



T.C.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**KIRILGAN NARSİZİZM VE SOSYAL ANKSİYETE
ARASINDAKİ İLİŞKİDE ZİHİNSELLEŞTİRMENİN ARACI
ROLÜ**

REYHAN ŞİMŞEK

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üye. Hande GÜNDOĞAN SÜTÜVEN

İSTANBUL-2025



T.C.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**KIRILGAN NARSİZİZM VE SOSYAL ANKSİYETE
ARASINDAKİ İLİŞKİDE ZİHİNSELLEŞTİRMENİN ARACI
ROLÜ**

REYHAN ŞİMŞEK

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üye. Hande GÜNDOĞAN SÜTÜVEN

İSTANBUL-2025

ETİK BEYAN

Bu tez çalışmasının tarafıma ait olduğunu, tezin planlamasından başlayarak yazımına kadarki herhangi bir safhada etik dışı sayılabilecek bir davranışım olmadığını, bu tezdeki tüm bilgileri akademik ve etik kurallar dâhilinde elde ettiğimi, doğrudan elde edemediğim bilgi ve yorumları edindiğim kaynaklara atıf yaptığımı ve bu kaynakları kaynakçada gösterdiğimi ayrıca bu tez çalışmasında ve yazım aşamasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranış içinde bulunmadığımı beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak her türlü yasal sonucu ve sorumluluğu kabullendiğimi bildiririm.

Reyhan Şimşek

ÖNSÖZ

Öncelikle, bu yüksek lisans tezi sürecinde, akademik yolculuğuma rehberlik eden, her aşamada bilgi ve deneyimiyle bana ışık tutan, kendi yolumu bulmama izin veren ve yapıcı geri bildirimleriyle çalışmamın yönünü şekillendiren değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Hande Gündoğan Sütüven'e en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Tez savunma jürimde yer alarak çalışmamı dikkatle inceleyen, Dr. Öğr. Üyesi Meryem Temel'e ve Dr. Öğr. Üyesi Uzun Dural Şenoğuz'a da desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Hayatım boyunca her koşulda beni destekleyen, sağladığı sevgi ve güvenle yoluma ışık tutarak umut aşılayan annem Süreyya Şimşek'e ; emeğini ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen babam Durmuş Şimşek'e ve bana yaşamda her zaman başka yolların da mümkün olduğunu gösteren yoldaşım, kardeşim Evren'e teşekkür ederim. Bana varlıkları, duaları ve inançları ile destek veren, dünden bugüne izlerini takip ederek bugüne vardığım ve zor zamanlarımı kolaylaştıran dedem Selman Demir ve anneannem Saniye Demir' e minnettarım. Bana verdikleri cesaret, sağladıkları alan ve bana dair sahip oldukları güven için tüm aileme teşekkürlerimi sunarım.

Lisans hayatımın başından beri birlikte yol aldığım ve bu yolculuğu benim için keyifli kılan, tüm zorlukları birlikte üstlendiğimiz meslektaşım, canım arkadaşım Pelin Yıldırım'a da teşekkürlerimi sunarım. Beni mucizelere inandıran, tüm samimiyeti ile hem insan olmaya hem de mesleğe dair bana ilham veren Beyza Köseoğlu'na ve bu yolculukta yanımda olarak, samimi dostluğu ile yaşamı benim için keyifli hale getiren Minel Nur Çevirme'ye hayatıma katkıları için teşekkür ederim. Akademik paylaşımlarımızın yanı sıra birlikte akşamları, kahve içip hayata dair konuşurken kendimi tanıdığım arkadaşım, meslektaşım Dicle Ak'a teşekkür ederim.

Mutluluğumu, kaygımı, hüznümü paylaşıırken yanımda olan, kendimi her zaman yanında güvende hissettiğim, zorlandığım, düştüğüm her anda elimi tutan ve güzel

anlarıma kapı aralayan canım dostum Yeliz Ergöl'e kapsayıcılığı, kabulü, desteği için minettarım.

Hayatımda kıymetli bir yeri olan, sunduğu güven ve destekle beni yalnız bırakmayan, kendime dair başka tarafları keşfetmemi sağlayıp, yanında evimde gibi hissettiğim canım arkadaşım Hatice Gerenkaya'ya çok teşekkür ederim. Lise yıllarından bugüne birlikte geçirdiğimiz tüm keyifli zamanlar ve destekleri için İrem Tanık ve Ekin Su Öztop'a teşekkür ederim.



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	iv
KISALTMALAR	vii
TABLolar	viii
ŞEKİLLER.....	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT	xi
GİRİŞ	1
Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	3
Araştırmanın Hipotezleri	4
BÖLÜM 1.....	6
KAVRAMLAR.....	6
1.1.NARSİSİZM	6
1.1.1 Narsisizme Genel Bakış ve Tarihçe.....	6
1.1.2. Normal ve Patolojik Narsisizm.....	9
1.1.3 Narsisistik Kişilik Bozukluğu.....	10
1.1.4 Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm.....	11
1.2. ZİHİNSELLEŞTİRME	15
1.2.1. Zihinselleştirmenin Boyutları	18
1.2.2 Zihinselleştirme Bozuklukları: Hipomentalizasyon ve Hipermentalizasyon	19
1.3. SOSYAL ANKSİYETE.....	21
1.3.1. Tanım ve Tarihsel Gelişim	21
1.3.2. Sosyal Anksiyetenin Epidemiyolojisi.....	22
1.3.3. Klinik Belirtiler.....	23
1.3.4. Psikanalitik Yaklaşım ve Temel Mekanizmalar	24
BÖLÜM 2	28
2.1. KIRILGAN NARSİSİZM VE ZİHİNSELLEŞTİRME	28
2.2. KIRILGAN NARSİSİZM VE SOSYAL ANKSİYETE.....	30
2.3. ZİHİNSELLEŞTİRME VE SOSYAL ANKSİYETE	32
BÖLÜM 3	35
GEREÇ ve YÖNTEM.....	35

3.1. Örneklem	35
3.1.1. Demografik Bilgiler	35
3.2. Veri Toplama Araçları	36
3.2.1. Demografik Bilgi Formu	37
3.2.2. Patolojik Narsisizm Envanteri	37
3.2.3. Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form	38
3.2.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	39
3.3. İşlem	40
3.4. Veri Analizi	40
BÖLÜM 4	42
BULGULAR	42
4.1. Ölçek Bilgileri	42
4.1.1. Ölçeklerin Normallik Dağılımları	42
4.1.2. Ölçeklerin Güvenirlilik Analizleri	43
4.1.3. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler	44
4.2. Hipotezler	45
4.2.1. Araştırmanın Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Analizleri	45
4.2.2. Aracı Rol Analizleri	46
4.3. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular	50
4.3.1. Eğitim Durumuna Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi	50
4.3.2. Yaş ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişki	51
BÖLÜM 5	53
TARTIŞMA	53
5.1. Değişkenler Arası İlişkilerin Değerlendirilmesi	53
5.2. Aracılık Analizlerine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	58
SONUÇ	62
Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler	64
KAYNAKÇA	67
EKLER	82
EK 1- Açıklanmış Onam Formu	82
EK-2 Demografik Bilgi Formu	84
EK-3 Patolojik Narsisizm Envanteri	85
EK-4 Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form	88
EK-5 Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	89

EK-6 Etik Kurul Onayı.....	92
----------------------------	----



KISALTMALAR

LSKÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği

NKB: Narsisistik Kişilik Bozukluğu

PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri

SAB: Sosyal Anksiyete Bozukluğu

SPSS: Sosyal Bilimler için İstatistik Programı

YİÖ-8: Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği – Kısa Form

ZTD: Zihinselleştirmeye Dayalı Terapi



TABLÖLAR

Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

Tablo 4.1 Ölçeklerin Normallik Dağılımları

Tablo 4.2 Ölçeklerin Güvenirlik Analizleri

Tablo 4.3 Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler

Tablo 4.4 Değişkenlere ait Korelasyonlar



ŞEKİLLER

Şekil 1. Araştırmanın Hipotezine İlişkin Model

Şekil 4.1. Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipomentalizasyon ve Hipermentalizasyonun Aracı Rolü Analizine İlişkin Model

Şekil 4.2 Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipomentalizasyon Aracı Rolü Analizine İlişkin Model

Şekil 4.3 Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipermentalizasyon Aracı Rolü Analizine İlişkin Model



ÖZET

Narsisistik kişilik örüntüleri ve sosyal anksiyete, bireyin kişilerarası ilişkilerinde zorluk yaşamasına yol açan önemli psikolojik yapılardır. Bu değişkenlerle ilişkili olarak değerlendirilen zihinselleştirme kapasitesi ise, bireyin hem kendine hem de ötekine dair zihinsel durumları anlamlandırma becerisiyle bağlantılı olup, psikopatolojinin gelişiminde ve sürdürülmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Bu araştırmanın amacı, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirme kapasitesinin alt boyutları olan hipomentalizasyon ve hipermentalizasyonun aracı rolünü incelemektir. Çalışma, 18-60 yaş aralığında yer alan 273 yetişkin bireyden oluşan bir örneklem üzerinde yürütülmüştür. Katılımcılara, Demografik Bilgi Formu, Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE-40), Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği-Kısa Form (YİÖ-8) ve Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ) uygulanmıştır. Toplanan veriler, betimsel istatistikler, korelasyon analizleri ve Hayes'in PROCESS Makro Model 4 yöntemi kullanılarak yürütülen aracılık analizleri ile değerlendirilmiştir. Bulgular, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca kırılğan narsisizm ile hipermentalizasyon arasında negatif, hipomentalizasyon arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Benzer şekilde, sosyal anksiyete hipermentalizasyon ile negatif; hipomentalizasyon ile ise pozitif yönde ilişkilidir. Aracılık analizleri sonucunda, yalnızca hipermentalizasyonun kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlendiği saptanmıştır. Elde edilen bulguların hem kuramsal literatüre hem de klinik uygulamalara yönelik önemli katkılar sunduğu değerlendirilmektedir. Araştırma sonuçları, mevcut alanyazın çerçevesinde yorumlanmış ve ileride gerçekleştirilecek çalışmalara yönelik çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: kırılğan narsisizm, zihinselleştirme, sosyal anksiyete, hipermentalizasyon, hipomentalizasyon

ABSTRACT

Narcissistic personality patterns and social anxiety are significant psychological constructs that contribute to difficulties in individuals' interpersonal functioning. Reflective functioning, which is conceptually associated with these variables, refers to the capacity to interpret and understand one's own and others' mental states, and plays a critical role in the development and maintenance of psychopathology. The aim of the present study is to examine the mediating role of reflective functioning—specifically its subdimensions, hypomentalization and hypermentalization—in the relationship between vulnerable narcissism and social anxiety. The study was conducted with a sample of 273 adult participants aged between 18 and 60. Participants completed a Demographic Information Form, the Pathological Narcissism Inventory (PNI-40), the Reflective Functioning Questionnaire–Short Form (RFQ-8), and the Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS). The data were analyzed using descriptive statistics, correlation analyses, and mediation analyses conducted through Hayes' PROCESS Macro Model 4. The findings revealed a significant positive relationship between vulnerable narcissism and social anxiety. Additionally, vulnerable narcissism was negatively associated with hypermentalization and positively associated with hypomentalization. Social anxiety was also negatively correlated with hypermentalization and positively correlated with hypomentalization. Mediation analyses indicated that only hypermentalization significantly mediated the relationship between vulnerable narcissism and social anxiety. The results are considered to offer meaningful contributions to both theoretical literature and clinical practice. The findings were discussed in the context of the existing literature, and suggestions were made for future research.

Keywords: Vulnerable narcissism, reflective functioning, social anxiety, hypermentalization, hypomentalization

GİRİŞ

Psikanalitik ve psikodinamik literatürde, narsisizminin etiyolojisi ve yansımaları hakkında çeşitli pek çok teori ve gözlem bulunmaktadır. Sağlıklı, normal narsisizm kişinin benlik saygısını sürdürmek için gerekli olan, bireyin kendisini bütün yönleriyle kabul edebilme ve sevebilme yeteneği ve kapasitesi olarak tanımlanırken (Pincus ve Lukowitsky, 2010); patolojik narsisizm benlik saygısını sürdürmek için dış dünyaya bağımlılık ve benlik kaygısı ile karakterizedir (McWilliams, 2011). Psikanalitik literatürde patolojik narsisizm, büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm olarak iki kategoride ele alınmaktadır. Büyüklenmeci narsisizm, görünen bir büyüklenmeci tutum ile birlikte teşhirciliğe varabilecek bir gösteriş, üstün benlik algısı, dışadönüklük ve düşük empati becerileri ile ilişkilidir (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Kırılgan narsisizm, bilinç düzeyinde aşağılık ve utanç duyguları ile birlikte bilinçdışında grandiyöz fanteziler ile birlikte görülür (Akhtar, 2000). Kırılgan narsistik bireyler, düşük özsaygıları nedeniyle diğer insanlarla ilişki kurarken yoğun bir kaygı yaşarlar. İlişkilerde beklentilerinin karşılanmayacağı düşüncesi, özsaygılarını korumak amacıyla sosyal ortamlardan uzak kalmalarına, utangaç ve çekingen tavırlar sergilemelerine yol açabilir (Dickinson ve Pincus, 2003). Kırılgan narsisizm göz önüne alındığında diğer insanlarla ilişkilere dair hassasiyetin, benliğe dair değersizlik inancının sosyal anksiyete ile benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Sosyal anksiyete, bireyin sosyal etkileşim anlarında veya toplum önünde performans sergilemesi gereken durumlarda, olumsuz değerlendirileceği korkusuyla yoğun kaygı ve anksiyete deneyimlemesi olarak görülür. Sosyal anksiyete deneyimleyen bireyler yoğun utanç ve eleştirilme duygusu sahip olup, bilinçdışı düzlemde dikkat çekme ve onaylanma arzuları taşımaktadır (Lipsitz ve Marshall, 2001). Bununla birlikte, sosyal anksiyete bozukluğu olan kişilerde grandiyöz fanteziler, kendini diğerlerinden daha özel biri olarak ve diğerlerini kendine hayranlık duyan ya da boyun eğen kişiler olarak hayal etme görülebilir. Bu fanteziler, genellikle bireylerin yetersizlik duygularını ve aşağılanma korkularını telafi etme çabalarını temsil eder ve gerçek sosyal durumlarda genellikle hayal kırıklığı ve öfkeye neden olarak yetersizlik ve reddedilme duygularını artırır (Charis, 2024). Bununla birlikte

toplumdaki diğer bireyleri kendisi hakkındaki düşüncelerine, eleştirilerine önem veren sosyal anksiyete yaşayan birey, karşısındaki kişinin kendisi hakkında düşüncelerine atfettiği önem sebebi ile çok sayıda zihinsel durum içeren sosyal etkileşimleri net bir şekilde anlamakta zorlanabilir (Çevalier vd., 2023). Bu doğrultuda, sosyal anksiyetenin kırılgan narsisizm ile ilişkili olmasının yanında hem kendi hem de ötekinin duygu ve düşüncelerini anlama ve yorumlama becerisi ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Zihinselleştirme (mentalizasyon), bireyin başkalarının zihinsel durumlarını anlama kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. Yansıtıcı işleyiş olarak ifade edilen zihinselleştirme kapasitesi, bireylerin başkalarının davranışlarını anlamlandırabilmesi ve insanların davranışları, duyguları ve düşünceleri hakkında gerçekçi algılar geliştirebilme becerisidir (Fonagy vd., 2016). Sağlıklı bir zihinselleştirme kapasitesine sahip bireyler başkalarının zihinlerine, duygu ve düşüncelerine dair bir miktar kesinlik ve farkındalığa sahip olsalar da yanılabilmek ihtimallerinin de bilincindedirler (Fonagy ve Target, 1997). zihinselleştirmede bozulma durumu, normal bir zihinselleştirme sürecinden başkalarının ve kendinin zihinsel süreci hakkında çok kesin veya çok belirsiz bir kanıya sahip olma olmak üzere ayrışabilir. Yansıtıcı işlevinde eksiklikleri olan kişiler hipomentalizasyon (yetersiz zihinselleştirme) veya hipermentalizasyona (aşırı zihinselleştirme) eğilimlidirler. Hipomentalizasyon, başkalarının ve/veya kişinin kendi zihinsel durumlarını anlama konusundaki yetersizliği işaret ederken; hipermentalizasyon, başkalarının ve kişinin kendisinin zihinsel durumları hakkında herhangi bir kanıt olmaksızın varsayımlarda bulunma ve bunlara anlam verme eğilimini ifade eder. Hipomentalizasyon aşırı belirsizlik eğilimini yansıtırken, hipermentalizasyon kendinin ve başkalarının zihinsel durumları hakkında aşırı kesinliği yansıtır (Fonagy vd., 2016).

