik yapısı, bu benlik yapısına aykırı düşüncelerin felaketleştirilmesi gibi uyumsuz değerlendirmelerini engelleyebilir, böylece o düşüncelerin saplantıya dönüşmesinin önüne geçebilir (Doron, vd., 2013, Doron, vd., 2016).

Mevcut araştırma sonuçları ayrıca romantik ilişkilerde öz yeterlik ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin gücünün, yüksek algılanan partner duyarlılığına göre düşük algılanan partner duyarlılığında daha güçlü olduğunu ortaya koymuştur. Alanyazın incelendiğinde çeşitli etmenler bu sonucu ortaya çıkarmış olabilir. Bunlardan birisi, çeşitli psikopatolojilerde farklı şekillerde görülmesiyle beraber OKB’de, çeşitli kaynaklardan daha sık, daha yoğun ve daha dikkatli bir şekilde gerçekleştirilen onay arama davranışı olabilir (Kobori ve Salkovskis, 2013; Kobori vd., 2014; Hacıömeroğlu ve İnözü, 2019). Onay arama obsesyonların yarattığı kaygıya bir tepki olarak, gelecekte meydana gelebilecek olası sonuçların zararını azaltmak, sorumluluğu dağıtmak, belirsizliği ortadan kaldırıp kesinliği artırmak, daha iyi hissetmek gibi motivasyonlarla ortaya çıkmaktadır (Kobori, vd., 2012). Birey OKB ile ilgili ritüellerini gerçekleştirirken obsesyonların içeriğine bağlı olarak yanlış bir şeyler yapıp yapmadıkları konusunda onay talep ederler (örneğin, “Tabaklar temiz mi?” diye sormak) (Kobori, vd., 2012). OKB’de olduğu gibi bu onay arama davranışı romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde de ortaya çıkabilmektedir (Doron, vd., 2012a). Birey ilişkisi ile ilgili obsesif düşüncelerin (örneğin partner tarafından sevilmediğini düşünmek) yarattığı kaygıyla başa çıkmak için aile üyelerinden, arkadaşlardan, terapistlerden ya da falcı ve medyum gibi kişilerden onay arayabilirler (örneğin, “Sence beni seviyor mu?”) (Doron, vd., 2012a; Doron ve Derby, 2017). Bu noktada bireyin anlık kaygısını azaltması ve kısa vadedeki olumlu etkileri onay aramanın uygun bir baş etme stratejisi olarak görünmesine neden olabilir. Fakat onay arama davranışı bireyin kaygısını azaltsa da uzun vadede OKB döngüsünü sürdürmesi ve artırması gibi (Salkovskis ve Kobori, 2015) romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde de onay arama davranışı obsesif ve kompulsif belirtileri artırabilmektedir (Doron, vd., 2012a). Onay aramanın mevcut araştırma için önemli olan noktası kişilerarası bir sürece vurgu yapmasıdır. Bu nedenle bireyin kaygıya verdiği onay arama davranışının yanı sıra partnerin verdiği yanıt da göz önünde bulundurulması gereken bir konudur.

Uyum (*accommodation*) OKB'li bireyin yakınlarının hastanın kaygısını hafifletmek için yaptıkları çeşitli davranışları ifade etmektedir (Boeding, vd., 2013). OKB'li bireyin yakınının bireyin ritüellerine yardımcı olmak (örneğin, hasta için kilitleri kontrol etmek), ona aşırı onay vermek (örneğin, sık sık ve tekrarlı sorulara cevap vermek) ya da onun tetikleyicilerden kaçınmasını sağlamak (örneğin, kirlenme takıntısı olan biri için eve girmeden önce tüm kirli kıyafetleri çıkarmak) bu davranışlara örnek verilebilir (Boeding, vd., 2013). Her ne kadar iyi niyetli davranış gibi gözükse de yüksek uyum gösterme daha sık ve şiddetli kompulsiyonlarla ilişkilendirilmiştir (Boeding, vd., 2013). Araştırmacılar, OKB'ye müdahale programlarında onaya cevap vermenin önüne geçmek ve uyumu engellemek amacıyla hasta dışında diğer kişilerin de sürece katılımını önermektedir (Abramowitz, 2009; Abramowitz, vd., 2013; Thompson-Hollands, 2013). Abramowitz, vd. (2013) çiftlerle gerçekleştirdiği BDT temelli müdahale programında OKB'de uyumu romantik partnerler ile çalışarak uyumun azalmasını semptom şiddetinin azalmasıyla ilişkilendirmiştir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler açısından bakıldığında araştırmacılar müdahale programlarında uyumun özellikle ele alınmasına ve gerektiğinde partnerin sürece dahil edilebileceğine dikkat çekmektedir (Doron, vd., 2014b; Doron ve Derby, 2017). Mevcut araştırmada algılanan partner duyarlılığı anlaşılma ve değer görmenin yanı sıra bireyin psikolojik, kişisel ve duygusal ihtiyaçlarına destek verilip verilmemesini de kapsamaktadır (Reis, vd., 2004). Bireyin kaygı uyandırıcı durumlarda partnerinden onay arayışı ve partnerin de kaygıyı azaltmaya yönelik iyi niyetli ve duyarlı davranışı kısa vadede kaygıyı düşürse de uzun vadede semptomları şiddetlendirebilir. Mevcut sonuçlar düşük duyarlılığın yüksek duyarlılığa göre daha güçlü bir düzenleyici gücünün olduğunu ortaya koyması, partnerin iyi niyetli de olsa uzun vadede işlevsiz yardım girişimleri ile ilişkili olabilir. Onay arama ve uyumun yüksek algılanan partner duyarlılığın azalan etkisine destek sağlasa da genel olarak algılanan partner duyarlılığının daha düşük romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkisi, desteğin daha iyileştirici biçimlerde de var olabildiğine işaret etmektedir.

Araştırmacılar kaygıyla mücadelede onay aramanın, güvenlik davranışlarının ve desteğin önlenmesini değil bu davranışların daha işlevsel bir şekilde yapılması gerektiğinin önemine daha fazla dikkat çekmektedir (Rachman, vd., 2008; Rachman, 2012). Halldorsson ve Salkovskis (2017) 78 yaşındaki bir hasta ile yaptıkları BDT

temelli vaka çalışmasında onay aramanın engellenmesinden ziyade bunu daha işlevsel olarak, destek arama biçiminde gerçekleştirilmesinin tedavi sürecinde daha uygun olabileceğine işaret etmiştir. Neal ve Radomsky (2020) ise onay arama ve uyuma yönelik OKB tedavisindeki tepki önleme müdahalesi ile hasta yakınlarının destek göstermeye yönlendirilmesini içeren müdahaleyi karşılaştırmışlardır. Sonuçlar, katılımcıların onay arama ve uyuma yönelik tepki önlemeden ziyade destek sağlamaya yönelik müdahaleleri daha fazla tercih ettiklerini göstermiştir (Neal ve Radomsky, 2020). Yani bir partnerin, bireyin onay arama davranışına verdiği yanıtlar kaygıyı azaltmaya yönelik değil de bireyin kaygıyla başa çıkma ve toleransını artırma konusunda destekleme (örneğin, “Bu belirsizlik ile daha önce başa çıktın. Yine yapabilirsin!”) şeklinde olduğunda daha kabul edilebilir bir müdahale olmaktadır. Mevcut araştırma sonuçları açısından bakıldığında partnerin gösterdiği duyarlılığın bir uyum şeklinde mi olduğu yoksa bir destek şeklinde mi olduğu önemli gözükmektedir. Örneğin çeşitli ilişkisel takıntıları olan biri için, partnerinin kendi telefonunu ona vererek o an ki kaygısına azaltmaya yönelik iyi niyetli destek ile ilişkide bunları üstesinden gelinebileceğine dair daha cesaret verici bir destek arasındaki fark önemli olabilir. Bu destek farkı, genel itibarıyla algılanan partner duyarlılığının düzenleyici bir etkisinin olmasına karşın yüksek algılanan partner duyarlılığında düzenleyici gücün etkisinin azalmasının bir açıklaması olabilir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere müdahale programlarında bireyin semptomlarında partnerin oynadığı rolün ve uyum davranışlarının öneminin özellikle vurgulandığı göz önüne alındığında (Doron, vd., 2014b; Doron ve Derby, 2017), ilerleyen çalışmalar onay aramanın hangi kaynaklardan, kaynaklara ne kadar güvenerek, ne sıklıkla ve ne kadar dikkatle gerçekleştirildiğini, yakınların uyum davranışlarını, desteğin ne şekilde olduğunu inceleyerek romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ve algılanan partner duyarlılığı ilişkisine daha fazla ışık tutabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın sonuçları belirtilmiştir. Daha sonra araştırmanın öneminden ve alanyazına yaptığı katkılardan bahsedilmiştir. Daha sonra araştırmanın sınırlılıklarına ve ileriki araştırmalar için önerilere değinilmiştir.

Bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında kadınların erkeklere göre partnerlerine olan sevgileri konusunda, partnerlerinin onlara olan sevgilileri konusunda ve ilişkilerinin “doğruluğu” konusunda daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler sergiledikleri görülmüştür. Bireylerin yaşı ve ilişki süreleri arttıkça daha az romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler göstermektedirler. Bireylerin eğitim durumuna göre romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyleri değişmemektedir. Sevgili/flört durumundaki bireyler evlilere göre daha fazla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler göstermektedirler. Bireylerin sosyoekonomik düzeylerine göre romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri değişmemektedir.

Erkeklerin kadınlardan daha fazla partnerlerinden duyarlılık algıladığı bulunmuştur. Bireylerin yaşı arttıkça partnerlerinden algıladıkları duyarlılık azalmaktadır. Bireylerin içinde bulundukları ilişki türüne, ilişki süresine, eğitim düzeylerine ve sosyoekonomik düzeylerine göre partnerlerinden algıladıkları duyarlılık değişmemektedir.

Bireylerin romantik ilişkilerindeki öz yeterlik düzeyleri onların cinsiyetine göre farklılaşmamaktadır. Yaşları arttıkça daha az romantik ilişkilerde öz yeterliğe sahip olmaktadır. İlişki süresi, ilişki türü, sosyoekonomik düzey ile romantik ilişkilerdeki öz yeterlilikleri arasında bir ilişki yoktur. Sadece olumlu öz yeterlik alt boyutunda düşük eğitim düzeyindeki katılımcılar yüksek eğitim düzeyindeki katılımcılara göre daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterlik belirtmişlerdir.

Partnerlerinden daha fazla duyarlılık algılayan bireylerin daha az romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler sergiledikleri ve daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterliğe sahip oldukları bulunmuştur. Daha fazla romantik ilişkilerde öz yeterliğe sahip bireylerin daha az romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler sergiledikleri ortaya konmuştur.

Romantik ilişkilerde öz yeterlik, algılanan partner duyarlılığı, cinsiyet, yaş,

ilişki türü, ilişki süresi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki değişimin %34'lük bir kısmını açıklamaktadır.

Romantik ilişkilerde öz yeterlik arttıkça romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin azaldığı, bu ilişkinin bireylerin algıladıkları partner duyarlılığına göre değiştiği ve algılanan partner duyarlılığının yüksek olduğu duruma göre düşük olduğunda bu ilişkinin daha güçlü olduğu bulunmuştur.

6.1. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma son yıllarda çalışılmaya başlanan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri konu edinmesinin yanı sıra Türkiye’de çok çalışılmamış bir konu olan algılanan partner duyarlılığını ele alarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere kişilerarası bir bakış açısı getirmesi açısından önemli gözükmektedir. Her ne kadar algılanan duyarlılık bireyin kendi düşünce sisteminde yer alsın da daha önce de bahsedildiği gibi partnerin kendisi de süreçte rol oynamaktadır (Reis ve Shaver, 1988, Reis ve Gable, 2015). Bu sebeple özellikle bireyin ilişkisine yönelik şüphe ve takıntılarıyla çalışan uygulamacıların partneri de müdahale sürecine dahil etmesi etkili bir yöntem olabilir. Çiftler ile çalışan uzmanların da bu şüphe ve takıntılar için partnerin duyarlılığını teşvik etmesi ve bireyin de bu duyarlılığa yönelik ipuçlarının yakalaması iyileştirici bir etki sağlayabilir. Fakat burada dikkat edilmesi gereken nokta daha önce de onay arama ve uyum konusunda bahsedildiği gibi partnerin yardım etme niyetiyle de olsa obsesyon ve kompulsiyonların sürdürülmesine sebep olacak davranışlarda bulunmaktan kaçınmasıdır (Doron, vd., 2014). Obsesyonlar doğası gereği kompulsif davranışlarla beslendiği için partnerin duyarlılığının obsesif kaygıyı azaltmaya yönelik olmasından ziyade daha derinlerde yatan işlevsiz düşüncelere yönelik olması gerekli gözükmektedir. Ayrıca partnerin, bireyin kaygısını azaltmaya yönelik destek davranışlarından ziyade bireyi kaygısıyla başa çıkmaya cesaretlendirecek daha işlevsel duyarlılık girişimleri geliştirilebilir. Mevcut araştırmanın kapsamı dışında olan bu kuramsal sonuç ileriki yapılacak çalışmalar için bir ışık ve klinik uygulamalarda yol gösterici olabilir. Mevcut çalışmanın daha önce spesifik olarak çalışılmamış bu konuya ışık tutması ve araştırmacılara yol göstermesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Bireylerin ilişkileri ile ilgili şüpheleri ve takıntıları partnerlerinin tutumlarından kaynaklı olabileceği gibi kendi kişisel özelliklerinden de kaynaklı olabilir. Bu

araştırmada odaklanılan nokta bireyin romantik ilişkilerde bir partner olarak kendisinden beklenen görev ve talepleri yerine getirme becerilerine olan inancıyla ilgiliydi. Özellikle romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile çalışan uzmanların bireyin yeterlilik algısına da odaklanması önerilmektedir. Çünkü OKB’de de olduğu gibi bireyler benliklerinde zayıf, kırılgan ve yetersiz gördükleri alanlarda daha fazla obsesyon ve kompulsyonlar geliştirmektedirler (Doron, vd., 2007; Doron, vd., 2014b). Sonuçlar bunun romantik ilişkilerde de böyle olabileceğine işaret etmiştir. Bu nedenle bireylerin bir romantik partner olarak kendilerini daha yeterli görmesi için psikoeğitim çalışmaları, beceri geliştirme çalışmaları, seminerler, grup çalışmaları önerilebilir. Bir önemli nokta da şu ki bu araştırmanın katılımcılarını büyük çoğunlukla genç yetişkinler oluşturmaktadır. Bu nedenle günümüz ilişki türlerinin de daha fazla incelenerek seminer, psikoeğitim, grup çalışması gibi uygulamalara konu edilmesi önerilmektedir. Özetle bu araştırma, alanyazında yakın tarihli çalışılmaya başlanan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin (Doron, vd., 2012a) romantik ilişkilerdeki öz yeterlikle ilişkisini ele alarak alanyazına katkı sunması açısından önemli gözükmektedir.

Araştırmayla ilgili bir önemli nokta da kadın ve erkeklerin belli noktalarda farklılaşmasıdır. Erkekler daha fazla partnerlerinden duyarlılık algıarken kadınlar daha fazla takıntı ve şüphe bildirmişlerdir. Alanyazında cinsiyete yönelik çelişkili bulgular olsa da cinsiyetler arasındaki bu fark önemli olabilir. Kadınların bu konulardaki algıları ve deneyimlerinin daha olumsuz rapor edilmiş olması kültürümüzde kadın ve erkek rollerine ilişkin sorgulamalarımızı artırmaktadır. Bu nedenle söz konusu iki konunun toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde tekrar ele alınması gerekli gözükmektedir. Ayrıca her ne kadar yukarıda bahsedildiği gibi kadın ve erkeklerin duyarlılık olarak algıladıkları şeyler değişse de söz konusu çalışmalar yabancı kültürlerde yapılmıştır. Türkiye’de kadınların ve erkeklerin duyarlılık olarak algıladıkları şeylerin neler olduğuna dair bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmacıların bu konuya odaklanması önemli gözükmektedir. Bu bilgi bize hem toplumsal cinsiyet rollerinin algılanan duyarlılığı nasıl şekillendirdiğini bilmemizi sağlayabilir hem de duyarlılığı artırmanın daha etkili yollarını gösterebilir. Bu araştırma kadınların risk grubunda olmasını vurgulamasıyla beraber, kültürel özelliklerin de önemli olabileceğine dikkat çekmektedir.

Analizler romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin araştırma değişkenleri tarafından açıklanma oranını %34 olarak ortaya koymuştur. Açıklanmayan kısım obsesyon ve kompulsiyonların farklı yordayıcıları olduğunu göstermektedir. Kuramsal çerçeveden yola çıktığımızda bu yordayıcılar ilişki doyumu, bağlanma stilleri, adaptif olmayan inançlar, ebeveyn tutumları, esenlik, stresle başa çıkma tarzları, öz şefkat, sosyal ve çevresel faktörler şeklinde geniş bir çerçevede ele alınabilir. Örneğin bağlanma stillerinin (terk edilme kaygısı gibi) kişinin kendisine ve ilişkisine yönelik olumsuz zihinsel temsillerde (örneğin “Gayet kötü bir partnerim bu yüzden bir gün terk edileceğim.” ya da “Tetikte kaldığım ve olan biteni kontrol ettiğim sürece terk edilmem.”) rol oynadığı bilinmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2003) ve durum kişinin algılanan duyarlılığını etkilemektedir (Reis, 2007). Fakat bu araştırmanın kapsamı itibarıyla araştırmanın kuramsal çerçevesinde bağlanma stillerinin nasıl bir rol oynadığını bilinmemektedir. Bu sonuç ileriki çalışmalar ile önerilen modelin daha geniş bir çerçevede ele alınarak geliştirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.