Alanyazına bakıldığında narsisistik kişilik özelliklerine sahip bireylerin diğer insanların davranışlarını ve zihinsel koşullarını doğru olarak anlamada problem yaşadığı görülmektedir. Kırılgan narsisizmde bireylerin onay ihtiyacı, eleştiriye karşı endişe ve düşük öz saygı sebebi ile büyüklenmeci beklentilerini karşılamak için diğerlerinin zihinleri ile meşgul olmaları ancak bunu gerçekçi bir şekilde yapmıyor

olmaları beklenmektedir. Bunun yanısıra, zihinselleştirme kapasitesi bireyin yetişkinlik döneminde adaptif işlevsellik açısından da önemli rol oynamaktadır (Fonagy vd., 2016). Zihinselleştirme kapasitesinde bozulma olan bireylerde, sosyal anksiyete bozukluğu yaşayan bireylerde olduğu gibi düşük benlik saygısı ve düşük özgüven görülmesi beklenmektedir. Bu bağlamda, hem kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete ile ilişkili olduğu düşünülen zihinselleştirmenin kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi açıklayıp açıklamadığını incelemek amacıyla aracı değişken olarak çalışmaya dahil edilmiştir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın temel amacı, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirme kapasitesinin alt boyutları olan hipomentalizasyon ve hipermentalizasyonun aracı rolünü incelemektir. Zihinselleştirmenin bozulmuş örüntüleri olan hipomentalizasyon ve hipermentalizasyon kavramları, son yıllarda literatürde yer bulmaya başlayan ve henüz gelişim süreci devam eden olgulardır (Fonagy ve ark., 2016). Mevcut alan yazında sosyal anksiyete ve kırılğan narsisizm son zamanlarda birlikte incelenen de zihinselleştirme ile ilişkileri birlikte ele alınmamıştır. Bununla birlikte, zihinselleştirme kapasitesi ile sosyal anksiyete ve narsisizm arasında kurulan ikili ilişkileri inceleyen çalışmalar alan yazında yer almaya başlasa da zihinselleştirmenin alt boyutlarının hem kırılğan narsisizm hem de sosyal anksiyete ile ayrı ayrı olarak da değerlendirildiği çalışmalar oldukça sınırlıdır (Bateman ve Fonagy, 2016; Fonagy ve ark., 2016). Özellikle bu üç kavramın birlikte yer aldığı ve zihinselleştirmenin alt boyutlarının aracı değişken olarak test edildiği herhangi bir çalışmaya literatürde rastlanmamaktadır. Bu durum, araştırmanın kuramsal ve yöntemsel açıdan literatürdeki önemli bir boşluğu doldurma potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir.

Bununla birlikte, mevcut çalışmada zihinselleştirme, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracı bir mekanizma olarak ele alınmıştır. Bu modelleme tercihi, teorik olarak kırılğan narsisizmin bireyin sosyal çevresini algılayış biçimini ve başkalarının zihinsel durumlarını yorumlama süreçlerini etkileyebileceği

varsayımına dayanmaktadır. Kırılğan narsistik örüntüye sahip bireylerin, öz değerlerine ilişkin hassasiyetleri nedeniyle sosyal etkileşimlerde tehdit algılarının artabileceği ve buna bağlı olarak zihinselleştirme süreçlerinde çarpıtmalara yönelebilecekleri öne sürülmektedir. Literatürde zihinselleştirmenin narsistik yapılanmaların gelişiminde rol oynayabileceği yönünde bulgular bulunsa da, bu çalışmada kırılğan narsisizmin halihazırda oluşmuş zihinsel örüntüler üzerinden zihinselleştirme kapasitesini şekillendirdiği, bu ilişkinin karşılıklı etkileşimini sürdüren bir ilişki olduğunu; dolayısıyla zihinselleştirmenin sosyal anksiyeteye giden yolda aracı bir işlev gördüğü varsayılmıştır. Literatürde bu yönsellikte yapılan sınırlı sayıda çalışmanın bulunması, araştırmanın alana katkı potansiyelini artırmaktadır.

Kuramsal katkıya ek olarak sosyal anksiyete tanısı olan ve kırılğan narsistik kişilik özelliği gösteren bireylerle yürütülen psikoterapötik süreçlerde, zihinselleştirme temelli müdahale yaklaşımlarının etkili olabileceği yönündeki bulguların bu çalışma ile desteklenmesi, alandaki uygulayıcılar için yeni bir perspektif sunabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, Türkçeye yeni kazandırılan ve zihinselleştirme kapasitesini alt boyutları ile birlikte değerlendiren Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form'unun araştırma kapsamında kullanılması, ulusal alan yazına da katkı sağlayacaktır.

Araştırmanın Hipotezleri

H1. Kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.

H2. Kırılğan narsisizm ile hipermentalizasyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.

H3. Kırılğan narsisizm ve hipomentalizasyon düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.

H4. Sosyal anksiyete ile hipermentalizasyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.

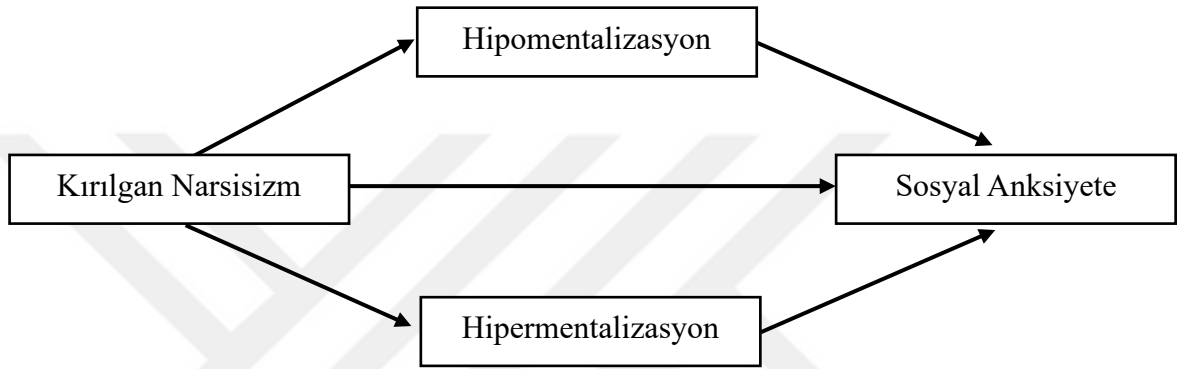
H5. Sosyal anksiyete ile hipomentalizasyon düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.

H5. Kırılgan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide hipermentalizasyonun aracı rolü bulunmaktadır.

H6. Kırılgan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide hipomentalizasyonun aracı rolü bulunmaktadır.

Şekil 1

Çalışmanın Hipotezine Ait Model



BÖLÜM 1

KAVRAMLAR

1.1.NARSİSİZM

1.1.1 Narsisizme Genel Bakış ve Tarihçe

Narsisizm kavramı, kökenleri antik mitolojiye dayanan ve zamanla psikoloji literatüründe önemli bir yer edinmiş bir olgudur. İlk olarak Yunan mitolojisinde yer alan Narkissos efsanesi, narsisizmin temelini oluşturmuştur. Bu efsaneye göre, Narkissos adındaki yakışıklı genç, kendisine âşık olanları reddettiği için tanrılar tarafından cezalandırılmış ve bir su birikintisinde kendi yansımasına âşık olup ölene kadar kendine bakmıştır (Gabbard, 2014). Narsisizm kavramının ilk defa psikiyatri alanında yer bulması 19. yüzyılda, psikiyatrist Havelock Ellis sayesinde olmuştur. İngiliz doktor Havelock Ellis (1898), bu “Nergis benzeri (Narcissus-like)” eğilimi cinsel hislerin zayıflaması ve bireyin kendine hayranlığı içinde yok olma eğilimi olarak tanımlamıştır. Freud ise narsisizm terimini ilk, bireyin kendi bedenini tek cinsel nesne olarak algılama hali ve bir tür cinsel sapkınlık olarak betimlemiştir (Freud, 1914).

Freud’un narsisizmden ilk olarak 1905 tarihli "Cinsellik Üzerine Üç Deneme" eserinde bahsettiği görülmektedir. Bu eserin dipnotunda narsisizmi, eşcinsellerin kendilerine benzeyen partner seçimini açıklamak için kullanmıştır (Freud, 1905). Otto Rank ise narsisizm hakkındaki ilk makaleyi 1911 yılında yayınlamıştır. Bu makaleyi kadın hastaları üzerine yaptığı çalışmalar üzerine inşa eden Rank, sonraki çalışmalarında da narsisizmi salt bir cinsel kavram olmaktan çıkararak savunma mekanizmalarına hizmet eden kendine hayran olma durumu ve kibir olarak ele almıştır (Campbell ve Miller, 2011).

Sigmund Freud (1914), narsisizm kavramını psikanaliz çerçevesinde daha sistematik bir şekilde ele almış ve " Narsisizm Üzerine" adlı makalesinde, narsisizmi

bireyin libido yatırımı açısından incelemiştir. Libidonun dış dünyadan çekilerek egoya yönlendirilmesi ve dış dünyaya olan ilginin azalması olarak tanımladığı narsisizmi birincil ve ikincil olmak üzere ikiye ayırmıştır. Freud'a göre hem ilkel toplumlarda yaşayan bireyler hem de çocuklar, arzularını ve zihinsel süreçlerini aşırı güçlü olarak algılamaya yatkındırlar ve dış dünya ile tümgüçlü (omnipotent) düşünceler aracılığıyla ilişki kurarlar. Egoya yapılan bu libidinal yatırım bebeklik döneminde normal gelişimin bir parçası iken çocuk büyüdükçe, bu yatırım dış nesnelere yönlendirilir. Bu durumda birincil narsisizm bebeğin kendine yönelik doğal sevgi ve ilgi duyması olarak tanımlanır (Freud, 1914). Bu aşamada bebek için dış dünya ya da bir nesne yoktur. Bebeklik dönemindeki bu egoya yönelik libidinal yatırım ilerleyen süreçte bireyin nesne ilişkilerinin gelişmesi için gerekli olacaktır (Crockatt, 2006). Sağlıklı gelişim ile birincil narsisizmin sona ermesi ve libidinal enerjinin dış dünyadaki bir nesneye yönelmesi beklenirken; sağlıklı gelişimin kesintiye uğraması ile ikincil narsisizm gerçekleşir. Libido dış dünyadan geri çekilir ve tekrar bireyin kendine yönlendirilir. İkincil narsisizm, libidonun yalnızca benliğe, yeniden yönlendirilmesi ile ortaya çıkan patolojik bir durum olarak değerlendirilir (Freud, 1914; Russell, 1985'te aktarıldığı gibi).

Psikanalitik literatürde, Heinz Kohut ve Otto Kernberg gibi teorisyenler de narsisizmi farklı perspektiflerden ele almışlardır (Gabbard, 1989). Kernberg'e (2004) göre, narsisizm bireyin benlik saygısını düzenlemeye dair problem yaşamasına dayanmaktadır. Bu problemi deneyimleyen kişileri de narsistik kişilik olarak tanımlamaktadır. Bireyin benlik saygısındaki dalgalanmalar, bireyin ilişkilerinin bir engellenme veya tatmin kaynağı olarak mı deneyimlendiği ile ilişkilidir. Bununla birlikte bireylerin ego ideali ile gerçek başarıları arasındaki uyumsuzluk da benlik saygısını etkilemektedir. Bu sebeple Kernberg, narsistik bireylerin hem kendilerine dair temsilleri hem de nesne ilişkileri ile sorunları olduğunu belirtmektedir. Kernberg (2004), normal ve patolojik narsisizmi ayırır. Normal bebeklik narsisizmi, benlik saygısının yaşa bağlı tatmin kaynaklarıyla düzenlenmesini ifade eder. Normal yetişkin narsisizmi ise, içselleştirilmiş nesne temsillerinin bütünleştiği, süperegonun bireyselleştiği ve istikrarlı nesne ilişkilerinin bulunduğu durumu ifade eder. Patolojik narsisizm ise alt türlerine ayrılmaktadır (Kernberg, 1968). Patolojik narsisizmin bir

türü, bireyin çocukluk dönemi tatminlerine bağımlı kalması ile ortaya çıkar ve bu nedenle bireyin ego ideali sadece çocukluk arzuları, hırsları ve kısıtlamalarından oluşur. Bir diğer patolojik narsisizm türü de libidinal ilişkinin oluşturulduğu narsisistik nesne seçiminden kaynaklanır. En ağır formu olan narsisistik kişilik bozukluğu ise, büyüklük hissi, aşırı kendini sevme, gösterişçilik ve dışsal geri bildirime bağımlılık ile tanımlanır. Narsistik kişilik bozukluğuna sahip olan bu bireyler, büyüklük ve aşağılık duyguları arasında gidip gelir ve orta bir denge noktaları yoktur (Kernberg, 2004).

Bununla birlikte bu bireyler, yüzeysel bir duygu dünyasına sahip oldukları ve empati kapasiteleri zayıf olduğu için insan ilişkilerini derinlemesine anlamakta zorlanır (Gabbard, 1989). Gerçek anlamda ilişkiler kurmak yerine, sosyal onay ve hayranlık arayışına girer ancak onayın ve hayranlığın getirdiği tatmin de geçicidir ve artık yeterli olmadığında yoğun bir boşluk hissi ile karşı karşıya kalır (Kernberg, 1985).

Kohut'un kendilik psikolojisi teorisi ise, narsisizmi gelişimsel bir perspektiften ele alarak, sağlıklı ve patolojik narsisizmi ayırt etmeye çalışmıştır. Kohut (1971), narsisizmi sağlıklı bir gelişim sürecinin doğal bir parçası olarak görmüş, patolojik narsisizmi ise normal gelişim sürecinde ortaya çıkan bir duraksama olarak değerlendirmiştir. Bununla birlikte narsisistik gelişimi iki temel eksen üzerinden ele almıştır: "büyüklenmeci kendilik" ve "idealleştirilmiş ebeveyn imgesi". Bu iki eksen, paralel şekilde gelişerek çocuğun değer, hedef ve ideallerini oluşturmaya katkıda bulunur. Bunun yanında, eğer ebeveynler çocuğun yaşına ve gelişim dönemine uygun olan temel ihtiyaçlarını karşılayamazsa, bu durum hayal kırıklıklarına yol açarak gelişimin belirli aşamalarında takılmalara neden olur. Bu hayal kırıklıkları, idealleştirilmiş ebeveyn imgesi hattında gerçekleşirse, birey kaygı yaşadığı durumlarla başa çıkabilmek için dış dünyada mutlak kudret sahibi bir figür arayışı ve birleşme isteği ile savunmacı büyüklenmeci kendiliğin pekiştirilmesi arasında gidip gelmeye başlar (Kohut, 1998).

Öte yandan eğer ebeveynler, çocuğun kendi yaşına uygun bir şekilde sergilediği teşhircilik ve büyüklenmeciliğe yeterli yansıtıcı tepkiyi vermezse, hayal

kırıklıkları büyüklenmeci kendilik hattında yaşanır. Bunun sonucunda, bireyin narsisistik benliği gelişimini tamamlayamaz ve ilerleyen yıllarda benlik değerini ya olduğundan fazla abartarak ya da aşırı derecede aşağılayarak değerlendirme eğilimi gösterir. Bu iki uç arasında sürekli dalgalanma yaşanır: dışarıdan kişiye bakıldığında aşırı şişirilmiş bir benlik değerine sahip gibi görünse de bu bireyin iç dünyasında yoğun bir güvensizlik ve aşağılık duygusu baskın hale gelir. Bu tür bir dinamik, narsisistik kişilik yapısının temel özelliklerinden biri olarak kabul edilir (Kohut, 1971).

Bu bilgiler doğrultusunda, pek çok teorisyenin narsisizmi sağlıklı ve patolojik olarak ayırarak ele alıp incelediği görülmektedir. Bu nedenle, burada da narsisizm öncelikli olarak bu alt başlık altında detaylandırılacaktır.

1.1.2. Normal ve Patolojik Narsisizm

Diğer pek çok psikolojik semptom ve rahatsızlıkta olduğu gibi narsisizm de bir spektrumdur (MacDonald, 2014). Yetişkin bireylerin de, yaşlarına uygun şekilde düzenli olarak karşılanması gereken narsisistik ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçların karşılanması, bireyin benlik bütünlüğünü koruması ve gerçekçi bir özsaygı geliştirmesi açısından büyük önem taşır (Cain vd., 2008). Normal narsisizm, bireyin olumlu bir benlik algısına sahip olmasını sağlarken, patolojik narsisizm, bireyin benlik bütünlüğünü koruyamaması ve dışsal onay arayışına aşırı bağımlı hale gelmesi ile ilişkilidir (Pincus ve Lukowitsky, 2010).

Patolojik narsisizm, bireyin benlik saygısını düzenleme yetisindeki bozulmalarla karakterizedir. Birey, öz değerini sürdürmek için aşırı derecede dışsal onaya bağımlı hale gelir ve kendi benlik algısını sürdürebilmek adına manipülatif, sömürücü ve empati yoksunu davranışlar sergileyebilir (Kernberg, 1975; Pincus ve Lukowitsky, 2010). Freud (1914), patolojik narsisizmi "ikincil narsisizm" olarak tanımlamış ve bireyin libidosunu dış dünyadan geri çekerek yalnızca kendine yönlendirdiği bir durum olarak açıklamıştır. Kohut (1971) ise patolojik narsisizmi, çocuğun gelişim sürecinde önemli yansıtıcı deneyimlerden yoksun kalması ve ebeveynlerin çocuğun narsisistik ihtiyaçlarını yeterince karşılayamaması sonucu

oluşan gelişimsel bir duraksama olarak ele almıştır. Kernberg'e göre, patolojik narsisizm borderline kişilik bozukluğunun bir alt kategorisi olarak değerlendirilir. Bu bozukluk, aşırı bir benlik duygusu şişkinliği ile karakterize edilir ve başkalarına olan bağımlılığı engellemek için geliştirilmiş patolojik bir savunma mekanizmasının yansımasıdır (Kernberg, 1975).

Farklı teorisyenlerin çalışmalarının sonucunda, patolojik narsisizm 1980 yılında DSM'nin üçüncü baskısında bir kişilik bozukluğu olarak tanımlanmıştır (APA, 1980).

1.1.3 Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Patolojik narsisizm, ilk kez Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın (DSM-III) 1980 yılındaki üçüncü baskısında bir kişilik bozukluğu olarak sınıflandırılmıştır. Bu kitabın güncellenmiş en son sürümü olan DSM-5'e göre, Narsisistik Kişilik Bozukluğu (NKB), büyüklük hissi, beğenilme ihtiyacı ve empati eksikliği ile karakterize edilen bir bozukluk olup, aşağıda sıralanan belirtilerden en az beşinin varlığı ile teşhis edilmektedir (APA, 2013):

- Bireyin kendine dair önemi ile ilgili büyüklük algısı
- Sınırsız başarı, güç, zekâ, güzellik veya yüce bir sevgi düşlemleriyle aşırı meşguliyet
- Üstün ve özel olduğuna inanma, başkalarının da kendisini öyle görmesini bekleme
- Sürekli bir şekilde aşırı ilgi görme ve beğenilme ihtiyacı
- Hak ettiğini düşünme, kayırılma dair beklenti
- Kendi çıkarları doğrultusunda başkalarını kullanma eğilim
- Empati/ eş duyum yapamama
- Çoğunlukla başkalarını kıskanma veya başkalarının kendisini kıskandığına inanma
- Saygısız, kendini beğenmiş tutum ve davranışlar

Ancak DSM-5, psikiyatrik bozuklukları belirlemek amacıyla kullanılan tanısal bir rehber olduğu için, narsisizmin yalnızca patolojik yönlerine odaklanmakta ve kişilik yapısının bütüncül organizasyonunu tam olarak yansıtmamaktadır (McWilliams, 2011). Narsisistik bireylerin benlik durumları, büyüklük ve aşağılık duygusu arasında gidip gelerek seyreder. Kırılgan narsisizm söz konusu olduğunda, büyüklük duygusu örtük olabilir. Bu yüzden, DSM-5 tanımı, narsisizmin kırılgan yönünü tam anlamıyla kapsamaz. Kırılgan narsisizmi anlamak için, aşağılık hissinin ön planda, büyüklük hissinin ise arka planda olduğunu göz önünde bulundurmak gerekir. Psikodinamik literatürde, patolojik narsisizm büyüklenmeci (grandiyöz) ve kırılgan (vulnerable) narsisizm olmak üzere iki kategori altında ele alınmaktadır (Afek, 2018).

1.1.4 Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm

Büyüklenmeci narsisizm, kalın derili veya açık narsisizm olarak da bilinir ve büyüklük duygusu, kibir, saldırganlık, başkalarının ihtiyaçlarını ve tepkilerini anlama eksikliği, aşırı ben merkezilik ve kendi içe kapanıklık gibi belirgin özelliklerle tanımlanır (Gabbard, 1989; Kernberg, 1985). Bu bireyler, dışarıdan açıkça bir büyüklük hissi sergilemelerine rağmen, aynı zamanda içsel bir aşağılık duygusu taşırlar. Bu iki duygu arasındaki ayrım, benlik saygısının zarar görmesine karşı savunmasız kalmalarına neden olur (Tracy vd., 2011).

Büyüklenmeci narsisistler, yüzeysel bir duygusal dünyaya sahip olup başkalarına karşı empati yoksunluğu gösterirler. Diğer insanların karmaşık hislerini anlama yetenekleri yoktur ve kendi duygularını ayırt etme konusunda da yetersizdirler (Kernberg, 1985). Gerçek bir üzüntüyü yaşamaya karşı düşük bir toleransları vardır. Ego gelişiminin duraklaması, boşluk ve sıkıntı ile sonuçlanır, ayrıca depresyonu deneyimleme kapasitesine sahip değildirler; çünkü depresyonu tolere etmek duygusal gelişim gerektirir. Hayal kırıklığına karşı yüzeysel bir depresyon tepkisi verirler; bu depresyon aslında biriken kin ve öfkenin birleşimidir. Hayattan gerçek bir zevk alma kapasitesine sahip olmayan bu bireyler, daha çok takdir ve onay almayı gerçek bir hazdan daha fazla keyif verici bulurlar (Kernberg, 1985).

İnsanlarla ilişkilerinde de başkalarıyla idealize edilmiş bir bağ kurar ve karşısındaki kişilerden onay beklerler. İstediklerini alamadıklarında, bu kişileri küçümserler. Bunlara ek olarak, başkalarının yaşamlarına dair ilgileri oldukça düşüktür ve başkalarının sahip olduğu şeylere karşı içten içe yoğun bir kıskançlık hissederler (Kernberg, 1985). Diğerleriyle etkileşimlerinde, hayranlık duyulması ihtiyacından ötürü yoğun olarak öz referans kullanırlar. Öz saygılarını korumak için diğerlerinin geri bildirimine bağımlı görünseler de başkalarını küçümstedikleri için gerçek bir bağımlılık ilişkisine girmekte temkinlidirler. Büyüklenmeci narsisistler, utanç deneyimlerine karşı kendilerini, savunmacı bir öz yeterlilik ve başkalarını kontrol etme ihtiyacı ile savunurlar (Hockenberry, 1995).

Büyüklenmeci narsisizmde, olumlu ve olumsuz benlik imajı arasında bir ayrım vardır. Açık bir şekilde olumlu bir benlik imajı taşıdıkları gözlemlenirken, aynı zamanda olumsuz bir benlik imajını da içsel olarak korurlar. Bu noktada, olumlu benlik imajını sürdürmek ve olumsuz imajdan kaçınmak için başkalarından onay ve takdir arayışına girerler; bu da utanç deneyimlerinden kaçınmalarını kolaylaştırır (Tracy vd., 2011).

Büyüklenmeci narsisistler, sıklıkla ilkel savunma mekanizmalarına başvurumaktadırlar. İdealizasyon, değersizleştirme, bölme, projeksiyon, tüm güçlü kontrol ve inkâr gibi temel savunmalar sıkça kullandıkları stratejilerdir (Kernberg, 1985). Ayrıca, ideal benlik, ideal nesne ve gerçek benlik imajlarının birleşimi, bireyin başkalarıyla olan gerçeklikten korunmasına yönelik bir savunma işlevi görür; bu süreç başkalarının değersizleştirilmesiyle gerçekleşir. İdeal benlik ile ideal diğerleri arasındaki ayrımın eksikliği, dışsal nesnelere bağımlılığın önlenmesini sağlar. İdeal bir benlik imajını sürdürmek, gerçek benliğin algılanmasını ve deneyimlenmesini engeller. Kendi hoş karşılanmayan yönlerini bastırıp başkalarına yansıtarak onları küçümsemekte ve değersizleştirmekte kullanırlar (Kernberg, 1985). Bu tür savunma mekanizmaları, gerçek bağımlılığı ortadan kaldırmalarına olanak sağlar. Narsistik bireyler, insanları bir tarafta büyük, güçlü ve zengin, diğer tarafta ise değersiz ve aşağı olarak ayırma eğilimindedirler. Narsistik bireyler, idealize ettikleri kişiye bağımlı gibi bir imaj çizseler de bu tam bir bağımlılık olarak ifade edilemez. Daha çok kendilerini

bu kişinin bir parçası olarak algılarlar veya diğerk kişiyi kendi benliklerinin bir uzantısı olarak görürler. İlişki içerisinde istediklerini elde edemedikleri zaman, bu kişi değersizleşmiş bir nesne haline gelir ve hem nefret edilir hem de korkulur. Büyüklenmeci narsisist kişi, kendisi idealize edilen bir kişi konuma geldiğinde, değersizleştirilmiş kişiyi bir gölge olarak algılar ve bu bireyleri sömürebilme hakkına sahip olduğunu hisseder (Kernberg, 1985).

Kırılğan narsisizm, düşük özsaygı, utangaçlık, kendine güvensizlik, ketlenme, ve başkalarının tepkilerine karşı aşırı duyarlılık gibi özelliklerle tanımlanan; kalın derili veya örtük narsisizm olarak da adlandırılan bir narsisizm türüdür (Akhtar, 2000). Ayrıca kronik bir çaresizlik hissi, kaçınma, sürekli stres altında olma hissi ve aşırı bir biçimde kendini sorgulama durumu da kırılğan narsisizm ile ilişkili özelliklerdendir (Van Buren ve Meehan, 2015). Kırılğan narsisistler, hem kendileri hem de başkalarıyla ilgili hayal kırıklıkları, depresyon, affetmeme ve alçakgönüllülük eksikliği gibi duyguları deneyimlerler (Sandage vd., 2017). Bu bireyler, bilinçdışında büyüklük fantezilerine ve hak sahibi olma beklentilerine sahip olsalar da, bilinç düzeyinde genellikle güvensizlik ve aşağılık duyguları yaşarlar (Dickinson ve Pincus, 2003). Bu nedenle, kırılğan narsisistlerin özsaygıları son derece kırılğandır ve üstünlük ile aşağılık duyguları arasında dalgalanırlar (Rohmann vd., 2012). Büyüklenmeci narsisistlerin aksine, kendi özsaygılarını modüle etmek için daha az yüceltme strateji kullanırlar; daha çok başkalarından olumlu geribildirim ihtiyacı duyarlar.

Kırılğan narsisistik bireyler, genellikle farkında olmadan hak sahibi olma beklentilerini ve bu beklentilerin karşılanmamasından doğan hayal kırıklıklarını reddederler. Bunun bir sonucu olarak, öfke ve düşmanca tepkiler sergileyebilirler. Ancak bu öfke patlamalarının ardından derin bir utanç ve depresyon hissi yaşarlar (Dickinson ve Pincus, 2003). Kırılğan narsisistlerin içsel dünyalarını anlamak için utanç önemli bir duyudur. Büyüklenmeci narsisistlerin aksine, kırılğan narsisistler utancı bilinçli bir şekilde hissederler; çünkü utanç, onların içsel büyüklük duygularını reddetmeye hizmet eder (Hockenberry, 1995).

Bilinçdışındaki büyüklenmeci fantezileri, şöhret, onur ve başkalarından kabul görmek amacıyla kendilerini göstermeleriyle ortaya çıkar. Bununla birlikte, bu bilinçdışı fantezilerine rağmen, dışarıdan görülen tavırlar genellikle mütevazı ve sosyal tanınma veya başarıya ilgi göstermeyen bir bireyi yansıtan bir çerçevededir. Kırılgan narsisistler sosyal ilişkilerinde sık sık geri çekilme davranışları sergileyebilirler, bu geri çekilme derin ilişkiler kurma kapasitesindeki bozukluklarını gizlemelerini sağlar. Tıpkı büyüklenmeci narsisistlerde olduğu gibi kırılgan narsisistlerde de empati eksikliği ve derin bağlar kurmada zorlanma eğilimleri görülür (Akhtar, 2000).

Kırılgan narsisistler, kişiler arası ilişkilerde yüksek düzeyde kaygı yaşarlar. İlişkileri sürdürme konusunda kendilerini güvensiz hissederler ve ihtiyaçlarının karşılanmaması korkusunu taşırlar. Sosyal geri çekilme, karşılanmamış hak sahibi beklentilerinden kaynaklanan dayanılmaz hayal kırıklıklarının bir ürünüdür (Dickinson ve Pincus, 2003).

1.2. ZİHİNSELLEŞTİRME

Zihinselleştirme (mentalizasyon) kavramı, hem psikanalitik kuram hem de gelişimsel psikoloji alanında önemli bir yere sahiptir. Psikanalitik bağlamda, bu kavram, özellikle sınır kişilik özellikleri gösteren bireylerin tedavisinde çalışırken ortaya çıkmıştır. Paris Psikosomatik Okulu'nun yanı sıra Alfred Bion, Otto Kernberg, Andre Green ve Kuzey Amerikalı nesne ilişkileri teorisyenleri bu kavrama odaklanmışlardır (Fonagy ve Allison, 2012).

Fonagy ve Target (1997), Paris Psikosomatik Okulu, gelişim psikolojisi, "zihin teorisi" ve sinirbilimden yola çıkarak zihinselleştirme kapasitesini, bebeğin zihinsel durumlarının psişik temsillerinin gelişimiyle ortaya çıkan ve şekillenen "Yansıtıcı İşlev - (Reflective Function) olarak betimlemiştir. Bu bağlamda "zihinselleştirme kavramı, hem kendine hem de başkalarına ilişkin içsel zihinsel durumları (duygular, istekler, hedefler ve tutumlar gibi) yansıtma kapasitesini ifade eder" (Fonagy vd., 2016, s. 2). Bu süreç, kişinin kendisini ve diğer insanları içsel birer zihin olarak algılamasını ve bu perspektif ile kendi ve diğerlerinin eylemlerini yorumlamasını sağlar (Fonagy ve Target, 1997). Zihinselleştirme, sadece bireyin içsel dünyasını düzenleme kapasitesi değil, aynı zamanda sosyal etkileşimlerinin de temel bileşenlerinden biri olarak değerlendirilir (Fonagy vd., 1998). Bateman ve Fonagy (2016), zihinselleştirmenin hem bireyin kendisini dışarıdan görebilmesine hem de başkalarını kendi içerisinden deneyimleyebilmesine olanak tanıdığını belirtir. Bu kapasite sayesinde kişilerarası ilişkiler daha öngörülebilir hale gelir, bireyler arasında sosyal bağlar güçlenir ve bireyin psikolojik iyi oluşu desteklenir. Bu bağlamda sağlıklı bir zihinselleştirme kapasitesi, duygu düzenleme becerisi, sağlıklı bir benlik algısı, tatmin edici ilişkiler ve genel psikolojik sağlık için kritik öneme sahiptir (Allen, 2006).

Zihinselleştirme kapasitesinin gelişimi, erken çocukluk dönemindeki ebeveyn-çocuk ilişkisine dayanır. Yenidoğan, kendi zihinsel durumlarını başlangıçta fark edebilme yeteneğinden yoksundur; kendisini zihinsel bir varlık olarak kavrayabilmesi için bakım verenin onu düşünen ve hisseden bir özne (mental agent) olarak tanıması ve bu doğrultuda etkileşime girmesi gerekmektedir. Fonagy ve Target (1997) bu

süreci, bebeğin önce annenin zihninde kendi zihnini bulması şeklinde betimlemiştir. Bu süreçte kritik olan nokta, ebeveynin çocuğun duygularını ve düşüncelerini yansıtıcı bir şekilde anlamlandırmasıdır, bu sayede çocuk zamanla kendi zihinsel süreçlerini düzenleyebilme yetkinliği kazanma ve diğer insanların bakış açılarını anlama kapasitesi geliştirmektedir.