Daha önce bahsedildiği gibi çeşitli psikiyatrik rahatsızlıklar, özellikle depresyon ve anksiyete bozuklukları, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkilidir (Doron, 2012a). Doron, vd. (2014) bunun önemine vurgu yaparak klinik görüşmede söz konusu obsesyon ve kompulsiyonlardan şüphelenildiğinde eşlik edebilecek bozuklukların tespitinin doğru bir şekilde yapılmasını önermektedir. Sharma vd. (2021) tarafından OKB ve eş tanıları üzerine son 42 senedeki araştırmaları kapsayan meta analiz çalışmasında %69 oranında eş tanı alındığı bulunmuştur. Bu sonuç, diğer psikiyatrik hastalıkların OKB’nin diğer alt türleri ile eş tanı alması gibi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle de alabileceğini göstermektedir. Özellikle anksiyete bozuklukları gibi OKB ile benzer semptomlara sahip bozukluklar risk faktörü olabilir (Doron, vd., 2014). Ayrıca psikiyatrik bir tanıya sahip olmanın bireyin günlük hayatındaki işlevselliğine zarar verici olması ve bunun da kişinin ilişkisine etki etmesi olası bir durumdur. Bu araştırma klinik olmayan bir örnekleme gerçekleştirildiği için klinik örnekleme nasıl bir mekanizmanın işlediği yorumunu yapmak güçtür. Bu nedenle gelecek araştırmalarda klinik örneklemin de araştırmaya dahil edilmesi önemli olabilir. Örneğin algılanan duyarlılığın düzenleyici gücünün klinik örnekleme ortaya çıkmaması gibi bir sonuç kişilerarası bir müdahaleden ziyade daha bireysel bir müdahaleye işaret edebilir.

Bu araştırma sadece romantik ilişkisi olan bireyleri ele alması açısından önemli gözükse de romantik ilişkilerde öz yeterlik kavramı bireyin bir romantik ilişkiden bağımsız şekilde genel bir partner olarak yeterliliğine de vurgu yapmaktadır. Bu araştırma hâlihazırda bir romantik ilişki içerisinde bulunan kişiler ile gerçekleştirilmiştir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin daha önce ilişkisi olmuş fakat şu an olmayan bireylerde nasıl görünür olduğu ve öz yeterlik ile ilişkisinin niteliği merak konusudur. İleriki çalışmalara geçmişte romantik ilişkisi olan bireylerin dâhil edilmesi hâlihazırda var olan bir ilişkinin ve partnerin etkisini daha iyi görmemizi sağlayabilir.

Bu araştırma temelde romantik ilişkileri ele alsa da katılımcılar çiftler olarak değil bireysel olarak katılmışlardır. İleriki çalışmalarda partnerlerin de araştırmaya dahil edilmesi modeli geliştirebilir. Bunun yanı sıra daha önce de tartışıldığı gibi araştırmada ele alınan konular partnerler ilişkide olduğu müddetçe değişkenlik göstermektedir. Bu nedenle ayrıca çiftlerle çalışılan boylamsal çalışmalar kavrayışımızı büyük ölçüde geliştirebilir.

6.2. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Bu bölümde araştırmanın sınırlılıkları ve benzer konularda çalışacak araştırmacılar için faydalı olduğu düşünülen öneriler sunulmuştur

Öncelikle bu araştırma kesitsel bir araştırmadır. Katılımcılardan zamansal olarak tek bir noktada veri toplanmıştır. Bu nedenle bireylerin ilişkilerinin başlangıç ve ilerleyişlerinde ele alınan değişkenlerin nasıl bir ilişkide olduğu bilinmemektedir. İlerleyen çalışmalarda araştırmacılar boylamsal etkiyi de değerlendirerek kuramsal modeli genişletebilir.

Araştırma verileri Türkiye’de yaşayan, 18-50 yaş aralığında, romantik ilişkisi olan ve psikiyatrik tanısı olmayan bireylerden toplanmıştır. Katılımcıların büyük çoğunluğunu genç yetişkinler ve lisans mezunları oluşturmaktadır. Bu sebeple verilerin evrenin tamamına genellemesi güçleşmektedir. Gelecek çalışmalarda katılımcıların demografik değişkenlerinin geniş bir yelpazede ve dengeli olmasının topluma genelleştirilmesini kolaylaştırabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmanın verileri yüz yüze toplanmasıyla beraber büyük çoğunluğu çevrimiçi platformlarda toplanmıştır. Bu nedenle katılımcıların verilen ölçekleri

puanlarken dikkatinin dağılabileceği ortamlarda bulunması, bir başkası ile yapması, anlayamadığı noktalarda yardım alamaması, sosyal beğenirlik etkisinden kaynaklı yanlışlık sergilemesi gibi durumlar kontrol edilememiştir. Zaman ve kolaylık açısından çevrimiçi platformlarda veri toplanması tercih edilse de verilerin güvenilirliği açısından daha kontrollü ortamlarda veriler toplanabilir.

Bu çalışma deneysel bir çalışma değildir. Bu nedenle ele alınan değişkenler arasında neden sonuç ilişkisi kurulamamıştır. Korelasyonel bir çalışma olarak değişkenlerin birlikte hangi yönde değişim gösterdiğine odaklanılmıştır. Mevcut çalışmada test edilen kuramsal modeldeki neden sonuç ilişkisi görebilmek için deneysel araştırma düzeneklerinden faydalanılabilir.

KAYNAKLAR

- Abak E, ve Güzel S (2021). Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24, 368 - 382. [10.5505/kpd.2021.14632](https://doi.org/10.5505/kpd.2021.14632)
- Abbey, R. D., Clopton, J. R. ve Humphreys, J. D. (2007). Obsessive-compulsive disorder and romantic functioning. *Journal of clinical psychology*, 63(12), 1181–1192. <https://doi.org/10.1002/jclp.20423>
- Abramowitz, J. S., McKay, D. ve Taylor, S. (2008). *Obsessive-compulsive disorder: Subtypes and spectrum conditions*. Amsterdam: Elsevier.
- Abramowitz, J. S. (2009). *Getting over OCD: a 10-step workbook for taking back your life*. New York, NY, USA: Guilford Press.
- Abramowitz, J. S., Baucom, D. H., Boeding, S., Wheaton, M. G., Pukay-Martin, N. D., Fabricant, L. E., Paprocki, C. ve Fischer, M. S. (2013). Treating obsessive-compulsive disorder in intimate relationships: a pilot study of couple-based cognitive-behavior therapy. *Behavior therapy*, 44(3), 395–407. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2013.02.005>
- Adair, K. C., Boulton, A. J. ve Algae, S. B. (2018). The effect of mindfulness on relationship satisfaction via perceived responsiveness: Findings from a dyadic study of heterosexual romantic partners. *Mindfulness*, 9(2), 597–609. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0801-3>
- Akan, Y. ve Bakioğlu, F. (2021). Examining the relationship self-efficacy levels of adults in terms of coping with jealousy and attachment in close relationships. *Turkish Studies – Educational Sciences*, 16(2), 517-534. <http://dx.doi.org/10.47423/TurkishStudies.49670>
- Albayrak, K. (2021). *Romantik ilişki yaşayan yetişkinlerde bedensel yakınmaların, çocukluk travmaları ve algılanan partner duyarlılığı ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Alonso-Ferres, M., Imami, L. ve Slatcler, R. B. (2020). Untangling the effects of partner responsiveness on health and well-being: The role of perceived control. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(4), 1150-1171. <https://doi.org/10.1177/0265407519884726>
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Andrews, G., Crawford, M. R. ve Holder, M. D. (2017). The contribution of romantic relationships to well-being. *Romantic Relationships*, 127.
- Aslan, A. (2021). *The effects of admiration and gratitude expression on perceived partner responsiveness among adolescents: The roles of narcissism and depression* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. TED Üniversitesi.
- Ayluçtarhan, Z. (2023). *Romantik ilişkilerde yakınlık hissi, algılanan partner duyarlılığı ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu semptomlarının ilişki doyumu üzerindeki etkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Bahun, I. ve Huić, A. (2017). Intimate relationships in context: stress spillover, relationship efficacy, and relationship satisfaction. *Primenjena Psihologija*, 10(1), 5–16. <https://doi.org/10.19090/pp.2017.1.5-16>
- Bakçepinar, E. (2019). *Romantik İlişki ve Partner Temalı Obsesyon ve*