Ebeveynin yansıtıcı işlev kapasitesinin yüksek olması, çocuğun da daha güçlü bir zihinselleştirme becerisi geliştirmesine zemin hazırlar (Bouchard vd., 2008). Ebeveynin çocuğun zihinsel süreçlerini doğru şekilde anlama ve ona yansıtma kapasitesi, çocuğun kendi içsel dünyasını daha iyi düzenleme kapasitesini güçlendirir (Kelly vd., 2005). Bion (1962), yansıtıcı bir nesnenin eksik olması ile birlikte bu sürecin kesintiye uğraması halinde, bireyin zihinsel dünyasını kaotik, anlaşılmaz ve düzenlenemez bir hale getiren bir “boşluk etkisi” yaratacağını belirtmiştir. Bu boşluk etkisi, bireyin anlam arayışına girmesine ve başkalarında kendi gerçekliğine uygun olmayan yansımalar aramasına neden olabilir.

Zihinselleştirme kapasitesi tam olarak gelişmeden önce, çocuklar ve bazen zihinselleştirme kapasitesi geçici olarak kesintiye uğrayan yetişkinler, üç farklı zihinselleştirme öncesi modda işlev gösterirler. Bu modlar, kendi içlerinde tutarlı ancak zihinselleştirme açısından sınırlı düşünce biçimleridir ve kaygı, tükenmişlik, yalnızlık, çaresizlik ve umutsuzluk gibi olumsuz duygusal sonuçlara yol açabilir (Luyten vd., 2012). Psişik eşdeğerlik modu (psychic equivalence mode), bireyin içsel düşüncelerini mutlak gerçeklik olarak algıladığı bir aşamadır (Fonagy et al., 2002). Birey, kendi düşünce ve duyguları dışında diğerlerinin bakış açısını algıyamaz. Örneğin, bir çocuk ebeveyninin onu sevmediğini düşündüğünde, bunu mutlak ve değişmez bir gerçek olarak kabul edebilir. Bu iç ve dış zihnin eşitlenmesi hali ile bireyin diğerlerinin zihni ile ilgili her şeyi bildiğini, diğerlerinin de bireyin duygu ve düşüncelerini bildiğini varsayması demektir.

Teleolojik mod (teleological mode) ise, bireyin yalnızca fiziksel dünyada gözlemlediği kanıtlara dayanarak düşünmesiyle karakterizedir. Birey zihinsel durumları algılasa da bu somut dayanaklarla sınırlı kalmakta ve eyleme

dayandırılmaktadır. Bu modda olan bir birey, sevginin ancak fiziksel temas ve hediye verme gibi; acının kendini keserek kendine zarar verme gibi somut eylemlerle ifade edildiğini düşünebilir (Fonagy vd., 2016) Kelimelerin bir duygu veya düşüncüyü yansıtmak için pek bir anlamı yoktur (Choi-Kain ve Gunderson, 2008).

Taklit modunda (pretend mode) ise, psişik eşdeğerlik modunun tam tersi şekilde iç ve dış gerçeklik arasında bağlantı bulunmamaktadır. Zihinsel dünyanın dış dünyadan bağımsız olması ile birlikte anlamsızlık ve boşluk hissedilir; duygular ve düşünceler birbirine eşlik etmez, birbirlerinden kopukturlar (Fischer-Kern ve Tmej, 2019). Ben ve diğerleri arasında geçişler yaşanır ve perspektif almakta güçlük çekilir (Luyten vd., 2012). Bu bağlamda, Fonagy'nin Anna Freud Merkezi'nde birlikte çalıştığı Rebecca isimli beş yaşındaki çocukla ilgili vaka, taklit modunun klinik düzeydeki işleyişine örnek olarak gösterilebilmektedir. Rebecca, terapist ile oynadığı oyunlarda kendisini "Hannah" adında bir çocuk olarak hayal ederken, Fonagy'ye baba rolü atfetmiştir. Ancak bu oyunun gerçeklikle bağlantısı sorgulandığında Rebecca direnç göstermiş; gerçek babasının hayatta olmayışını reddetmiş, Fonagy'yi ya "baba" ya da "terapist" olarak görmüş ama hem baba figürünü temsil eden hem de gerçek olmayan bir rolü olabileceğini reddetmiştir. Rebecca'nın sadece tekrar tekrar bu oyunu oynaması ve başka bir anlatıyı reddederek gerçeklikle ilişkiyi kesmesi taklit moduna işaret eder. Bu durum, Fonagy tarafından babasızlıkla ilgili utanç ve kayıp duygularını işlemekteki güçlüğü'nün bir yansıması olarak değerlendirilmiştir (Duschinsky ve Foster, 2021).

Sağlıklı bir zihinselleştirme gelişimi için, bu üç modun zamanla bütünleştirilmesi gerekir. Entegre bir zihinselleştirme kapasitesi, kişinin hem kendi zihinsel durumlarını hem de başkalarınınkini esnek, gerçekçi ve bağlama uygun şekilde anlayabilmesini sağlar (Bateman ve Fonagy, 2016). Bu entegrasyon sürecinin daha iyi anlaşılabilmesi için, zihinselleştirme kavramının farklı boyutlarını incelemek önem taşımaktadır.

1.2.1. Zihinselleştirmenin Boyutları

Zihinselleştirme Luyten ve diğerlerine göre (2020), dört temel boyut etrafında şekillenmektedir. Bunlar: (1) otomatik ve kontrollü, (2) kendine ve diğerlerine ilişkin, (3) iç ve dış özelliklere ilişkin, (4) bilişsel ve duygusal zihinselleştirme. Bu boyutlar, zihinselleştirme sürecinin farklı işlevsel yönlerini yansıtmakta ve bireylerin kendileri ve başkalarının zihinsel durumlarını etkili biçimde yorumlayabilmesine olanak tanımaktadır. Bunlar birbirlerini dışlayan süreçler olmayıp, bireyler bunları eşzamanlı kullanabilir veya duruma göre aralarında geçiş yapabilirler. (Fonagy ve Bateman, 2019).

Zihinselleştirmenin ilk boyutu, otomatik ve kontrollü süreçler arasındaki dinamik ilişkiyi kapsamaktadır. Otomatik zihinselleştirme; minimal çaba gerektiren, hızlı işleyen, refleksif tepkileri içeren bir süreçtir (Luyten vd., 2020). Günlük sosyal etkileşimlerin büyük bölümü aktif dikkat gerektirmedikten, zihinselleştirme çoğunlukla otomatik olarak gerçekleşmektedir (Bateman ve Fonagy, 2016). Diyalog sırasında konuşma sırasının doğal akışı, otomatik zihinselleştirmenin bir örneğidir; bireyler bilinçli çaba sarf etmeden karşılarındakinin zihinsel durumunu sezgisel olarak değerlendirerek iletişimi sürdürürler.

Buna karşılık kontrollü zihinselleştirme; sözel formatta gerçekleşen, bilinçli düşünme, odaklanma, farkındalık ve çaba gerektiren görece yavaş bir süreçtir (Fonagy ve Bateman, 2019). Terapi ortamında terapistin danışanın zihinsel durumlarını bilinçli şekilde analiz etmesi, kontrollü zihinselleştirme örneğidir. Zihinselleştirme, bu iki mod arasında sürekli geçişler yaparak işler (Allen vd., 2013).

İkinci boyut, kişinin kendisini ve başkalarını zihinselleştirme kapasitesini içerir. Burada zihinselleştirmenin yöneldiği nesneye atıfta bulunmaktadır. Zihinselleştirme süreci, bireyin yalnızca kendi içsel deneyimlerini değil, aynı zamanda başkalarının zihinsel durumlarını da değerlendirmesiyle etkileşimsel bir yapı kazanır. Kişinin kendi düşüncelerini analiz etme becerisi, diğerlerinin zihinsel durumlarını yorumlama şeklini etkilemektedir. Sınır kişilik bozukluğu gibi kimlik algısında

sorunlar yaşıyan bireylerde, başkalarının zihinsel durumlarını değerlendirme kapasitesinin sınırlı olduğu gözlemlenmektedir (Fonagy ve Bateman, 2019).

Üçüncü boyut, içsel ve dışsal zihinselleştirme arasındaki ayrımı vurgulamaktadır. İçsel zihinselleştirme, bir kişinin kendi ve bir başka kişinin zihinsel durumlarını onun kişisel özelliklerine ve içinde bulunduğu bağlama dayanarak doğrudan düşünceler, duygular ve deneyimlerden çıkarsamayı içerirken; dışsal zihinselleştirme, zihinsel durumları yüz ifadeleri, ses tonu ve beden dili gibi gözlemlenebilir işaretlerden yola çıkarak anlamlandırmayı kapsar (Fonagy ve Luyten, 2009).

Dördüncü boyut, bilişsel ve duygusal zihinselleştirme arasındaki etkileşime odaklanır. Bilişsel zihinselleştirme, bireyin düşünce ve inançları analiz etmesini sağlarken, duygusal zihinselleştirme empati kurma ve duygusal farkındalık geliştirme sürecini içerir. Sağlıklı bir zihinselleştirme kapasitesi, bu iki boyutun dengeli ve bütünleşmiş şekilde çalışmasına bağlıdır. Bu bütünleşme, bireyin hem kendi iç dünyasını hem de başkalarının zihinsel durumlarını sağlıklı bir şekilde kavramasına olanak tanır (Choi-Kain ve Gunderson, 2008).

1.2.2 Zihinselleştirme Bozuklukları: Hipomentalizasyon ve Hipermentalizasyon

Zihinselleştirme becerisinin gelişimi yaşam boyu devam eder ve özellikle stresli dönemlerde geçici olarak zayıflayabilir. Yoğun stres veya travma durumlarında, birey zihinselleştirme öncesi modlara geri dönebilir ve olayları tek bir mutlak gerçeklik üzerinden değerlendirme eğiliminde olabilir (Bateman ve Fonagy, 2013). Bu geçici stres durumlarında olduğu gibi yaygın olarak zihinselleştirme becerisinde eksiklikten kaynaklanan bozulmalar bulunmaktadır. Fonagy ve diğerleri (2016), zihinselleştirme bozukluklarını yetersiz zihinselleştirme (hipomentalizasyon) ve aşırı zihinselleştirme (hipermentalizasyon) olmak üzere iki temel kategoriye ayırmaktadır.

Hipomentalizasyon, bireyin kendi ve başkalarının zihinsel durumlarını anlamlandırama ve yorumlama kapasitesindeki yetersizliği ifade etmektedir. Bu kişiler

daha somut ve yüzeysel düşünme eğiliminde olarak zihinsel durumların kompleksliğini dikkate alma yeteneğindeki eksiklikle kendini gösterir. Bu durum, alan yazında özellikle borderline kişilik bozukluğu gibi psikopatolojik tablolarla ilişkilendirilmiştir (Bateman ve Fonagy, 2004). Fonagy (2016), hipomentalizasyonu zihinselleştirme öncesi modlardan psişik eşdeğerlik modu ile ilişkilendirmiş ve alternatif bakış açılarını düşünme kapasitesi sınırlılığına vurgu yapmıştır. Sharp ve Venta (2013), hipomentalizasyonun, kendisi ve diğerleri arasındaki zihinsel sınırların bulanıklaşmasına neden olduğunu belirtmişlerdir. Böylece kişi, kendi ve başkalarının düşünce ve duyguları arasındaki farkı ayırt etmekte zorlanır. Örneğin, hipomentalizasyon, bir kişinin küçük bir çocuğun yanında bağırmasına yol açabilir çünkü hipomentalizasyon eğilimi olan birey kendi davranışlarının çevresindekileri nasıl etkileyeceğini değerlendirme ve başkalarının bakış açılarını kavrama konusunda zorluk yaşayabilir (örneğin, bağırarak çocuğu korkutabilir) (Horvath ve diğerleri, 2023).

Literatürdeki yapısal bilgilerin yanısıra klinik görünüm de hipomentalizasyonun daha iyi anlaşılmasını sağlamaktadır. Hipomentalizasyonun klinik görünümünde şu özellikler dikkat çekmektedir: somut düşünme, duygu tanıma ve ifade etmede zorluk, alternatif bakış açılarını düşünmede kısıtlılık ve sosyal ipuçlarını yorumlamada zorluk (Fonagy vd., 2016).

Hipomentalizasyon, "sahte zihinselleştirme" (pseudo-mentalizing) olarak da adlandırılan, kişinin kendisinin veya başkalarının zihinsel durumlarına ilişkin aşırı ve sıklıkla yanlış zihinsel temsiller ortaya koyma eğilimidir (Fonagy vd., 2016). Hipomentalizasyon yaşayan bireyler, karşısındaki bireyin zihni ile ilgili gözlemlenebilir gerçeklikle çok az ilişkisi olan veya hiç ilişkisi olmayan, uzun ve karmaşık açıklamalar yaparlar. Bu kişiler kendilerini "iyi zihinselleştiriciler" olarak görme eğiliminde olarak başkalarının zihinsel durumları hakkında "çok emin" olduklarını hissederler, ancak gerçekte düşüncelerini aşırı rasyonelleştirerek duygusal süreçlerden kaçınırlar ve temsili modda işlev gösterirler (Bateman vd., 2016). Yaptıkları çıkarımlar genellikle gerçeklikle uyumlu değildir (Fonagy vd., 2016). Örneğin, bir kişi partnerinin kısa sürede mesajına yanıt vermemesi üzerine, bu

davranışı hemen bir terk edilme ya da aldatılma işareti olarak yorumlayabilir. Bu durumda kişi, karşı tarafın niyetine dair kanıt temelli olmayan varsayımlarda bulunmakta ve zihinsel içerikleri abartılı biçimde anlamlandırmaktadır (Horvath ve diğerleri, 2023).

Literatürdeki kuramsal bilgilerin yanısıra klinik görünümünün de anlaşılması için kıymetlidir. Hipermentalizasyonun klinik görünümünde şu özellikler dikkat çekmektedir: aşırı atıf yapma, gerçeklikten kopukluk, yanlış pozitif yorumlar ve duygularla ilişkisiz bilişsel analizler (Fonagy vd., 2016).

1.3. SOSYAL ANKSİYETE

1.3.1. Tanım ve Tarihsel Gelişim

Sosyal anksiyete bozukluğu (SAB), bireyin sosyal ortamlarda veya performans gerektiren durumlarda belirgin ve sürekli bir korku yaşaması ve bu durumların reddedilme, aşağılanma veya utanç verici bir duruma düşme korkusuyla ilişkilendirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). Bu bozukluk, bireylerin sosyal, mesleki ve günlük işlevselliğinde önemli bozulmalara yol açabilmekte ve yaşam kalitesini ciddi şekilde etkileyebilmektedir.

Sosyal anksiyete bozukluğunun tarihsel kökenleri incelendiğinde, Hippokrates'in M.Ö. 400'lerde tanımladığı güvensiz, korkak ve çekingen bireylerden bahsettiği yazılar, sosyal anksiyeteye benzer belirtilerin ilk tanımlamalarından biri olarak kabul edilmektedir (Osório vd., 2010). Ancak modern psikiyatride sosyal anksiyete kavramı ilk olarak 1900'lü yılların başında Fransız psikolog ve nörolog Pierre Janet tarafından ortaya konmuştur (Heimberg ve Richard, 1995). Janet, sosyal anksiyeteyi tanımlarken sosyal bir çevrede veya belirli kişiler tarafından izleniliyorken herhangi bir aktivite gerçekleştirme (yazı yazma, enstrüman çalma, topluluk önünde konuşma yapma gibi) konusunda zorluk yaşayan ve bu durumlardan çekinen bireyleri örnek göstermiştir.

Sosyal anksiyete bozukluğunun sınıflandırılması ve tanımlanması zaman içinde önemli değişiklikler geçirmiştir. DSM-IV'te (APA, 1994) "sosyal fobi" olarak

adlandırılan bu bozukluk, DSM-'te (APA, 2013) "sosyal anksiyete bozukluğu" olarak yeniden isimlendirilmiştir. Bu isim değişikliği, bozukluğun çeşitli sosyal durumlarda görülen daha geniş bir yelpazedeki belirtilerini daha iyi yansıtmaktadır (Dilbaz, 1997).

DSM-V'e göre sosyal anksiyete bozukluğunun tanı kriterleri (APA, 2014, s. 254) aşağıdaki gibi belirtilmiştir:

- Kişinin, başkalarınca değerlendirilebileceği en az bir toplumsal durumda belirgin düzeyde korku ya da kaygı duyması. Örnek olarak karşılıklı konuşma, tanımadığı kişiler ile karşılaşma, yemek yemek gibi başkaları tarafından gözlemlenebileceği durumlar.
- Olumsuz değerlendirilebileceği şekilde davranmaktan ya da kaygı hissettiğine dair belirtiler göstermekten korkma (utanç duyacağı bir şekilde; başkaları tarafından dışlanabileceği bir şekilde)
- Söz konusu toplumsal durumlar, sadece belli dönemlerde değil yaygın olarak neredeyse her zaman, korku ya da kaygıya sebep olur.
- Kaygı doğurduğu durumlardan kaçınma veya yoğun bir korku/kaygı ile bu durumlara katlanma
- Bireyin yaşadığı korku ya da kaygı, içinde bulunulan toplumsal durumun nesnel özelliklerine ve sosyo-kültürel bağlama kıyasla aşırı ve orantısızdır.
- Kaygı, korku ya da kaçınma davranışları geçici değil, süreklilik gösteren bir yapıya sahiptir ve bu belirtiler en az altı ay süresince gözlemlenir.
- Korku, kaygı ya da kaçınma, bireyin günlük yaşam işlevselliğini sekteye uğratacak düzeyde klinik olarak belirgin sıkıntılara yol açar.

1.3.2. Sosyal Anksiyetenin Epidemiyolojisi

Sosyal anksiyete bozukluğu, küresel ölçekte yaygın bir ruhsal rahatsızlık olup, coğrafi ve kültürel faktörlere bağlı olarak prevalans oranları önemli farklılıklar göstermektedir. Batı toplumlarında daha yüksek oranlarda gözlenen bu bozukluk, İsviçre'de %16, Amerika Birleşik Devletleri'nde %11-13 arasında seyrederken, Uzak

Doğu kültürlerinde belirgin biçimde düşük (%0.4-0.5) prevalans değerleri dikkat çekmektedir (Kessler vd., 1994; Fehm vd., 2008). Türkiye'de üniversite öğrencileri arasında yapılan çalışmalarda yaşam boyu yaygınlık %9.8 ile %22 arasında değişen oranlarda tespit edilmiş olup (İzgiç vd., 2000; Dilbaz, 2002), Avrupa genelinde 12 aylık yaygınlık %2.3 olarak bildirilmiştir (Wittchen vd., 2011). Demografik veriler incelendiğinde, kadınlarda (%1.3-17.2) erkeklere (%0.4-10.0) kıyasla yaklaşık iki kat daha sık gözlenen bu bozukluk, düşük sosyoekonomik statü, bekar olma durumu ve düşük eğitim düzeyi ile güçlü bir ilişki sergilemektedir (Schneier vd., 1992). Literatürde "yaygın" ve "yaygın olmayan" şeklinde sınıflandırılan alt tipler, kaygının görüldüğü sosyal durumların kapsamına göre farklılaşmaktadır (Memik vd., 2011; Stein vd., 2000).

Epidemiyolojik araştırmalar, sosyal anksiyete bozukluğunun tipik olarak erken veya geç ergenlik döneminde (10-17 yaş) başladığını (Dilbaz, 2000) ve vakaların %80'inin 20 yaşından önce semptomlar gösterdiğini ortaya koymaktadır (Kessler vd., 2007). Alt tiplerin başlangıç yaşları incelendiğinde, yaygın olmayan tipte 22.6, çekingen kişilik bozukluğu eşlik eden yaygın tipte 16.0, eşlik etmeyen yaygın tipte ise 10.9 yaş ortalaması tespit edilmiştir. Bununla birlikte bozukluğun klinik başvuruları genellikle başlangıçtan 15-20 yıl sonra gerçekleşmekte olup, bu gecikme sıklıkla semptomların karakter özelliği olarak değerlendirilmesinden kaynaklanmaktadır (Dilbaz, 1997). Etiyolojik faktörler arasında eşitsiz gelir dağılımı, travmatik yaşantılar ve sosyal ilişkilerde yetersizlik gibi psikososyal etmenler öne çıkarken (Wittchen ve Fehm, 2001), ABD'de yürütülen kapsamlı bir çalışmada %13,3'lük yaşam boyu yaygınlık oranıyla sosyal anksiyete bozukluğu, alkol kullanımı ve depresyonun ardından en sık karşılaşılan üçüncü psikiyatrik bozukluk olarak belirlenmiştir (Magee vd., 1996). Judd'un (1994) çalışması, 13-18 yaş aralığında zirve yapan bu bozukluğun 25 yaş sonrasında belirgin biçimde azaldığını (Kahyaoğlu, 2021), ancak bazı vakalarda 35 yaş sonrasında da başlangıç gösterebildiğini doğrulamaktadır (McEvoy vd., 2011).

1.3.3. Klinik Belirtiler

Sosyal anksiyete bozukluğunun temel klinik özellikleri arasında sosyal ortamlarda yoğun kaygı yaşama, performans gerektiren durumlarda korku hissetme,

olumsuz değerdendirilme endişesi ve bu durumlardan kaçınma davranışları yer almaktadır. Bu belirtiler, bireyin günlük yaşamında, iş hayatında ve kişilerarası ilişkilerinde önemli bozulmalara yol açabilmektedir (Smits vd., 2006).

Sosyal anksiyete bozukluğu deneyimleyen bireyler, sosyal ortamlarda çeşitli fizyolojik, bilişsel ve davranışsal belirtiler gösterebilirler. Fizyolojik olarak kalp çarpıntısı, titreme, terleme, nefes almada güçlük, ses titremesi ve yüz kızarması gibi belirtiler görülebilenken bilişsel düzeyde ise olumsuz değerdendirilme korkusu, felaketleştirme düşünceleri, kendini eleştirme, sosyal performansla ilgili yüksek standartlar ve mükemmeliyetçilik ön plana çıkabilir. Davranışsal semptomlar arasında sosyal durumlardan ve göz temasından kaçınma, konuşmayı kısa tutmaya çalışma ve sürekli telefonla ilgilenme veya yanında güvendiğı birini bulundurma gibi güvenlik davranışları sayılabilir (Dilbaz ve Güz, 2001). Bu belirtiler, bireyin sosyal ortamlarda işlevselliğini önemli ölçüde kısıtlayabilir ve uzun vadede sosyal izolasyona, depresyona ve hatta diğer psikiyatrik bozukluklara zemin hazırlayabilir.

1.3.4. Psikanalitik Yaklaşım ve Temel Mekanizmalar

Bu çalışmada sosyal anksiyete bozukluğunu anlamak ve açıklamak amacıyla psikanalitik perspektif benimsenmiştir. Sosyal anksiyete bozukluğu, klinik yazında sıklıkla bilişsel-davranışçı modeller çerçevesinde ele alınsa da psikanalitik yaklaşım bu bozukluğun altında yatan bilinçdışı çatışmaları, içselleştirilmiş ebeveyn figürlerini ve erken dönem nesne ilişkileri ve savunma mekanizmaları merkezinde ele alıp açıklayarak daha derinlikli bir anlayış sunar. Literatürde sosyal anksiyete bozukluğu üzerine yapılan çalışmaların büyük kısmı davranışsal ve bilişsel süreçlere odaklanırken, psikanalitik çerçevede yürütölen araştırmalar oldukça sınırlıdır. Bu boşluk, sosyal anksiyete bozukluğuna psikanalitik yaklaşımla yeniden bakmayı ve bu perspektifin sağladığı içgöröleri ortaya koymayı anlamlı kılmaktadır.

Psikanalitik perspektife göre, sosyal anksiyete bozukluğunun altında yatan dinamikler, erken yaşam deneyimleri ve bilinçdışı süreçlerle yakından ilişkilidir. Psikanalitik yaklaşıma göre kaygılar, bilinçdışı arzuların bilince yansmasıyla ve

bireyin bu arzulardan dolayı cezalandırılacağına dair düşünceleriyle meydana gelmektedir. Bu düşünceler, bireyde yansıtma ve kaçınma gibi savunma mekanizmalarını harekete geçirerek kaygıyı ortaya çıkarmaktadır. Sosyal kaygı yaşayan bireylerde ise aynı mekanizma üzerinden, kabul edilemez bilinçdışı arzular ve fanteziler ile bu fantezilere karşı işleyen savunma mekanizmaları arasındaki çatışmalardan kaygı doğmaktadır. (Milrod, Shea ve Shedler, 2022)

Sosyal anksiyete bozukluğuna sahip bireyler, bilinçdışı düzlemde dikkat çekme ve onay beklentisi taşımaktadırlar. Bu beklentiler, utanç ve eleştirilme duygusuyla doğrudan ilişkilidir. Sosyal ortamlarda eleştirilme veya küçük düşme olasılığına karşı geliştirilen bu savunmacı tepkiler, sosyal ilişkilerden uzaklaşmalarına yol açabilmektedir (Charis ve Panayiotou, 2023). Ayrıca, bu bireyler çevreleriyle kurdukları bilinçdışı ilişkilerde kendilerine yönelik mükemmeliyetçi bir beklenti taşır ve bu beklenti karşılanmadığında da yoğun bir içsel çatışma yaşarlar. Bu durum, saldırgan taleplerde bulunma veya ilişkilerden tamamen kaçınma gibi tepkilere yol açabilmektedir (Gabbard, 2000).

Sosyal anksiyete bozukluğunun gelişimi, mizaca bağlı korku eğilimi ile ilişkilendirilmiştir ve bu özellik, bozukluğun olası bir öncüsü olarak kabul edilmektedir (Rosenbaum vd., 1991). Mizaca bağlı korku eğilimi ve erken dönem yaşam stresörleri, bu hastaların psikolojik gelişimleri ve içsel dinamikleri üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Çocukluk döneminde ebeveynlerinden yeterli onay ve kabul görmeyen bireyler, yetişkinlikte benzer durumlarla karşılaşmaktan kaçınma eğilimindedirler (Arrindell vd., 1983). Bu etkileşim, sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerde, kendileri ve başkalarına ilişkin belirli temsiller ön plana çıkmasına yol açmaktadır.

Erken dönem yaşam deneyimleri ve mizaçsal özellikler özgüven eksikliği ve içsel yetersizlik hissi, sosyal anksiyetesi olan bireylerin başkalarıyla olan etkileşimlerinde sürekli bir gerilim yaşamalarına neden olabilmektedir (Lipsitz ve Marshall, 2001). Bunun yanı sıra, sosyal anksiyete bozukluğu olan kişiler, sevdiklerinin sevgisini kaybedecekleri korkusuyla bağımsızlık kazanma konusunda

isteksiz olabilirler. Ailelerine veya yakın ilişkilerine olan bağları nedeniyle yeni sosyal çevreler oluşturma fikrine de direnç gösterebilirler. Bu durum, bireyin bağımsız hareket etme kapasitesinin sınırlanması ve sosyal izolasyonun derinleşmesi ile sonuçlanabilmektedir (Gabbard, 1992).

Hastaların istekler ve fantezileri hakkındaki içsel çatışmalarının belirlenmesi, psikodinamik yaklaşımın temel bileşenlerinden biridir (Freud, 1926). Sosyal anksiyete bozukluğunda en belirgin çatışmalardan biri, özerklik arzuları ile bağımlılık ihtiyacı arasındaki gerilimdir. Bakım verenlerin aşırı koruyucu davranışları, bağlanma figürlerinin yaşamsal güvenlik için vazgeçilmez olduğu algısını pekiştirir ve bu durum bireyin bağımsızlaşma çabalarını ketleyebilir (Perry vd., 1987). Bu algı sonucunda birey, sosyalleşme girişimlerini, önemli bağlanma figürleriyle olan ilişkilerine bir ihanet veya bu ilişkileri bozma riski olarak yorumlayabilir. Bu bilinçdışı çatışma, sosyal anksiyeteyi derinleştiren regresif çaresizlik fantezilerini tetikler ve sosyal kaçınma davranışlarının sürdürülmesine katkıda bulunur (Busch, 2021).

Erken dönem yaşam deneyimleri ve mizaçsal özellikler, sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerde kendileri ve başkalarına ilişkin belirli temsillerin ön plana çıkmasına yol açmaktadır. Bu bireyler kendilerini yetersiz, utanç verici ve değersiz hissederken, başkalarını yargılayıcı ve tehditkâr olarak algılama eğilimindedirler (Busch, 2021). Bu içsel temsiller, düşük benlik saygısı, aşağılanma ve reddedilme beklentisi yaratarak sosyal ortamlarda yoğun kaygıya ve kaçınma davranışlarına zemin hazırlar.

Sosyal anksiyete bozukluğunda görülen yetersizlik duygularını telafi etmek için, öne çıkma ve büyüklenmeci (grandiyöz) fanteziler ve arzular gelişebilmektedir (Fenichel, 1945). Sosyal korkular daha derinlemesine incelendiğinde, bu büyüklük fantezileri bir çatışma kaynağı olarak kendini göstermekte ve bazen cinsel teşhirci isteklerle ilişkilendirilmektedir (Gabbard, 1992, 2000; Kaplan, 1972; Lipsitz ve Marshall, 2001).

Bu tür telafi edici fanteziler ortaya çıktığında, tipik olarak suçluluk ve cezalandırılma beklentilerini tetiklemekte, sosyal anksiyete ve kaçınmayı artırmaktadır. Bununla birlikte, büyüklük fantezileri ve özel muamele görme istekleri, gerçek sosyal durumlarda genellikle hayal kırıklığı ve öfkeye neden olmakta, yetersizlik ve reddedilme duygularını pekiştirmektedir (Busch vd., 2012).

Sosyal anksiyete bozukluğu olan bireyler, özellikle çatışmalı öfke duygularıyla başa çıkmak için inkâr, projeksiyon ve saldırganla özdeşleşme gibi savunma mekanizmalarına başvururlar. (Gabbard, 2014). Inkâr edilen öfke duyguları genellikle başkalarına yansıtılır, bu da diğer insanların daha tehditkâr algılanmasına yol açarak sosyal kaygıyı pekiştirir. Büyüklük fantezileri olan sosyal anksiyeteli bireyler, saldırganla özdeşleşme savunmasını da gösterebilirler. Bu savunmada, bireyler bakım verenlerden ve/veya diğer otorite figürlerinden deneyimledikleri şekillerde kontrolde olma ve potansiyel olarak başkalarını eleştirme hakkında fanteziler kurabilirler. Başkalarını kontrol etme istekleri, büyüklük fantezileri hakkında suçluluğa katkıda bulunabilmektedir.

BÖLÜM 2

LİTERATÜRDE KIRILGAN NARSİSİZM, ZİHİNSELLEŞTİRME VE SOSYAL ANKSİYETE ARASINDAKİ İLİŞKİLER

2.1. KIRILGAN NARSİSİZM VE ZİHİNSELLEŞTİRME

Yapısı gereği diğer bireylerle etkileşimde olarak hayatını sürdüren insanın, sağlıklı ilişkiler kurması ve bunları geliştirebilmesi için sahip olması gereken pek çok yetiden biri zihinselleştirmedir. Bireyin hem kendi hem de başkalarının zihinsel durumlarını anlamlandırma, yorumlama ve bu doğrultuda uygun tepkiler verme kapasitesi olan zihinselleştirme sayesinde organik bir ilişki geliştirilebilir. Araştırmalar, narsisistik bireylerin başkalarının davranışlarının altında yatan zihinsel durumları anlamlandırmada güçlük yaşadığını ortaya koymaktadır. Bu bireyler, kişilerarası etkileşimleri yalnızca yüzeysel düzeyde değerlendirme eğiliminde olup, karşılarındaki kişilerin duygu ve niyetlerini doğru bir şekilde yorumlamakta zorlanırlar. Bu durum, narsisistik bireylerin ilişkilerinde katı, bencil ve çoğu zaman empati yoksunu bir tutum sergilemelerine neden olabilmektedir (Dimaggio vd., 2007; Lawson vd., 2008). Bu bağlamda narsisizm ile zihinselleştirme kapasitesinin yakından ilişkili olabileceği ve zihinselleştirme becerilerindeki eksikliklerin narsisistik kişilik özelliklerinin gelişiminde önemli bir rol oynayabileceği öne sürülmektedir.