- Kompulsiyonların Şema Alanları Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Balandı, H. S. (2022). *Romantik İlişki ve Partner Temalı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geşalt Temas Biçimleri ve Romantik İlişkide Bilinçli Farkındalık Bağlamında İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Balcı, B. B. (2020). *The association of relational uncertainty with relationship satisfaction and perceived partner responsiveness: a cross-sectional and a daily diary study* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Başkent Üniversitesi.
- Balcı, S. E. (2021). *The predictive role of insecure attachment styles on relationship centered and partner focused obsessive compulsive symptoms: The mediator role of relationship satisfaction and intention of infidelity*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bandura, A. (1994). "Self-Efficacy", In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, 4, 71–81, New York: Academic Press.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Bar-Kalifa, E., Bar-Kalifa, L., Rafaeli, E., George-Levi, S. ve Vilchinsky, N. (2016). Relational entitlement moderates the associations between support matching and perceived partner responsiveness. *Journal of Research in Personality*, 65, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.08.009>
- Beck, L. A., Pietromonaco, P. R., DeVito, C. C., Powers, S. I. ve Boyle, A. M. (2014). Congruence between spouses' perceptions and observers' ratings of responsiveness: the role of attachment avoidance. *Personality & social psychology bulletin*, 40(2), 164–174. <https://doi.org/10.1177/0146167213507779>
- Bhar, S. ve Kyrios, M. (2000). Ambivalent self-esteem as meta-vulnerability for obsessive-compulsive disorder. *Self-concept theory, research and practice: Advances from the new millennium*, Sydney, Australia: Self research Centre (pp. 143–156).
- Birnbaum, G. E., Ein-Dor, T., Reis, H. T. ve Segal, N. (2014). Why do men prefer nice women? Gender typicality mediates the effect of responsiveness on perceived attractiveness in initial acquaintanceships. *Personality & social psychology bulletin*, 40(10), 1341–1353. <https://doi.org/10.1177/0146167214543879>
- Birnbaum, G. E., Reis, H. T., Mizrahi, M., Kanat-Maymon, Y., Sass, O. ve Granovski-Milner, C. (2016). Intimately connected: The importance of partner responsiveness for experiencing sexual desire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(4), 530-546. doi: 10.1037/pspi0000069
- Boeding, S. E., Paprocki, C. M., Baucom, D. H., Abramowitz, J. S., Wheaton, M. G., Fabricant, L. E. ve Fischer, M. S. (2013). Let me check that for you: symptom accommodation in romantic partners of adults with Obsessive-Compulsive Disorder. *Behaviour research and therapy*, 51(6), 316–322. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.03.002>
- Bolger, N., Zuckerman, A. ve Kessler, R. C. (2000). Invisible support and adjustment to stress. *Journal of personality and social psychology*, 79(6), 953–961. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.79.6.953>
- Bolger, N. ve Amarel, D. (2007). Effects of social support visibility on adjustment

- to stress: Experimental evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 458–475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.458>
- Brander, G., Pérez-Vigil, A., Larsson, H. ve Mataix-Cols, D. (2016). Systematic review of environmental risk factors for Obsessive-Compulsive Disorder: A proposed roadmap from association to causation. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 65, 36–62. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.03.011>
- Brandes, O., Stern, A. ve Doron, G. (2020). “I just can’t trust my partner”: Evaluating associations between untrustworthiness obsessions, relationship obsessions and couples violence. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24, Article 100500. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.100500>.
- Cabeldue, M. ve Boswell, S. S. (2012). Predictors of relationship self-efficacy in undergraduates. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 17(4). DOI:10.24839/2164-8204.JN17.4.154
- Caprariello, P. A. ve Reis, H. T. (2011). Perceived partner responsiveness minimizes defensive reactions to failure. *Social Psychological and Personality Science*, 2(4), 365–372. <https://doi.org/10.1177/1948550610391914>
- Carstensen, L. L., Gottman, J. M. ve Levenson, R. W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and Aging*, 10, 140–149. [doi:10.1037/0882-7974.10.1.140](https://doi.org/10.1037/0882-7974.10.1.140)
- Cassidy J. (2001). Truth, lies, and intimacy: an attachment perspective. *Attachment & human development*, 3(2), 121–155. <https://doi.org/10.1080/14616730110058999>
- Chopik, W. J., Edelstein, R. S. ve Fraley, R. C. (2013). From the cradle to the grave: age differences in attachment from early adulthood to old age. *Journal of personality*, 81(2), 171–183. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2012.00793.x>
- Clark, D. A. ve Beck, A. T. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. New York: Guilford Press.
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive-behavioral therapy for OCD*. Guilford Press.
- Clark, M. S., Fitness, J. ve Brissette, I. (2004). Understanding People's Perceptions of Relationships is Crucial to Understanding their Emotional Lives. M. B. Brewer ve M. Hewstone (Ed.), *Emotion and motivation içinde* (pp. 21–46). Blackwell Publishing.
- Cohen, M. T. (2018). Relationship efficacy and relationship-related attitudes. *Journal of Relationships Research*, 9, Article e4. <https://doi.org/10.1017/jrr.2018.3>
- Collins, W. A., Welsh, D. P. ve Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual review of psychology*, 60, 631–652. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
- Collins, N. L. ve Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053–1073. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.6.1053>
- Cortes, K. ve Wood, J. V. (2018). Is it really "all in their heads"? How self-esteem predicts partner responsiveness. *Journal of personality*, 86(6), 990–1002. <https://doi.org/10.1111/jopy.12370>
- Cottle, N. R., Thompson, A. K., Burr, B. K. ve Hubler, D. S. (2014). The effectiveness of relationship education in the college classroom. *Journal of*

- Couple & Relationship Therapy*, 13, 267–283.
[doi:10.1080/15332691.2014.956357](https://doi.org/10.1080/15332691.2014.956357)
- Crocker, J. ve Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108(3), 593–623. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.108.3.593>
- Cui, M., Fincham, F. D. ve Pasley, B. K. (2008). Young adult romantic relationships: the role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality & social psychology bulletin*, 34(9), 1226–1235.
<https://doi.org/10.1177/0146167208319693>
- Çağlayan, M. (2021). *The mediating role of basic needs satisfaction in relation between perceived partner responsiveness and bingeing behavior* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İzmir Ekonomi Üniversitesi.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [doi:10.1207/s15327965pli1104_0](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_0)
- Doron, G. ve Kyrios, M. (2005). Obsessive compulsive disorder: a review of possible specific internal representations within a broader cognitive theory. *Clinical psychology review*, 25(4), 415–432. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.02.002>
- Doron, G., Kyrios, M. ve Moulding, R. (2007). Sensitive domains of self-concept in obsessive-compulsive disorder (OCD): further evidence for a multidimensional model of OCD. *Journal of anxiety disorders*, 21(3), 433–444. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.05.008>
- Doron, G., Moulding, R., Kyrios, M., ve Nedeljkovic, M. (2008). Sensitivity of self-beliefs in obsessive compulsive disorder. *Depression and anxiety*, 25(10), 874–884. <https://doi.org/10.1002/da.20369>
- Doron, G., Moulding, R., Nedeljkovic, M., Kyrios, M., Mikulincer, M. ve Sar-El, D. (2012). Adult attachment insecurities are associated with obsessive compulsive disorder. *Psychology and psychotherapy*, 85(2), 163–178.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02028.x>
- Doron, G., Derby, D. S., 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. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2011.11.002>
- Doron, G., Derby, D. S., 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.
[doi:10.1016/j.jocrd.2012.05.004](https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2012.05.004)
- Doron, G., Sar-El, D., ve Mikulincer, M. (2012c). Threats to moral self-perceptions trigger obsessive compulsive contamination-related behavioral tendencies. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 43(3), 884–890.
<https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2012.01.002>
- Doron G, Szepsenwol O, Derby D, Nahaloni E. (2012d). Relationship-related obsessive-compulsive phenomena: The case of relationship-centered and partner-focused obsessive compulsive symptoms. *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*. 71-82.
- 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.
<https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.05.003>