Fonagy ve diğerlerine (2002) göre, tıpkı zihinselleştirme sürecinde olduğu gibi narsisizmin ortaya çıkmasında birincil bakımverenin aynalama ve yansıtma davranışı etkin rol oynamaktadır. Bu aynalama, uygunluk ve belirginlik birleşenlerinin ikisinin birlikte sağlanması ile sağlıklı bir şekilde gelişir. Bu durumda çocuk duygularını bakımverenin zihninde yansıtılmış bir şekilde görür ve bu deneyimi içselleştirerek sağlıklı bir benlik algısı oluşturmaya olanak tanır. Çocuk, zamanla kendi duygularını ve başkalarının zihinsel durumlarını tanıma, anlama ve düzenleme becerisini geliştirir. Uygunluk (Contingency), çocuğun hissettiği duygu ile bakımverenin verdiği tepkinin

uyumlu olmasıdır. Belirginlik (Markedness) ise, bakımverenin çocuğun duygularını doğrudan kopyalamak yerine, onları abartılı ve fark edilir bir şekilde ifade etmesidir. Ancak, bakım verenin aynalaması belirgin ama uygun değilse—yani çocuğun duygularını yansıtıyormuş gibi görünse de aslında gerçek hisleriyle uyumsuz bir tepki veriyorsa—çocuğun kendilik algısında kopukluklar ortaya çıkabilir. Fonagy ve diğerleri (2002), bu tür tutarsız aynalama süreçlerinin narsisistik kişilik gelişimine zemin hazırladığını öne sürmektedir. Çocuk, kendi içsel deneyimlerini doğru bir şekilde işleyemez ve dışsal doğrulamalara bağımlı hale gelir. Bu durum, ilerleyen yaşlarda kişinin kendi değerini başkalarının onayına dayandırmasına, empati eksikliği yaşamasına veya başkalarının zihinsel durumlarını yanlış yorumlamasına neden olabilir.

Lee ve Chung (2024) yaptıkları araştırmada, zihinselleştirmenin, hem kırılgan hem de büyüklenmeci narsisizm ile ilişkili olduğu ve kişilerarası problemlerle arasındaki ilişkide aracı ilişkisi bulunduğunu ortaya koymuştur.

Alanyazında zihinselleştirme ve narsisizmin alt boyutlarının ilişkilerinin incelendiği çalışmalar ise yok denecek kadar azdır. Teorik bilgilerden yola çıkarak öncelikle kırılgan narsisizmin hipermentalizasyon ile ilişkili olabileceği öngörülmüştür. Bu beklenti, kırılgan narsisistik eğilimler gösteren bireylerin zihinselleştirme süreçlerinde aşırıya kaçabilecekleri varsayımına dayandırılmaktadır. Literatürde aşırı zihinselleştirme (hipermentalizasyon), kişinin kendisinin ve başkalarının zihinsel durumlarına ilişkin yeterli kanıt olmaksızın çıkarımlar üretmesi ve bu çıkarımlara dayalı temsiller oluşturması olarak tanımlanmaktadır (Fonagy vd., 2016). Kırılgan narsisistik bireyler ise genellikle eleştiriye karşı duyarlılık, büyüklenmeci fantezilerin yarattığı utanç duyguları, dışsal onaya yönelik yoğun ihtiyaç ve artmış kaygı düzeyi gibi özelliklerle tanımlanmaktadır (Akhtar ve Thomson, 1982; Dickinson ve Pincus, 2003; Wink, 1991). Bu özellikler bir arada değerlendirildiğinde, bu bireylerin onaylanma ihtiyaçlarını karşılayabilecek kişilerin zihinsel süreçlerine odaklandıkları; ancak bu odaklanmanın çoğu zaman çarpıtılmış, kanıta dayanmayan ve gerçeklikten uzak yorumlara dayalı olacağı düşünülmüştür ancak alan yazına bakıldığında, az da olsa yapılan çalışmalarda bu teoriyi

desteklemeyen sonuçlar bulunmuştur. Duval ve diğerleri (2018) yaptıkları çalışmada, çocukluk çağı travmaları ve narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı işlevini incelenmiş ve kırılğan narsisizm ve YİÖ'nin alt boyutu olan hipomentalizasyonu temsil eden belirsizlik boyutunun ilişkili olduğu saptamıştır. Yine aynı çalışmaya göre de büyüklenmeci narsisizm de hipermentalizasyonu temsil eden kesinlik alt boyutu ile ilişkili bulunmuştur. Başka bir çalışmada ise, ergenlik döneminde kırılğan ve büyüklenmeci narsisizmin hem hipermentalizasyon hem de hipomentalizasyon gibi zihinselleştirme güçlükleri ile anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (Duval vd., 2018). Narsistik kişilik bozukluğunun, zihin okuma (mindreading) becerisindeki bozulmalarla ilişkili olduğu; ancak bu yetersizliğin doğrudan ergenlik dönemindeki öznel sıkıntı ile bağlantılı olmadığı gösterilmiştir (Bilotta vd., 2018). Bu bağlamda yapılan bu çalışmada da zihinselleştirme ve hipomentalizasyon arasında pozitif yönlü bir ilişki olabileceği beklenmektedir.

2.2. KIRILGAN NARSİSİZM VE SOSYAL ANKSİYETE

Narsisizm, bireyin benliğine yönelik abartılı bir değer atfetmesi, kendini üstün görme eğilimi, başkalarının ihtiyaçlarına karşı duyarsızlık, empatik bağlantı kurma kapasitesinde yetersizlik ve sosyal etkileşimlerde sürekli olarak takdir ve onaylanma arayışı ile belirgin bir kişilik örüntüsünü ifade etmektedir (Campbell ve Foster, 2007). Bu kişilik özelliği, bireyin sosyal ilişkilerini ve işlevselliğini çeşitli boyutlarda etkileyebilmektedir. Güncel psikoloji literatüründeki kapsamlı araştırmalar, narsisizmin tek boyutlu bir yapıdan ziyade, farklı görünümsergileyebilen çok boyutlu bir olgu olduğunu ortaya koymuş ve narsisizmi kırılğan ve büyüklenmeci olmak üzere iki temel boyuta ayırmıştır (Miller vd., 2011).

Büyüklenmeci narsisizmde, dışavurumcu bir üstünlük algısı, kendine hayranlık ve diğerlerini küçümseme eğilimleri ön plandayken; kırılğan narsisizmde, içe dönük bir üstünlük algısı, reddedilmeye aşırı duyarlılık ve eleştirilere karşı savunmacı tutumlar öne çıkmaktadır (Dickinson ve Pincus, 2003). Kırılğan narsisizm, paradoksal bir yapı sergileyerek dışarıdan bakıldığında çekingen ve ürkek görünen bir görünüme

yol açarken, içsel dünyada bireyin kendine ilişkin yüksek standartlar ve beklentilerini barındırır. Bu içsel çelişki, onları sosyal ortamlarda hassas ve kırılabilir kılar (Besser ve Priel, 2010). Söz konusu eleştirilme ihtimali, kırılabilir narsisist bireylerin özdeğer algılarını tehdit ettiğinden, sosyal etkileşimlerden çekinme ve kaçınma eğilimi gösterirler (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Bu kaçınma davranışları, kırılabilir narsisizm ve sosyal anksiyete bozukluğu arasındaki fenomenolojik benzerliğin temel göstergelerinden biridir.

Öte yandan sosyal anksiyete bozukluğu, bireyin tanımadığı insanlarla etkileşimde bulunabileceği veya başkalarının değerlendirmesine açık olabileceği sosyal durumlarda yaşadığı yoğun korku ve kaygı ile karakterizedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Bu bozuklukta kişi, olumsuz değerlendirilme, alay edilme veya küçük düşürülme endişesiyle sosyal ortamlardan kaçınma davranışı sergiler (Türkçapar, 2004). Bu kaçınma davranışları zamanla kişinin işlevselliğini ciddi şekilde kısıtlayabilir (Dilbaz, 2000). Sosyal anksiyete bozukluğunun etiyolojisinde biyolojik, psikolojik ve çevresel faktörlerin etkileşimi söz konusu olmakla birlikte, psikodinamik bakış açısı bu bozukluğun gelişiminde altta yatan bilinçdışı süreçlerin rolüne dikkat çekmektedir.

Psikodinamik yaklaşıma göre sosyal anksiyete, bireyde çoğu zaman fark edilmeyen büyülenmeci fantezilerin bir çatışma kaynağı olarak ortaya çıkmasıyla ilişkilidir. Bu tür fanteziler, kimi zaman cinsel teşhircilik eğilimleriyle iç içe geçmiş şekilde ve bireyin kendilik değerindeki eksiklikleri telafi etmeye yönelik bilinçdışı bir savunma mekanizması olarak işlev görmektedir (Fenichel, 1945; Zerbe, 1994). Psikanalitik kuramlara göre, kişinin aşağılanma ya da yetersiz görülme korkusunu dengelemeye çalışan bu fanteziler, fark edildiklerinde çoğunlukla yoğun suçluluk duygularını tetiklemekte ve bireyde cezalandırılacağına dair endişeye neden olmaktadır (Gabbard, 2000). Bu içsel çatışma, sosyal ortamlardan kaçınma davranışlarının daha da pekişmesine yol açabilir. Bu psikodinamik süreçler, kırılabilir narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi açıklama potansiyeli taşımaktadır.

Özellikle özel, önemli ya da hayranlık uyandıran biri olarak görülme arzusu taşıyan bireylerde, sosyal etkileşimler sırasında bu beklentilerin karşılık bulmaması, çoğu zaman hayal kırıklığı ve öfkeyle sonuçlanmaktadır. Bu duygusal tepkiler, bireyin mevcut yetersizlik ve reddedilme duygularını daha da derinleştirerek sosyal anksiyeteyi artırabilmektedir (Lipsitz ve Marshall, 2001). Dolayısıyla, hem kırılğan narsisizmde hem de sosyal anksiyete bozukluğunda, bireyin sosyal etkileşimler sırasındaki özdeğer algısının korunmasına yönelik kaygılar merkezi bir rol oynamaktadır.

Son yıllarda yapılan görgül araştırmalar, kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi sistematik olarak desteklemektedir. Williams (2016) tarafından yürütülen kapsamlı çalışmada kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Bununla birlikte, Casale ve diğerlerinin (2021), kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasında utancın ilişkisini araştırdıkları deneysel çalışmada kırılğan narsisizmin sosyal anksiyeteyi yordadığını belirtmişlerdir. Bu bulgular, her iki durumda da bireylerin diğerlerinin değerlendirmelerine karşı aşırı duyarlılık gösterdiğini ve sosyal kaçınma davranışları sergilediğini doğrulamaktadır.

2.3. ZİHİNSELLEŞTİRME VE SOSYAL ANKSİYETE

Zihinselleştirme, bireylerin kendi zihinlerini ve başkalarının zihinlerini anlama kapasitesini ifade eder (Fonagy ve Target, 1997). Kişilerarası ilişkilerin işlevselliği açısından oldukça kritik olan bu kapasite, bireyin sosyal ortamlarda başkalarının davranışlarını ve niyetlerini doğru bir şekilde anlamasını sağlar. Zihinselleştirme kavramı, psikodinamik kuram ve bağlanma teorisi temelinde gelişmiş olup, Fonagy ve arkadaşları tarafından sistematik hale getirilmiştir. Bilişsel psikolojideki zihin kuramından (Theory of Mind) farklı olarak, zihinselleştirme hem bilinçli hem de bilinçdışı süreçleri kapsar ve yalnızca bilişsel değil, duygusal bileşenleri de içerir (Allen vd., 2008).

Sosyal anksiyete ile zihinselleştirme arasındaki ilişki, giderek artan sayıda araştırmada incelenmekte ve bu iki kavramın önemli ölçüde bağlantılı olduğu ortaya

konmaktadır. Jacobs ve diğerleri (2008) tarafından yürütülen çalışmada, zihinselleştirme kapasitesinin, sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerde sağlıklı bireylere kıyasla daha fazla bozulma gösterdiği belirlenmiştir. Sosyal anksiyete yaşayan bireylerin, başkalarının zihinsel durumlarını değerlendirme konusunda belirgin zorluklar yaşadığı, özellikle bilişsel düzeyde—yani başkalarının inanç ve niyetlerini anlamaya yönelik zihin kuramı görevlerinde—daha düşük performans sergiledikleri saptanmıştır (Hezel ve McNally, 2014).

Alan yazındaki bulgular incelendiğinde, Alvi ve diğerlerinin (2019) 105 çalışmayı kapsayan meta analizinde, zihinselleştirme ile sosyal kaygı dahil olmak üzere içselleştirilmiş psikopatoloji belirtileri arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki olduğu raporlanmıştır. Benzer şekilde, Maleki ve diğerleri (2020) tarafından yürütülen araştırmada, sosyal anksiyetesi yüksek bireylerin özellikle olumlu sosyal ipuçlarını yorumlamakta güçlük çektikleri ortaya konmuştur.

Daha güncel araştırmalardan Salarhaji ve Sarafraz (2024)'ın çalışması, çocukluk çağı travmaları ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları, hipomentalizasyonu temsil eden belirsizlik (uncertainty) alt boyutunun çocukluk dönemi travmaları ve sosyal anksiyete arasında moderatör işlevi gördüğünü göstermektedir.

Öte yandan, zihinselleştirme süreçlerindeki bozulmanın yalnızca yetersizlik şeklinde değil, aşırılık biçiminde de ortaya çıkabileceğini gösteren bulgular mevcuttur. Nitekim Hezel ve McNally (2014), sosyal anksiyete bozukluğuna sahip kişilerde, sahip olmayan kişilere kıyasla daha yüksek "aşırı zihin kuramı potansiyeli" (Theory of Mind [ToM]) yaygınlığına dikkat çekmiştir. Bu bağlamda aşırı zihin kuramı potansiyeli hipermentalizasyon kavramıyla benzer şekilde kavramsallaştırılmıştır. Literatürde "aşırı zihin kuramı potansiyeli" ve "hipermentalizasyon" terimleri genellikle birbirinin yerine kullanılmaktadır. Ancak aralarındaki ince fark, hipermentalizasyonun daha çok başkalarının zihinsel durumlarını aşırı yorumlama eğilimini vurgularken, aşırı zihin kuramı potansiyelinin (over-mentalizing) başkalarının davranışlarını gerektiğinden fazla zihinsel durumlara atfetmeyi ifade etmesidir (Sharp ve Venta, 2012). Sosyal

anksiyete bağlamında, her iki kavram da bireyin sosyal ipuçlarını tehdit edici şekilde aşırı yorumlama eğilimini yansıtmaktadır.

Bu araştırma bulguları bir araya getirildiğinde, sosyal anksiyete bozukluğu ile zihinselleştirme arasında karmaşık bir ilişki olduğu ve zihinselleştirme süreçlerindeki hem yetersizlik (hipomentalizasyon) hem de aşırılığın (hipermentalizasyon) sosyal anksiyete bozukluğunun etiyolojisinde ve sürdürülmesinde rol oynayabileceği düşünülmektedir. Literatürdeki mevcut boşluklara bakıldığında, hipomentalizasyon ve hipermentalizasyon süreçlerinin sosyal anksiyete bozukluğunun farklı alt tipleri veya şiddet düzeyleri ile ilişkisini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.



BÖLÜM 3

GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini 18-55 yaş arası yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Çalışmaya toplam 306 kişi katılım göstermiştir fakat araştırmanın yaş kriterlerinin dışında kalan 9 kişi örneklemden çıkartılmıştır. Örneklem, 243 (yaş ort.: 27,93) kadın, 50 (yaş ort.: 30,78) erkek olmak üzere toplamda 293 (yaş ort.: 28.38) kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların %53,9'u lisans öğrencisi, %32,1'si lisans mezunu, %6,5 yüksek lisans mezunu, %6,1'i ortaokul mezunu, %0,7'si ilkokul mezunu, %0,7'si doktora mezunudur.

3.1.1. Demografik Bilgiler

Çalışmanın örneklemini 293 katılımcıdan oluşmaktadır. 293 katılımcının 243'si kadın (%82,9) 50'si erkektir (%17,1). Araştırmaya katılım koşulu gereği katılımcıların yaş aralığı 18-55 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 27.93'tür (SS=9,863). Katılımcıların 158'i lisans öğrencisi (%53,9), 94'ü lisans mezunu (%32,1), 19'u lisans mezunu (%6,5), 18'i ortaöğretim mezunu (%6,1), 2'si ilköğretim mezunu (%0,7) ve 2'si doktora mezunudur (%0,7). Katılımcıların medeni durumları incelendiğinde %79,5'inin bekar (n = 233), %20,5'inin evli (n = 60) olduğu görülmüştür. Katılımcıların kimlerle yaşadığı incelendiğinde %13,3'ünün yalnız (n = 39), %68,9'unun ailesi (n = 202) ile, %5,5'inin arkadaşı (n = 16) ile, %6,1'inin yurttan (n = 18), %6,1'inin partneri (n = 18) ile yaşadığı görülmüştür. Katılımcılara daha önce psikiyatrik bir tanı alıp almadığı sorulmuştur ve katılımcıların 247'sinin daha önce bir tanı almadığı (84,3) ve 46'sının daha önce psikiyatrik tanı aldığı (15,7) görülmüştür. Psikiyatrik tanı aldığını belirten 46 katılımcının beyanlarına göre, en sık bildirilen

tanılar panik atak, depresyon, kaygı (anksiyete) bozukluğu ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) olmuştur. Bu tanılar, katılımcıların kendi ifadelerine dayanmaktadır ve profesyonel bir klinik değerlendirme ile doğrulanıp doğrulanmadığı bilinmemektedir. Katılımcılara ait demografik bilgiler aşağıdaki tablo 3.1’de sunulmaktadır.