- Doron, G., Mizrahi, M., Szepsenwol, O. ve Derby, D. (2014a). Right or flawed: relationship obsessions and sexual satisfaction. *The journal of sexual medicine*, 11(9), 2218–2224. <https://doi.org/10.1111/jsm.12616>
- Doron, G., Derby, D. S. ve Szepsenwol, O. (2014b). Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 169–180. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2013.12.005>
- Doron, G. ve Szepsenwol, O. (2015). Partner-focused obsessions and self-esteem: An experimental investigation. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 49(Pt B), 173–179. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.05.007>
- 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. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2016.00058>
- Doron, G. ve Derby, D. (2017). Assessment and Treatment of Relationship-Related OCD Symptoms (ROCD). In *The Wiley Handbook of Obsessive Compulsive Disorders* (eds J.S. Abramowitz, D. McKay and E.A. Storch). <https://doi.org/10.1002/9781118890233.ch30>
- Edwards, V., Salkovskis, P. M. ve Bream, V. (2023). Do they really care? Specificity of social support issues in hoarding disorder and obsessive-compulsive disorder. *The British journal of clinical psychology*, 62(3), 573–591. <https://doi.org/10.1111/bjc.12426>
- Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreçleri* (4. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Fawcett, E. J., Power, H. ve Fawcett, J. M. (2020). Women Are at Greater Risk of OCD Than Men: A Meta-Analytic Review of OCD Prevalence Worldwide. *The Journal of clinical psychiatry*, 81(4), 19r13085. <https://doi.org/10.4088/JCP.19r13085>
- Feeney, B. C. ve Collins, N. L. (2015). A new look at social support: a theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and social psychology review : an official journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc*, 19(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Fernandez, S.M., Sevil, C. ve Moulding, R. (2021). Feared self and dimensions of obsessive compulsive symptoms: Sexual orientation-obsessions, relationship obsessions, and general OCD symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28, 100608. [DOI:10.1016/j.jocrd.2020.100608](https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2020.100608)
- Fincham, F. D., Harold, G. T. ve Gano-Phillips, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Direction of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14(2), 267–285. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.2.267>
- Finkenauer, C., Kubacka, K. E., Engels, R. C. M. E. ve Kerkhof, P. (2009). Secrecy in close relationships: Investigating its intrapersonal and interpersonal effects. In T. D. Afifi & W. A. Afifi (Eds.), *Uncertainty, information management, and disclosure decisions: Theories and applications* (pp. 300–319). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Finkenauer, C. ve Righetti, F. (2011). *Understanding in close relationships: An interpersonal approach*. *European Review of Social Psychology*, 22(1), 316–363. <https://doi.org/10.1080/10463283.2011.633384>
- Forest, A. L. ve Wood, J. V. (2011). When partner car- ing leads to sharing: Partner

- responsiveness increases expressivity, but only for individuals with low self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(4), 843-848. [doi: 10.1016/j.jesp.2011.03.005](https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.03.005)
- Futris, T. G., Sutton, T. E. ve Duncan, J. C. (2017). Factors associated with romantic relationship self-efficacy following youth-focused relationship education. *Family Relations*, 66(5), 777-793. <https://doi.org/10.1111/fare.12288>
- Gable, S. L. ve Reis, H. T. (2006). *Intimacy and the Self: An Iterative Model of the Self and Close Relationships içinde* (Ed. P. Noller ve J. A. Feeney). Close relationships: Functions, forms and processes (pp. 211–225). Psychology Press/Taylor & Francis (UK).
- Gadassi, R., Bar-Nahum, L. E., Newhouse, S., Anderson, R., Heiman, J. R., Rafaeli, E. ve Janssen, E. (2016). Perceived Partner Responsiveness Mediates the Association Between Sexual and Marital Satisfaction: A Daily Diary Study in Newlywed Couples. *Archives of sexual behavior*, 45(1), 109–120. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0448-2>
- George, D. ve Mallery, M. (2022). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 27.0 update* (17 ed.) Boston: Pearson
- Ghomian, S., Shaeiri, M. R. ve Farahani, H. (2021). Designing The Relationship Obsessive-Compulsive Inventory (ROCI) based on Iranian culture and evaluation of its psychometric properties. *Iranian journal of psychiatry*, 16(4), 418–429. <https://doi.org/10.18502/ijps.v16i4.7229>
- Girme, Y. U., Maniaci, M. R., Reis, H. T., McNulty, J. K., Carmichael, C. L., Gable, S. L., Baker, L. R., ve Overall, N. C. (2018). Does support need to be seen? Daily invisible support promotes next day relationship well-being. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 32(7), 882–893. <https://doi.org/10.1037/fam0000453>
- Girme, Y. U., Overall, N. C., Simpson, J. A. ve Fletcher, G. J. (2015). "All or nothing": attachment avoidance and the curvilinear effects of partner support. *Journal of personality and social psychology*, 108(3), 450–475. <https://doi.org/10.1037/a0038866>
- Gómez-López, M., Viejo, C. ve Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-Being and Romantic Relationships: A Systematic Review in Adolescence and Emerging Adulthood. *International journal of environmental research and public health*, 16(13), 2415. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
- Gündüz, B. ve Karataş, A. (2020, Eylül). İlişki doyumunun yordayıcıları: İlişkisel benlik değişimi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik. Eğitim Araştırmaları Kongresinde sunulan bildiri, Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay
- Hacıömeroğlu, B. ve İnöz, M. (2019). Is reassurance seeking specific to OCD? Adaptation study of the Turkish version of reassurance seeking questionnaire in clinical and non-clinical samples. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 47(3), 363–385. <https://doi.org/10.1017/S1352465818000462>
- Hadden, B. W., Smith, C. V. ve Webster, G. D. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: meta-analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and social psychology review : an official journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc*, 18(1), 42–58. <https://doi.org/10.1177/1088868313501885>

- Halldorsson, B. ve Salkovskis, P. M. (2017). Why do people with OCD and health anxiety seek reassurance excessively? An investigation of differences and similarities in function. *Cognitive Therapy and Research*, 41(4), 619–631. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9826-5>
- Harvey, J. ve Omarzu, J. (1999). *Minding the close relationship: A theory of relationship enhancement*. Cambridge: Cambridge University Press. [doi:10.1017/CBO9780511527845](https://doi.org/10.1017/CBO9780511527845)
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Helson, R. ve Soto, C. J. (2005). Up and down in middle age: Monotonic and nonmonotonic changes in roles, status, and personality. *Journal of Personality and Social Psychology* 89, 194–204. [doi:10.1037/0022-3514.89.2.194](https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.2.194)
- Hou, S. Y., Yen, C. F., Huang, M. F., Wang, P. W. ve Yeh, Y. C. (2010). Quality of life and its correlates in patients with obsessive-compulsive disorder. *The Kaohsiung journal of medical sciences*, 26(8), 397–407. [https://doi.org/10.1016/S1607-551X\(10\)70065-6](https://doi.org/10.1016/S1607-551X(10)70065-6)
- Hyman, B. M. ve Pedrick, C. (2020). *Obsesif kompulsif bozukluk çalışma kitabı* (E., Bayraktar, C., Erkekr Güven, Z., Özmeýdan, Çev.) Psikonet. (2010).
- Itzhakov, G., Reis, H. T. ve Weinstein, N. (2021). How to foster perceived partnerresponsiveness: High-quality listening is key. *Social and Personality Psychology Compass*, 16(1), e12648. <https://doi.org/10.1111/spc3.12648>
- Itzhakov, G. ve Weinstein, N. (2021). High-quality listening supports speakers' autonomy and self-esteem when discussing prejudice. *Hum. Commun. Res.* 47,248–283. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqab003>
- Itzhakov, G. ve Reis, H. T. (2023). Listening and perceived responsiveness: Unveiling the significance and exploring crucial research endeavors. *Current Opinion In Psychology*, 53, 101662. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101662>
- Julal Cnossen, F., Harman, K. ve Butterworth, R. (2019). Attachment, efficacy beliefs and relationship satisfaction in dating, emerging adult women. *Journal of Relationships Research*, 10, E19. [doi:10.1017/jrr.2019.14](https://doi.org/10.1017/jrr.2019.14)
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E. ve Thoresen, C. J. (2002). Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct? *Journal of personality and social psychology*, 83(3), 693–710. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.83.3.693>
- Karahisar, İ. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Yetişkin Ayrılık Anksiyetesinin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişisinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kane, H. S., McCall, C., Collins, N. L. ve Blascovich, J. (2012). Mere presence is not enough: Responsive support in a virtual world. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(1), 37–44. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.07.001>
- Kırimer-Aydınlı F. ve Sümer, N. (2020). Bireysel ve ilişkisel bağlamda algılanan partner duyarlılığı: derleme çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 23(46), 88 - 103.
- Knapton, O. (2015). Dynamic conceptualizations of threat in obsessive-compulsive disorder (OCD). *Language and Cognition*, 8(01), 1–31. [doi:10.1017/langcog.2015.18](https://doi.org/10.1017/langcog.2015.18)
- Knee, C. R., Canevello, A., Bush, A. L. ve Cook, A. (2008). Relationship-contingent self-esteem and the ups and downs of romantic relationships. *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, 95(3), 608–627. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.608>
- Knee, C. R., Hadden, B. W., Porter, B. ve Rodriguez, L. M. (2013). Self-determination theory and romantic relationship processes. *Personality and Social Psychology Review*, 17(4), 307–324. [doi:10.1177/1088868313498000](https://doi.org/10.1177/1088868313498000)
- Kobori, O., Salkovskis, P.M., Read, J., Lounes, N. ve Wong, V. (2012). A qualitative study of the investigation of reassurance seeking in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1, 25–32.
- Kobori, O. ve Salkovskis, P. M. (2013). Patterns of reassurance seeking and reassurance-related behaviours in OCD and anxiety disorders. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 41(1), 1–23. <https://doi.org/10.1017/S1352465812000665>
- Kobori, O., Sawamiya, Y., Iyo, M. ve Shimizu, E. (2015). A comparison of manifestations and impact of reassurance seeking among japanese individuals with ocd and depression. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 43(5), 623–634. <https://doi.org/10.1017/S1352465814000277>
- Kurt, L. (2022). *Çift ilişkilerinde algılanan partner duyarlılığı, özşefkat, kişilerarası duygu düzenleme ve ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- La Guardia, J. G. ve Patrick, H. (2008). Self-Determination theory as a fundamental theory of close relationships. *Canadian Psychology*, 49(3), 201–209. [doi: 10.1037/a0012760](https://doi.org/10.1037/a0012760)
- Lang, F. R. ve Carstensen, L. L. (2002). Time counts: future time perspective, goals, and social relationships. *Psychology and aging*, 17(1), 125–139. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.1.125>
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F. ve Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1238–1251. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.5.1238>
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F. ve Rovine, M. J. (2005). The interpersonal process model of intimacy in marriage: a daily-diary and multilevel modeling approach. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 19(2), 314–323. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.2.314>
- Lee, H. J. ve Kwon, S. M. (2003). Two different types of obsession: autogenous obsessions and reactive obsessions. *Behaviour research and therapy*, 41(1), 11–29. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00101-2](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00101-2)
- Lemay, E. P., Jr. ve Neal, A. M. (2013). The wishful memory of interpersonal responsiveness. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 104(4), 653–672. <https://doi.org/10.1037/a0030422>
- Lemay, E. P., Jr. ve Neal, A. M. (2014). Accurate and biased perceptions of responsive support predict well-being. *Motivation and Emotion*, 38(2), 270–286. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9381-2>
- Lihua, M., Tao, Z., SiYong, H., Suwen, W., Xiaoxuan, Y., Yichen, G., Caiyun, Z., & Yan, B. (2014). Obsessive-compulsive disorder in general hospital outpatients: prevalence, correlates, and comorbidity in Lanzhou, China. *Asia-Pacific psychiatry : official journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists*, 6(3), 308–318. <https://doi.org/10.1111/appy.12113>

- Lopez, F.G. ve Lent, R.W. (1991). Efficacy-based predictors of relationship adjustment and persistence among college students. *Journal of College Student Development*, 32.
- Lopez, F. G., Morúa, W. ve Rice, K. G. (2007). Factor structure, stability, and predictive validity of college students' relationship self-efficacy beliefs. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(2), 80–96. <https://doi.org/10.1080/07481756.2007.11909807>
- Luszczynska, A., Scholz, U. ve Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: multicultural validation studies. *The Journal of psychology*, 139(5), 439–457. <https://doi.org/10.3200/JRLP.139.5.439-457>
- Manne, S., Ostroff, J., Rini, C., Fox, K., Goldstein, L. ve Grana, G. (2004). The interpersonal process model of intimacy: The role of self-disclosure, partner disclosure, and partner responsiveness in interactions between breast cancer patients and their partners. *Journal of Family Psychology*, 18(4), 589–599. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.4.589>
- Melli, G., Carraresi, C. ve Doron, G. (2015). The role of perfectionism in relationship obsessive-compulsive disorder (ROCD). Paper presented at the 45th Congress of European Association for Behavioural & Cognitive Therapies. Jerusalem, August 31 –September 3.
- Melli, G., Carraresi, C., Pinto, A., Caccico, L. ve Micheli, E. (2018a). Relationship obsessive-compulsive disorder assessment: The psychometric properties of the Italian version of the roci and the PROCSI | [Valutare il disturbo ossessivocompulsivo da relazione: Proprietà psicometriche della versione italiana di ROCI e PROCSI]. *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*, 24(3), pp. 251-269.
- Melli, G., Bulli, F., Doron, G. ve Carraresi, C. (2018b). Maladaptive beliefs in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): Replication and extension in a clinical sample. *J. Obsess-Compuls. Rel.* 18, 47-53. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.06.005>
- Merwin, K. E. ve Rosen, N. O. (2020). Perceived partner responsiveness moderates the associations between sexual talk and sexual and relationship well-being in individuals in long-term relationships, *The Journal of Sex Research*, 57:3, 351-364, DOI: 10.1080/00224499.2019.1610151
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 35, 53-152. doi: 10.1016/S0065-2601(03)01002-5
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2013). *The role of attachment security in adolescent and adult close relationships*. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 66–89). Oxford University Press.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2. Baskı). Guilford Press.
- Moritz, S. ve Pohl, R. F. (2009). Biased processing of threat-related information rather than knowledge deficits contributes to overestimation of threat in obsessive-compulsive disorder. *Behavior Modification*, 33(6), 763–777. <https://doi.org/10.1177/0145445509344217>
- Neal, R. L. ve Radomsky, A. S. (2020). What do you really need? Self- and partner-reported intervention preferences within cognitive behavioural therapy for

- reassurance seeking behaviour. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 48(1), 25–37. <https://doi.org/10.1017/S135246581900050X>
- Newth, S. ve Rachman, S. (2001). The concealment of obsessions. *Behaviour research and therapy*, 39(4), 457–464. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(00\)00006-1](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(00)00006-1)
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group. (1997). Cognitive assessment of obsessive-compulsive disorder. *Behaviour research and therapy*, 35(7), 667–681. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(97\)00017-x](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(97)00017-x)
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (2005). Psychometric validation of the obsessive belief questionnaire and interpretation of intrusions inventory-Part 2: Factor analyses and testing of a brief version. *Behaviour research and therapy*, 43(11), 1527–1542. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.07.010>
- Ogan, S. (2021). *Üniversite öğrencilerinin ilişkileri sürdürme stratejilerinin, bağlanma stilleri, romantik ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik ile arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Ogan, S. ve Öz Soysal, F. S. (2022). Üniversite öğrencilerinde ilişkileri sürdürme stratejilerinin yordayıcıları olarak romantik ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde öz yeterlik . *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi* , (12) , 271-288 . DOI: [10.21733/ibad.988829](https://doi.org/10.21733/ibad.988829)
- Owen, J., Manthos, M. ve Quirk, K. (2013). Dismantling study of prevention and relationship education program: The effects of a structured communication intervention. *Journal of Family Psychology*, 27, 336–341. [doi:10.1037/a0031597](https://doi.org/10.1037/a0031597)
- Özel, P. (2021). *İlişki odaklı ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordamada bağlanma stillerinin ve evlilik uyumunun rolü*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi.
- Öz Soysal, F. S., Uz Baş, A. ve Aysan, F. (2019). Romantik ilişkilerde öz yeterlik ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 1100-1110.
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A. ve Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 434-457. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.434>
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 102–110.
- Rachman S. (1998). A cognitive theory of obsessions: elaborations. *Behaviour research and therapy*, 36(4), 385–401. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(97\)10041-9](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(97)10041-9)
- Rachman S. (2012). Health anxiety disorders: a cognitive construal. *Behaviour research and therapy*, 50(7-8), 502–512. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.05.001>
- Rachman, S., Radomsky, A. S. ve Shafran, R. (2008). Safety behaviour: a reconsideration. *Behaviour research and therapy*, 46(2), 163–173. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.11.008>
- Raghavan, C., Swan, S. C., Snow, D. L. ve Mazure, C. M. (2005). The mediational role of relationship efficacy and resource utilization in the link between physical and psychological abuse and relationship termination. *Violence against women*, 11(1), 65–88. <https://doi.org/10.1177/1077801204271514>