Tablo 3.1

Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Özellikler		N	%	Ort.	S
Yaş		293	100	28.38	9.86
Cinsiyet	Kadın	242	82.6		
	Erkek	50	17.1		
Eğitim Durumu	İlköğretim	2	0.7		
	Ortaöğretim	18	6.1		
	Lisans Öğrencisi	158	53.9		
	Lisans Mezunu	94	32.1		
	Yüksek Lisans Mezunu	19	6.5		
	Doktora Mezunu	2	0.7		
Medeni Durum	Bekar	233	79.5		
	Evli	60	20.5		
Şu anda	Aile	202	68.9		
Kimle/Kimlerle	Arkadaş	16	5.5		
Yaşadığı	Partner	18	6.1		
	Yalnız	39	13.3		
	Yurt	18	6.1		

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya kapsamında veri toplamak amacıyla dört farklı ölçek kullanmıştır. Katılımcılara sırasıyla, katılımcılar hakkında bilgi edinmek amacıyla Demografik

Bilgi Formu, kırılgan narsisizmin ölçülmesi amacıyla Patolojik Narsisizm Envanteri, zihinselleştirme kapasitesi ve anksiyete düzeylerini ölçme amacıyla Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği verilmiştir. Ölçeklerle ilgili detaylı bilgi aşağıda sunulmuştur.

3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara dair bilgi edinmek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu oluşturulmuştur. Katılımcılara sırası ile yaşları, cinsiyetleri, eğitim durumları, medeni durumları, mezun oldukları/ okumakta oldukları bölüm sorulmuştur. Ayrıca şu an kimle yaşadıkları, daha önce psikiyatrik tanı alıp almadıkları ve aldılarsa tanılarının ne olduğu bilgileri de demografik form aracılığı ile edinilmiştir.

3.2.2. Patolojik Narsisizm Envanteri

Patolojik Narsisizm Envanteri, Pincus ve diğerleri tarafından geliştirilen, narsisizmin büyüklenmecilik ve kırılganlık alt boyutlarını ölçmeyi hedefleyen 52 maddelik bir öz-bildirim ölçeğidir (Pincus vd., 2009). Ölçek 6'lı Likert tipindedir ve -0: beni hiç tanımlamıyor, 5: beni tam olarak tanımlıyor- olarak puanlanan ölçekten alınan yüksek puanlar alt ölçeğin ölçtüğü niteliklerde artışa anlamına gelmektedir. Ölçek, narsisizmi büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm olmak üzere iki üst faktör ve 7 alt faktör ile inceleme imkânı sunmaktadır.

Büyüklenmeci Narsisizm üst boyutu, ölçeğin İstismarcı/Sömürücü, Kendini Feda/ Yüceltme, Büyüklenmecilik Fantezileri, Öfkeyi Hak Görme alt boyutlarının maddelerinin toplamı ile hesaplanırken, kırılgan narsisizm üst boyutu Benliği Saklama, Değersizleştirme, Koşullu Benlik Saygısı alt boyutlarının bir araya gelmesi ile oluşmaktadır. Tüm ölçek güvenirlik kat sayısının .92 olduğu, alt ölçeklere ait güvenirlik değerlerin ise .78 ile .93 arasında değiştiği belirtilmiştir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Büyükgüngör (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Değersizleştirme ve Benliği Saklama alt faktörleri bir araya getirilerek Bağımlılığın İnkârı adı verilen tek bir faktör oluşturulmuştur. Bu çalışmalar

sonucunda ölçeğin Türkçe versiyonu 40 maddeye ve 6 alt faktöre düşürülmüştür. Türkçe versiyonu Bağımlılığın Reddi, Görkemli Fantezi, Koşullu Öz Saygı, Hak Sahipliği Öfkesi, Sömürücülük, Kendini Feda Etme ve Kendini Geliştirme olmak üzere 7 alt ölçeğe sahiptir. Sömürücülük alt boyutu büyüklenmeci narsisizm puanını oluştururken diğer 6 alt boyutun ortalaması kırılğan narsisizm puanını vermektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonunun güvenilirlik değeri değeri .91 olarak hesaplanmıştır. Sömürücülük alt boyutu dışındaki tüm alt boyutların narsisistik kırılğanlık boyutunda hesaplanması nedeniyle ölçeğin Türkçe versiyonu ağırlıklı olarak kırılğan narsisizmi değerlendirmeye yönelik bir araç olarak kullanılmaktadır. Narsisistik kırılğanlık boyutunun güvenilirlik kat sayısı .94 olarak raporlanmıştır. Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı Kırılğanlık boyutu için .95, Büyüklenmeci Boyutu için .77 olarak bulunmuştur.

3.2.3. Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form

Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği (YİÖ), bireylerin yansıtıcı işlevsellik düzeylerini değerlendirmek amacıyla Fonagy ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiştir. Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği'nin kısa formu (YİÖ-8), 7'li likert tipinde (1=Kesinlikle katılmıyorum, 7=Kesinlikle katılıyorum), 8 maddeden oluşan bir öz-bildirim formudur. Ölçek, zihinsel durumlar konusundaki kesinlik ve belirsizlik olmak üzere iki puanın hesaplanmasını sağlar. Ölçek maddelerinden altısı (örneğin, 'Neyi neden yaptığımı her zaman bilirim.') '3, 2, 1, 0, 0, 0, 0' şeklinde puanlanmakta olup, bu maddelerden elde edilen ortalama puanın yüksekliği bireylerin 'Zihin Durumlarına İlişkin Kesinlik' düzeyini göstermektedir. Diğer altı madde (örneğin, 'Bazen neden yaptığımı gerçekten bilmediğim şeyler yaparım.') ise '0, 0, 0, 0, 1, 2, 3' şeklinde puanlanmakta olup, bu maddelerden alınan yüksek ortalama puanlar 'Zihin Durumlarına İlişkin Belirsizlik' düzeyine işaret etmektedir. YİÖ-Kesinlik (Hipermentalizasyon), kişinin kendi ve başkalarının zihinsel durumları hakkında aşırı kesinlik göstermesi anlamına gelirken, YİÖ-Belirsizlik (Hipomentalizasyon), bu durumlara dair aşırı belirsizlik yaşanmasını ifade eder. Badoud ve diğerlerinin (2015) yetişkin örneklem ile yürüttükleri çalışmada YİÖ-Kesinlik boyutunun iç tutarlılık

katsayısı .72, YİÖ- Belirsizlik boyutunun iç tutarlılık katsayısı .64 olarak hesaplanmıştır.

Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği'nin kısa versiyonu (YİÖ-8) henüz Türkçeye uyarlanmamıştır ancak ölçek maddelerinin Türkçe çevirisi geliştiricilerin resmi internet sitesinden (UCL, 2019) temin edilmiştir. Bununla birlikte, söz konusu ölçek çeşitli yüksek lisans ve doktora tez çalışmalarında kullanılmıştır (ör. Göktaş, 2021; Gör, 2021). Göktaş (2021), Kesinlik boyutunun Cronbach alfa değerini .76, Belirsizlik boyutunun Cronbach alfa değerini ise .75 bildirmiştir. Gör (2021) ise yürüttüğü doktora tezinde ilgili alt boyutlar için sırası ile Cronbach alfa değerini .76, ve .58 olarak raporlamıştır. Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı Kesinlik boyutu için .76, Belirsizlik Boyutu için .63 olarak bulunmuştur.

3.2.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen bu ölçek, bireylerin sosyal etkileşim ve performans durumlarında yaşadığı kaygı ve kaçınma düzeylerini ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. Ölçek, öncelikli olarak sosyal kaygı bozukluğu tanısı konmuş bireyler için geliştirilmiş olsa da herhangi bir psikolojik problem deneyimlemeyen kişiler tarafından da kullanılabilir. 24 maddeden oluşan ölçek, her bir maddenin hem Kaygı hem de Kaçınma boyutlarında değerlendirildiği 4'lü Likert tipi bir yapıya sahiptir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, artan kaygı ve kaçınma düzeylerini ifade eder. Ölçeğin korku alt boyutu, 0: yok, 3: şiddetli; kaçınma alt boyutu ise 0: asla, 4: genellikle şeklinde derecelendirilmektedir. Bu iki alt boyuttan elde edilen puanların toplamı, ölçeğin toplam puanını oluşturmaktadır." Orijinal formun iç tutarlılık katsayılarının .81 ile .92 arasında değiştiği rapor edilmiştir.

Ölçek, ilk defa Dilbaz (2001) tarafından çevrilmiş, ardından Soykan ve arkadaşları (2003) tarafından yeniden analize edilerek düzenlenmiştir. Ölçeğin Türkçe formu, ölçeğin orijinali ile aynı madde sayısı ve faktör yapısını korumaktadır. Ölçeğin kaygı alt boyutu için iç tutarlılık değeri .96, kaçınma alt boyutu için .95 ve tüm ölçek

için .98 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmadan ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı genel anlamda .96 olarak bulunmuştur.

3.3. İşlem

Öncelikle araştırma sürecinde kullanılacak ölçeklerin sahiplerinden, ölçeklerin kullanımı adına gerekli izinler alınmıştır. Bunun ardından tez çalışmasına başlanabilmesi için İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'ndan gerekli izinler alınmıştır. Ardından veri toplama süreci başlatılmıştır. Surveey.com üzerinde çalışmanın verileri çevrimiçi olarak toplanmıştır. Çalışmanın linki erişilebilir sosyal medya kanalları ve e-posta sistemi üzerinden paylaşılmıştır. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayandırılmıştır. Linke tıklayan katılımcılar ilk olarak Gönüllü Katılım ve Bilgilendirilmiş Onam Formu ile karşılaşmıştır ve bu form aracılığıyla katılımcılara araştırmaya ve sürece dair bilgiler verilmiştir. Formu dolduran katılımcılar bu bilgileri okuduklarını, çalışmadan diledikleri takdirde herhangi bir aşamada çekilebileceklerinin farkında olduklarını ve araştırmaya gönüllü bir şekilde katılmak istediklerini onaylamışlardır. Gönüllü Katılım ve Bilgilendirilmiş Onam Formu'nu onaylayan katılımcılar Demografik Bilgi Formu ile ankete devam etmişlerdir. Çalışmada katılımcılardan kimliklerine ilişkin herhangi bir bilgi talep edilmemiştir. Ardından sırasıyla Patolojik Narsisizm Envanteri, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ve Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form uygulanmıştır. Çalışma yaklaşık olarak 15 dakika sürmüştür. Veri toplama süreci 2024 Aralık ayında başlayıp 2025 Mart ayında tamamlanmıştır.

3.4. Veri Analizi

Araştırma kapsamında katılımcılardan toplanan veriler, IBM SPSS 25 programı aracılığı ile istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Analiz sürecinde ilk olarak verilerin normallik analizleri, bunu takiben uç değer ve güvenilirlik analizleri gerçekleştirilmiştir. Ardından örneklemin demografik özelliklerini ortaya koymak amacı ile betimleyici analizler yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkileri incelemek

amacıyla Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür. Son olarak aracı değişken etkilerini test etmek amacı ile Hayes (2022) tarafından geliştirilen SPSS PROCESS MAKRO 4.2 sürümü kullanılarak aracı rol analizleri gerçekleştirilmiştir.



BÖLÜM 4

BULGULAR

Bu bölümde, çalışmada elde edilen veriler doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin sonuçları sunulmaktadır. Öncelikle kullanılan ölçeklerin normallik dağılımı, güvenirlik düzeyleri ve betimsel istatistiklerine ilişkin bulgulara sırasıyla yer verilmiştir. Ardından, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeye yönelik korelasyon analizleri ile aracı değişken analizlerinin sonuçları raporlanmıştır.

4.1. Ölçek Bilgileri

4.1.1. Ölçeklerin Normallik Dağılımları

Analiz sürecine geçilmeden önce, araştırmada elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğunu belirlemek amacıyla normallik testleri gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, verilerin normallik dağılımı çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri baz alınarak değerlendirilmiştir. Değerlendirmede, Tabachnick ve Fidell (2020) tarafından önerilen -1.5 ile +1.5 referans aralığı esas alınmıştır. Bu referans değerleri baz alındığında PNE ve alt boyutlarının (büyüklenmeci ve kırılğan), YİÖ-8 ve alt boyutlarının (kesinlik ve belirsizlik) ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği'nin çarpıklık ve basıklık değerlerinin bu aralıkta olduğu görülmektedir. (bkz. Tablo 4.1)

Ek olarak, uç değerlerin tespit edilmesi ve çıkarılması için z skorları hesaplanmıştır. Bu bağlamda ± 3.29 değerleri referans aralığı olarak alınmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2020). Bu doğrultuda 4 katılımcının referans değerleri dışında kaldığı saptanmıştır ve 297 olan katılımcı sayısından 4 kişi çıkartılmış olup kalan 293 katılımcıyla analizler sürdürülmüştür.

Tablo 4.1*Ölçeklerin Geçerlik Analiz Sonuçları*

Ölçekler		İstatistikler	Standart Hata
Büyüklenmeci	Çarpıklık	.06	.14
Narsisizm	Basıklık	-.66	.28
Kırılgan	Çarpıklık	-.02	.14
Narsisizm	Basıklık	-.29	.28
YİÖ-Kesinlik	Çarpıklık	.31	.14
	Basıklık	-.78	.28
YİÖ-Belirsizlik	Çarpıklık	1.06	.14
	Basıklık	.52	.28
Sosyal Anksiyete	Çarpıklık	.43	.14
	Basıklık	.27	.28

4.1.2. Ölçeklerin Güvenirlik Analizleri

PNE, YİÖ-8 ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) ölçeklerinin güvenilirliklerinin tespiti için Cronbach's Alpha (1951) değerine bakılmış ve bu doğrultuda analiz yürütülmüştür. Güvenirlik analizlerinde kullanılan Cronbach's Alpha katsayısı, 0 ile 1 arasında değişen bir değer aralığına sahiptir ve ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmede temel bir gösterge olarak kullanılmaktadır. Bu katsayının 0.00–0.40 arasında olması, ölçeğin güvenilirliğinin yetersiz olduğunu; 0.40–0.60 aralığında yer alması, düşük düzeyde güvenilirlik sergilediğini; 0.60–0.80 arasında olması, ölçeğin kabul edilebilir düzeyde güvenilir olduğunu ve 0.80–1.00 aralığında bulunması ise yüksek düzeyde güvenilirliğe işaret ettiğini göstermektedir (Tavşancıl, 2005). Bu referans doğrultusunda bu çalışmada kullanılan ölçek ve alt boyutlarının güvenilir olduğu görülmektedir.

Araştırmada kullanılan Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE-40) toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Ancak veri toplama sürecinde yaşanan teknik bir hata nedeniyle ölçeğin bir maddesi eksik uygulanmıştır. Bu nedenle analizler, kalan 39

madde üzerinden yürütülmüştür. Eksiklik tüm katılımcılarda aynı maddeye karşılık geldiğinden, bu durum "tamamen rastgele eksiklik" (MCAR) kapsamında değerlendirilmiştir (Rubin, 1976; Little ve Rubin, 2002). Literatürde, eksik verilerin MCAR olması ve oranının %5'in altında kalması durumunda, analizlerin güvenilirliğini anlamlı düzeyde etkilemediği ve eksik verilerin analiz dışında bırakılabileceği belirtilmektedir (Groves, 2006; Allison, 2002). Bu doğrultuda, eksik madde dışlanarak toplam puanlar 39 madde üzerinden hesaplanmış, ölçeğin iç tutarlılığı (Cronbach alfa) da bu yeni yapı üzerinden yeniden test edilmiştir. Ayrıca puanlama sırasında herhangi bir dönüşüm yapılmadığından, toplam puanların doğrudan kullanımı geçerli kabul edilmiştir (Lewis ve Sauro, 2017).

Çalışma kapsamında kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları Tablo 4.2.'de yer almaktadır.