- Reis, H. T. ve Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. S. W. Duck (Ed.), *Handbook of Personal Relationships* içinde (367–389). Wiley.
- Reis, H. T., Clark, M. S. ve Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. D. J. Mashek ve A. Aron (Ed.), *Handbook of Closeness and Intimacy* içinde (201–225). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Reis, H. T. (2006). *The perceived responsiveness scale*. Unpublished manuscript. University of Rochester.
- Reis, H. T. (2007). Steps toward the ripening of relationship science. *Personal Relationships*, 14(1), 1–23. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00139.x>
- Reis H. T. ve Clark M. S. (2013). Responsiveness. In Simpson J., Campbell L. (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195398694.013.0018>
- Reis, H. T. ve Gable, S. L. (2015). Responsiveness. *Current Opinion in Psychology*, 1, 67–71. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.001>
- Riggio, H. R., Weiser, D., Valenzuela, A., Lui, P., Montes, R. ve Heuer, J. (2011). Initial validation of a measure of self-efficacy in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 601–606. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.05.026>
- Riggio, H. R., Weiser, D. A., Valenzuela, A. M., Lui, P. P., Montes, R. ve Heuer, J. (2013). Self-efficacy in romantic relationships: Prediction of relationship attitudes and outcomes. *The Journal of Social Psychology*, 153(6), 629–650. <https://doi.org/10.1080/00224545.2013.801826>
- Roberson, P. N. E., Norona, J. C., Lenger, K. A. ve Olmstead, S. B. (2018). How do relationship stability and quality affect wellbeing?: Romantic relationship trajectories, depressive symptoms, and life satisfaction across 30 years. *Journal of Child and Family Studies*, 27(7), 2171–2184. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1052-1>
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101–117. [doi:10.1037/0022-3514.45.1.101](https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101)
- Rowa, K. ve Purdon, C. (2003). Why are certain intrusive thoughts more upsetting than others? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 31(1), 1–11. <https://doi.org/10.1017/S1352465803001024>
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford.
- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: a cognitive-behavioural analysis. *Behaviour research and therapy*, 23(5), 571–583. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(85\)90105-6](https://doi.org/10.1016/0005-7967(85)90105-6)
- Salkovskis, P. M., ve Kobori, O. (2015). Reassuringly calm? Self-reported patterns of responses to reassurance seeking in obsessive compulsive disorder. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 49(Pt B), 203–208. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.09.002>
- Selcuk, E., Günaydin, G., Ong, A. D. ve Almeida, D. M. (2016). Does Partner Responsiveness Predict Hedonic and Eudaimonic Well-Being? A 10-Year Longitudinal Study. *Journal of marriage and the family*, 78(2), 311–325. <https://doi.org/10.1111/jomf.12272>
- Segal, N. ve Fraley, R. C. (2016). Broadening the investment model: An intensive

- longitudinal study on attachment and perceived partner responsiveness in commitment dynamics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(5), 581-599. doi: [10.1177/0265407515584493](https://doi.org/10.1177/0265407515584493)
- Shallcross, S. L., Howland, M., Bemis, J., Simpson, J. A. ve Frazier, P. (2011). Not "capitalizing" on social capitalization interactions: the role of attachment insecurity. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 25(1), 77-85. <https://doi.org/10.1037/a0021876>
- Sharma, E., Sharma, L. P., Balachander, S., Lin, B., Manohar, H., Khanna, P., Lu, C., Garg, K., Thomas, T. L., Au, A. C. L., Selles, R. R., Højgaard, D. R. M. A., Skarphedinsson, G., & Stewart, S. E. (2021). Comorbidities in Obsessive-Compulsive Disorder Across the Lifespan: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in psychiatry*, 12, 703701. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.703701>
- Shaver, P. R. ve Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & human development*, 4(2), 133-161. <https://doi.org/10.1080/14616730210154171>
- Shrout, P. E., Herman, C. M. ve Bolger, N. (2006). The costs and benefits of practical and emotional support on adjustment: A daily diary study of couples experiencing acute stress. *Personal Relationships*, 13(1), 115-134. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00108.x>
- Sookman, D. ve Pinard, G. (2002). Overestimation of Threat and Intolerance of Uncertainty in Obsessive Compulsive Disorder. *Cognitive Approaches to Obsessions and Compulsions*, 63-89. doi: [10.1016/b978-008043410-0/50006-4](https://doi.org/10.1016/b978-008043410-0/50006-4)
- Sönmez, E. (2022). *Algılanan partner duyarlılığı ve partnere yönelik siber takip arasındaki ilişki: İlişkilerde atıf ve ikili güvenin aracı rolü* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İzmir Bakırçay Üniversitesi.
- Spielmann, S. S., Maxwell, J. A., Macdonald, G. ve Baratta, P. L. (2013). Don't get your hopes up: avoidantly attached individuals perceive lower social reward when there is potential for intimacy. *Personality & social psychology bulletin*, 39(2), 219-236. <https://doi.org/10.1177/0146167212472541>
- Sprecher, S. ve Hendrick, S. S. (2004). Self-Disclosure in Intimate Relationships: Associations With Individual and Relationship Characteristics Over Time. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 857-877. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.6.857.54803>
- Stanley, K. D. ve Murphy, M. R. (1997). A comparison of general self-efficacy with self-esteem. *Genetic, social, and general psychology monographs*, 123(1), 81-99.
- Storch, E. A., Abramowitz, J. ve Goodman, W. K. (2008). Where does obsessive-compulsive disorder belong in DSM-V?. *Depression and anxiety*, 25(4), 336-347. <https://doi.org/10.1002/da.20488>
- Subramaniam, M., Abdin, E., Vaingankar, J., Shafie, S., Chang, S., Seow, E., Chua, B. Y., Jeyagurunathan, A., Heng, D., Kwok, K. W. ve Chong, S. A. (2020). Obsessive-Compulsive Disorder in Singapore: Prevalence, Comorbidity, Quality of Life and Social Support. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(1), 15-25. PMID: [32200393](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32200393/)

- Summerfeldt, L. J. (2004). Understanding and treating incompleteness in obsessive-compulsive disorder. *Journal of clinical psychology*, 60(11), 1155–1168. <https://doi.org/10.1002/jclp.20080>
- Sungur, O. (2016). Korelasyon analizi. Ş. Kalaycı (Eds.), *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (7. baskı, s. 113-128). Asil
- Szepešwol, O., Shahr, B. ve Doron, G. (2016). Letting it linger: Exploring the longitudinal effects of relationship-related obsessive-compulsive phenomena. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 11, 101–104. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.10.001>
- Şentürk, Ö. (2021). *Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Eşe Yönelik Kişilerarası Şemaların Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Taşfiliz, D. (2019). *Unveiling the role of perceived partner responsiveness in the link between emotional disclosure and well-being: a comparison of turkish and dutch young adults* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Taşfiliz, D., Sağel Çetiner, E., ve Selçuk, E. (2020) Yakın ilişkilerde algılanan duyarlılığın yaş farklılıkları ve psikolojik esenlik ile ilişkisi, *Turkish Journal of Psychology*, Vol. 35(86), pp. 19-39. DOI: [10.31828/tpd1300443320190630m000020](https://doi.org/10.31828/tpd1300443320190630m000020)
- Taşfiliz, D., Selçuk, E., Gunaydin, G., Slatcler, R. B., Corriero, E. F., & Ong, A. D. (2018). Patterns of perceived partner responsiveness and well-being in Japan and the United States. *Journal of Family Psychology*, 32(3), 355–365. <https://doi.org/10.1037/fam0000378>
- Thompson-Hollands, J., Abramovitch, A., Tompson, M. C. ve Barlow, D. H. (2015). A randomized clinical trial of a brief family intervention to reduce accommodation in obsessive-compulsive disorder: a preliminary study. *Behavior therapy*, 46(2), 218–229. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.11.001>
- 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. [doi:10.1016/s0887-6185\(02\)00182-2](https://doi.org/10.1016/s0887-6185(02)00182-2)
- Tomlinson, J. M., Feeney, B. C. ve Van Vleet, M. (2015). A longitudinal investigation of relational catalyst support of goal strivings. *The journal of positive psychology*, 11(3), 246–257. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048815>
- Toroslu, B. (2020). *Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Toroslu, B. ve Çırakoğlu, O.C. (2022). Do perfectionism and intolerance of uncertainty mediate the relationship between early maladaptive schemas and relationship and partner related obsessive-compulsive symptoms? *Curr Psychol* <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03050-w>
- Tosyalı, A. F. (2018). *Association between perceived partner responsiveness and binge eating behavior: mediating role of the interpersonal emotion regulation* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kadir Has Üniversitesi.
- 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*. Hacettepe Üniversitesi yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi
- Trak, E. ve İnöz, M. (2017). Yeni bir obsesif kompulsif semptom içeriği: romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeği ile partnere ilişkin obsesif-kompulsif belirti ölçeği'nin türkçe formlarının psikometrik özellikleri. *Klinik Psikiyatri*, 20, 171-185. <http://doi.org/10.5505/kpd.2017.75047>
- Trak, E. ve İnöz, M. (2019). Developmental and self-related vulnerability factors in relationship-centered obsessive compulsive disorder symptoms: A moderated mediation model. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 121–128. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.03.004>
- Tunçel, A. (2021). *Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Walsh, R. M., Forest, A. L. ve Orehek, E. (2020). Self-disclosure on social media: The role of perceived network responsiveness. *Computers in Human Behavior*, 104, Article 106162. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106162>
- Wang, J. ve Zhao, X. (2012). Comparison of family functioning and social support between families with a member who has obsessive-compulsive disorder and control families in Shanghai. *Shanghai archives of psychiatry*, 24(1), 20–29. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1002-0829.2012.01.003>
- Weiser, D. A. ve Weigel, J. D. (2016). Self-efficacy in romantic relationships: direct and indirect effects on relationship maintenance and satisfaction. *Personality and Individual Differences* 89, 152–156. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.013>
- Weisskirch, R. S. (2017). Abilities in romantic relationships and well-being among emerging adults. *Marriage & Family Review*, 53(1), 36–47. <https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1195471>
- World Health Organisation [WHO]. (2016). International statistical classification of diseases and related health problems (10th ed.). <https://www.who.int/classifications/icd/en/bluebook.pdf>
- Wu, P. L. ve Chiou, W. B. (2009). More options lead to more searching and worse choices in finding partners for romantic relationships online: an experimental study. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(3), 315–318. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0182>
- Van der Sterren, P. G. ve Verheij, M. J. (2009). The importance of sexual self-disclosure and perceived partner responsiveness in sexual intimacy: the proposition of an interpersonal process model. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Utrecht University
- Yıldırım, B. (2018). Beliren Yetişkinlikte Romantik İlişki Temalı ve Eş Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Gelişimsel Yordayıcıları: Özerklik, Bağlanma ve Mükemmeliyetçilik. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yıldız, N. (2022). *Evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmalarının algılanan partner duyarlılığı ve bilinçli farkındalık ile ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Yılmaz, E. (2020). *Ortoreksiya Nervozanın Yordayıcıları: Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Mükemmeliyetçilik, Bilişsel Esneklik ve Benlik Saygısı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz, B., Yüksel, M. M. ve Müezzini, E. E. (2023). Beliren Yetişkinlik Döneminde

Akılclı Olmayan İnançlar, Bilişsel Çarpıtmalar, Öz Yeterlilik ve İlişki Doyumunun İncelenmesi. *Uluslararası Beşerî Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 9(19), 1-22. <https://doi.org/10.59304/ijhe.1266580>

Zee, K. S. ve Bolger, N. (2019). Visible and Invisible Social Support: How, Why, and When. *Current Directions in Psychological Science*, 28(3), 314-320. <https://doi.org/10.1177/0963721419835214>





EKLER

Ek 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli katılımcı,

Bu çalışma; Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Dr. Öğr. Üyesi Esra Işık danışmanlığında, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Taha Hasan Can tarafından yürütülmektedir. Yüksek lisans tez çalışması kapsamında yürütülen bu çalışmanın amacı, romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif belirtiler ile algılanan partner duyarlılığı ve romantik ilişkilerde öz yeterlik ilişkisini incelemektir.

Çalışmaya katılım **gönüllülük esasına** dayanmaktadır ve sizden **kimlik belirleyici hiçbir bilgi** istenmemektedir. Yanıtlarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Bireysel hiçbir değerlendirme yapılmayacaktır.

Araştırma bulgularının geçerliliği açısından mümkün olduğu kadar eksik soru bırakmamanız ve vereceğiniz cevapların doğru olması çok önemlidir. Lütfen **tüm açıklamaları dikkatlice okuyunuz** ve anketteki **soruların tamamını** cevaplayınız. Sizi tam olarak yansıtmadığını düşündüğünüz durumlarda size **en yakın gelen cevabı** işaretleyiniz.

Çalışma, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Bununla birlikte, katılım sırasında, sorulardan ya da başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz **çalışmayı yarıda bırakmakta özgürsünüz**.

Ayrıca çalışmada katılımcılara herhangi bir ödeme yapılmayacak ve katılımcılardan herhangi bir ücret talebinde bulunulmayacaktır.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Taha Hasan Can (e-mail: _____ ile iletişim kurabilirsiniz.

Çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

☐ Çalışmaya katılmayı **kabul ediyorum**.

☐ Çalışmaya katılmayı **kabul etmiyorum**.

Tarih:

Ek 2: Demografik Bilgi Formu

Lütfen aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak cevaplayınız.

1. Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek ☐ Diğer

2. Yaşınız:

3. Hangi ülkede yaşıyorsunuz?.....

4. Eğitim Durumunuz:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans

☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

5. Annenizin eğitim durumu:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans

☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

6. Babanızın eğitim durumu:

☐ Okur Yazar ☐ Ortaokul ☐ Önlisans ☐ Yüksek Lisans

☐ İlkokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Doktora

7. Sosyoekonomik düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?

☐ Alt ☐ Alt orta ☐ Orta ☐ Orta üst ☐ Üst

8. Romantik bir ilişkiniz var mı?

☐ Evet ☐ Hayır

9. Yukarıdaki soruda “evet”i işaretlediyseniz:

a. İlişkinizi hangi kategoriye koyarsınız?

☐ Evli/Birlikte Yaşama

☐ Flört/Sevgili

☐ Nişanlı

☐ Flört/Sevgili (Uzak Mesafe)

b. İlişkiniz ne kadar süredir devam etmekte (Ay olarak)?

. . .

10. Şu anda bir psikiyatr tarafından size konmuş bir tanınız var mı?

☐ Evet (Belirtiniz)

☐)

Hayır

11. Şu anda kullandığınız psikiyatrik bir ilaç var mı?

☐ Evet (Belirtiniz)

☐)

Hayır

Ek 3: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)

Aşağıda insanların yakın ilişkilerinde yaşayabilecekleri deneyimlere ilişkin ifadeler yer almaktadır. Sizin yakın ilişkilerinizde neler yaşadığınızı değerlendirmek istiyoruz. Lütfen aşağıdaki ifadelerin yakın ilişkilerinizde deneyimmediğiniz 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. 0	Bana biraz uygun. 1	Bana orta düzeyde uygun. 2	Bana oldukça uygun. 3	Bana çok uygun. 4
----------------------------	------------------------	-------------------------------	--------------------------	----------------------

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 4: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (APDÖ)

Lütfen şu anki romantik partnerinizle (yani sevgiliniz ya da eşinizle) ilgili aşağıdaki soruları cevaplayınız.

(1=Hiç Doğru Değil, 5=Ne Doğru Ne Yanlış, 9=Tamamen Doğru)

Partnerim (eşim, sevgilim) çoğu zaman:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1-Nasıl biri olduğumu çok iyi bilir									
2-“Gerçek ben” i görür									
3-İyi yönlerimi ve kusurlarımı, benim kendimde gördüğüm gibi görür									
4-Söz konusu bensem yanılmaz									
5-Zayıf yönlerimi de dahil her şeyimi takdir eder									
6-Beni iyi tanır									
7-Beni anlar									
8-Çoğu zaman en iyi yönlerimi görür									
9-İyisiyle kötüsüyle “gerçek ben” i oluşturan her şeye değer verir ve saygı gösterir									
10-Ne düşündüğümün ve hissettiğimin farkındadır									
11-Beni gerçekten dinler.									
12-Bana olan sevgisini gösterir ve beni yüreklendirir									
13-Ne düşündüğümü ve hissettiğimi duymak ister									
14-Benimle birlikte bir şeyler yapmaya heveslidir									
15-Yetenek ve fikirlerime değer verir									
16-Benimle aynı kafadadır									
17-Bana saygı duyar									
18-İhtiyaçlarıma duyarlıdır									

Ek 5: Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖYÖ)

AÇIKLAMA: Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi en iyi yansıtan rakama karar veriniz veya yanındaki kutucuğa yazınız.

Kesinlikle katılmıyorum				Ne katılıyorum ne katılmıyorum				Kesinlikle Katılıyorum	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	

1. _____ Ben, romantik bir ilişki partneri olarak iyi olmayan biriyim
2. _____ Romantik ilişkilerdeki başarısızlık, beni yalnızca daha fazla çabalamam konusunda istekli yapar.
3. _____ Romantik ilişkilerimle ilgili plan yaptığım zaman bu planı kesinlikle uygulayabilirim.
4. _____ Romantik ilişkilerimde önemli konulara odaklanmakta güçlük yaşarım.
5. _____ Bir romantik ilişkimde, ilk seferde bir şeyi yapamazsam, yapana kadar denemeye devam ederim.
6. _____ Romantik ilişkilerimde ortaya çıkabilecek birçok sorunun üstesinden gelme yeteneğini kendimde görmüyorum.
7. _____ Bazen çok fazla emek isteyen romantik işlere dahil olmaktan kaçınırım.
8. _____ Romantik ilişkilerle uğraşmak benim için çok zor.
9. _____ Başarılı bir romantik ilişkiyi sürdürmek için çaba sarf etmeyi zor bulurum.
10. _____ İyi bir romantik partner (eş) olma konusunda yeteneğime güvenmiyorum.
11. _____ Sorunlarımdan birisi de romantik ilişkilerimin daha iyi olması için gereken enerjiyi bulamamam.
12. _____ İyi bir romantik ilişkiye sahip olmak benim için çok zor.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : Can, Taha Hasan
Uyruğu :
Doğum tarihi ve yeri :
Medeni hali :
Telefon :
e-mail :

Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet tarihi
Lisans	Ankara Üniversitesi – Psikoloji	13.06.2018

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
-----	-----	-------

Yabancı Dil