Tablo 4.2

Ölçeklerin Güvenirlik Analiz Sonuçları

Ölçekler	Boyut	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
PNE		.95	39
	Kırılgan	.95	35
	Büyüklenmeci	.77	4
YİÖ-8	Kesinlik	.76	6
	Belirsizlik	.63	6
LSKÖ		.96	48

4.1.3. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler

Mevcut çalışmanın ölçeklerine ve alt boyutlarına ilişkin en düşük ve en yüksek değerler, puan ortalamaları ve standart sapmaları incelenmiştir. (bknz. Tablo 4.3)

Tablo 4.3*Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistikleri*

Ölçekler	Min.	Max.	$\bar{X}$	SS
PNE-Narsisizm	40	210	126.5	35.3
Kırılğan Narsisizm	36	199	113.8	33.2
Büyüklenmeci Narsisizm	4	24	12.8	4.5
YİÖ- Kesinlik	0	18	7.0	4.5
YİÖ- Belirsizlik	0	14	3.4	3.2
Sosyal Anksiyete	2	134	48.8	24.8

4.2. Hipotezler**4.2.1. Araştırmanın Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Analizleri**

Çalışmadaki değişkenler arasındaki ilişkileri test etmek amacı ile Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Analizler sonucunda, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = .41$, $p < .001$). Öte yandan, büyüklenmeci narsisizm, sosyal anksiyete ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir ($r = -.08$, $p > .05$). Bu sonuçlar araştırmanın hipotezini doğrular niteliktedir.

Kırılğan narsisizm ve zihinselleştirme arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla PNE-40 ile YİÖ-8 ölçekleri arasındaki korelasyona bakılmıştır. Bunun sonucunda kırılğan narsisizm, YİÖ-Kesinlik ile negatif yönde ($r = -.51$, $p < .001$) ve YİÖ-Belirsizlik ile pozitif yönde ($r = .44$, $p < .001$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Zihinselleştirme sorunları ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla YİÖ-8 ölçeği ile LSKÖ arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. YİÖ-Kesinlik ile sosyal anksiyete arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.42$,

$p < .001$). Buna karşılık, YİÖ-Belirsizlik ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = .36$, $p < .001$).

Tablo 4.4

Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4
1. Kırılğan Narsisizm	—	-.51**	.44**	.41**
2. YİÖ-Kesinlik		—	-.58**	-.42**
3. YİÖ-Belirsizlik			—	.36**
4. LSKÖ				—

**** $p < 0.01$. Not.** YİÖ-Kesinlik. Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kesinlik. YİÖ-Belirsizlik. Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Belirsizlik. LSKÖ. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

4.2.2. Aracı Rol Analizleri

Kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirme sorunlarının aracı rolü olup olmadığını test etmek amacıyla Hayes'in (2022) geliştirdiği PROCESS makrosunda yer alan Model 4 kullanılarak aracı değişken analizi gerçekleştirilmiştir. Oluşturulan bu modelde kırılğan narsisizm yordayan değişken, sosyal anksiyete yordanan değişken, hipermentalizasyon ve hipomentalizasyon ise aracı değişkendir.

Yapılan analiz sonucunda, kırılğan narsisizmin sosyal anksiyete üzerindeki toplam etkisinin (c yolu) ($B = 0.22$, $SH = .029$, $p < .001$, %95 GA [.17, .28]) anlamlı olduğu saptanmıştır. Kırılğan narsisizmin, aracı değişken olan hipomentalizasyon (a1 yolu) ($B = 0.25$, $SH = .030$, $p < .001$, %95 GA [.19, .31]) üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde kırılğan narsisizmin aracı değişken olan

hipermentalizasyon (a2 yolu) ($B = -0.41$, $SH = .040$, $p < .001$, %95 GA $[-.49, -.33]$) üzerinden anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür.

Yapılan analiz sonucunda aracı değişken olan hipomentalizasyonun yordanan değişken olan sosyal anksiyete (b1 yolu) ($B = .11$, $SH = .061$, $p = .070$, %95 GA $[-.01, .23]$) üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür. Hipermentalizasyonun (b2 yolu) sonuç değişkeni olan sosyal anksiyete ($B = -0.16$, $SH = .046$, $p = .001$; %95 GA $[-.25, -.07]$) üzerinde doğrudan etkisi olduğu görülmüştür.

Aracı değişken olan hipomentalizasyon ve hipermentalizasyonun modele eklenmesi sonucunda kırılğan narsisizmin sosyal anksiyete üzerindeki etkisinin (c' yolu) ($B = .13$, $SH = .033$, $p < .001$, %95 GA $[.06, .20]$) anlamlı olmaya devam ettiği görülmüştür.

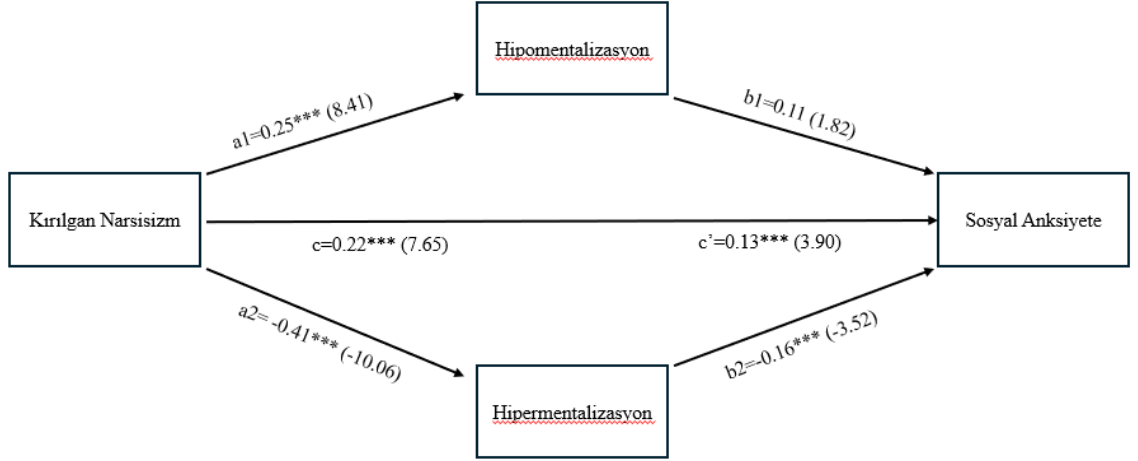
Yapılan analiz sonucunda kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide hipomentalizasyonun ($B = .03$, $SH = .018$; %95 GA $[-.008, .064]$) aracı değişken olarak anlamlı olmadığı, güven aralığında sıfır bulunduğu saptanmıştır. Hipermentalizasyonun ($B = .07$, $SH = .021$; %95 GA $[.024, .107]$) sosyal anksiyete üzerinde aracı değişken etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Alt ve üst güven aralığının sıfır değerini içermediği saptanmıştır. Toplam varyansın %17'sini açıklayan bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. ($F(1,291) = 58.570$, $p < .001$, $R^2 = .167$). Şekil 4.1'de modele ilişkin standardize olmayan beta katsayıları gösterilmiştir.

Şekil 4.1

Kırılğan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipomentalizasyon ve Hipermentalizasyonun Aracı Rolü Analizine İlişkin Model

Not. t değerleri parantez içinde gösterilmiştir.

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



Daha önce sunulan modelde, zihinselleştirmenin alt boyutları olan hipermentalizasyon ve hipomentalizasyon eşzamanlı olarak aracı değişkenler biçiminde modele dahil edilerek kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkideki olası aracılık etkileri test edilmiştir. Ancak bu modelde hipomentalizasyonun aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı bulunmaması üzerine, bu bulgunun iki alt boyutun aynı anda modele dahil edilmesinden kaynaklanabilecek değişkenler arası ortak varyans etkisinden ileri gelebileceği değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda, analizlerin daha sağlıklı yorumlanabilmesi amacıyla hipermentalizasyon ve hipomentalizasyon alt boyutları ayrı ayrı modele aracı değişken olarak dahil edilerek yeniden test edilmiştir. Aşağıda, bu doğrultuda elde edilen aracılık analizlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Yapılan analiz sonucunda kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide hipomentalizasyonun ($B = .03$, $SH = .017$; %95 GA [.021 .088]) aracı değişken olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Alt ve üst güven aralığının sıfır değerini içermediği saptanmıştır. Toplam varyansın %21'ini açıklayan bu modelin istatistiksel olarak

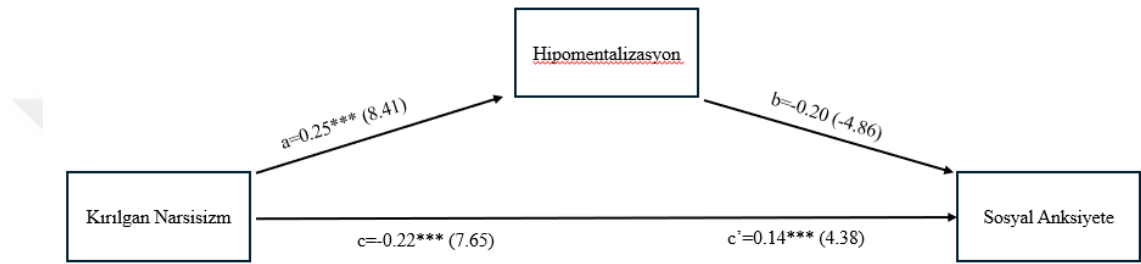
anlamli olduğu tespit edilmiştir ($F(2,290) = 37.659, p < .001, R^2 = .206$). şekil 4.2’de modele ilişkin standardize olmayan beta katsayıları gösterilmiştir.

şekil 4.2

Kırılğan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipomentalizasyon Aracı Rolü Analizine İlişkin Model

Not. t değerleri parantez içinde gösterilmiştir.

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



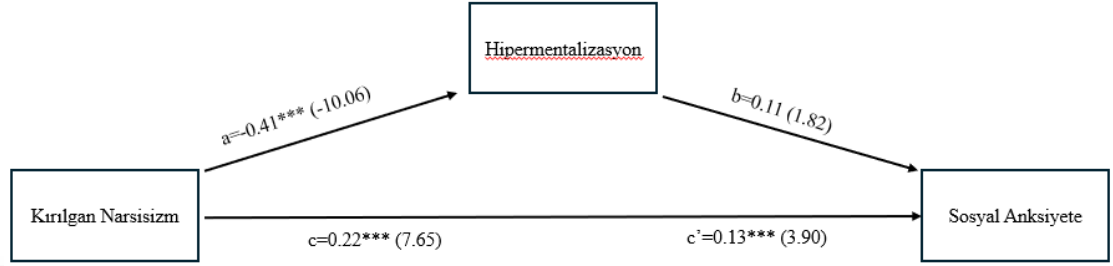
Bununla birlikte, hipermentalizasyonun ($B = .080, SH = .020$; %95 GA [.044 .120]) sosyal anksiyete üzerinde aracı değişken etkisinin anlamli olduğu g r lm ştir. Alt ve üst güven aralığının sıfır değerini içermediği saptanmıştır. Toplam varyansın %23’ n  açıklayan bu modelin istatistiksel olarak anlamli olduğu tespit edilmiştir ($F(2,290) = 43.354, p < .001, R^2 = .230$). şekil 4.2’de modele ilişkin standardize olmayan beta katsayıları gösterilmiştir.

Şekil 4.3

Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Hipermentalizasyonun Aracı Rolü Analizine İlişkin Model

Not. t değerleri parantez içinde gösterilmiştir.

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



4.3. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında yer alan katılımcıların sosyal anksiyete düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

4.3.1. Eğitim Durumuna Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi

Katılımcıların sosyal anksiyete puanlarının eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Levene's Test sonucu varyans homojenliğinin sağlandığını göstermiştir ($p > .05$). ANOVA analizi sonucunda, eğitim durumu gruplarına göre sosyal anksiyete düzeylerinde anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur [$F(5, 287) = 3.418$, $p = .005$] ancak Hochberg post-hoc testi sonuçları gruplar arasında anlamlı ikili farklar bulunmadığını göstermiştir ($p > .05$). Bu bulgu, genel olarak sosyal anksiyete puanlarının eğitim düzeyine göre değiştiğini, ancak bu farkın spesifik gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığını göstermektedir.

4.3.2 Yaş ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişki

Yaş ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda yaş ile sosyal anksiyete arasında negatif yönlü, anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = -.152, p = .009$). Bu bulgu, yaş arttıkça sosyal anksiyete düzeylerinde azalma eğilimi olduğunu göstermektedir.

4.3.3 Cinsiyete Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi

Katılımcıların sosyal anksiyete düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır. T testi sonucunda kadınların (Ort. = 1.03, SS = 0.51) ve erkeklerin (Ort. = 0.96, SS = 0.52) sosyal anksiyete puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür [$t(290) = 0.85, p = .396$].

4.3.4 Medeni Duruma Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi

Katılımcıların medeni durumlarına göre sosyal anksiyete düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi yapılmıştır. Analiz sonucunda evli (Ort. = 0.95, SS = 0.51) ve bekar (Ort. = 1.03, SS = 0.52) bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(291) = -1.16, p = .247$].

4.3.5 Birlikte Yaşanılan Kişiye Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi

Katılımcıların birlikte yaşadıkları kişilere (tek başına, ailesiyle, arkadaşıyla vb.) göre sosyal anksiyete düzeylerinin anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır [$F(5, 287) = 0.451, p = .796$].

4.3.6 Psikiyatrik Tanı Geçmişine Göre Sosyal Anksiyete Düzeyi

Katılımcıların psikiyatrik tanı geçmişi olup olmasına göre sosyal anksiyete düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır. Tanı geçmişi olan bireylerin (Ort. = 1.15, SS = 0.66)

ve olmayan bireylerin (Ort. = 0.99, SS = 0.48) sosyal anksiyete düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır [$t(54.20) = 1.57, p = .123$].



BÖLÜM 5

TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgular literatür bağlamında tartışılmıştır. Öncelikle kırılğan narsisizm, zihinselleştirme ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiler değerlendirilmiş; ardından zihinselleştirmenin bu ilişkideki aracı rolü incelenmiştir. Zihinselleştirmenin aracı rolü hem hipomentalizasyon hem de hipermentalizasyon bağlamında ele alınmıştır. Bu tartışmaların ardından sonuç, klinik önem, sınırlılıklar ve sonraki çalışmalar için önerilere yer verilmiştir.

5.1. Değişkenler Arası İlişkilerin Değerlendirilmesi

Yapılan korelasyon analizlerinde kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Kırılğan narsisizmin toplam puanı arttıkça sosyal anksiyeteden alınan puanlar yükselmektedir. Bu sonuç, araştırmanın ilk hipotezini desteklemektedir ve alanyazın ile uyumludur. Bu bulgu, kırılğan narsisizmi yüksek bireylerin sosyal etkileşimlerde yoğun bir tehdit algısı geliştirdiğine ve dolayısıyla sosyal ortamlardan kaçınma eğilimi gösterdiğine işaret etmektedir (Dickinson ve Pincus, 2003; Schürmann, 2001). Kırılğan narsisizm; bireyin onaylanma, beğenilme ve kabul görme beklentisinin yüksek olduğu, ancak bu beklentilerin çoğu zaman karşılanmaması nedeniyle içe kapanma, hassasiyet ve sosyal geri çekilme ile karakterize edilen bir narsisizm alt türüdür. Bu bağlamda elde edilen bulgu, önceki araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Dickinson ve Pincus (2003), kırılğan narsisizm düzeyi yüksek olan bireylerin çevresindeki insanlara ve dış dünyaya yönelik güven duygularının yeterince gelişmediğini ve bu bireylerde ötekinden onay alamama korkusunun yaygın olduğunu belirtmiştir. Besser ve Priel (2009) ise, kırılğan narsisizm seviyesi yüksek bireylerin benlik saygısında belirgin bir düşüş yaşadığını ve bunun sonucunda reddedilme duyarlılığı geliştirdiklerini ortaya koymuştur. Williams (2016) tarafından yürütülen kapsamlı bir çalışmada da, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Benzer şekilde, Casale ve diğerleri (2021), kırılğan narsisizmin sosyal anksiyeteyi anlamlı düzeyde yordadığını

belirtmişlerdir. Elibol ve Tok (2019)'un araştırması ise, kırılğan narsisizm ile sosyal etkileşim arasında güçlü bir ilişki bulunduğunu ve kırılğan narsisizm özelliklerinin sosyal etkileşim üzerinde güçlü bir yordayıcı olduğunu göstermektedir.

Psikodinamik perspektiften bakıldığında, fark edilmeyen büyüklenmeci fanteziler ile aşağılanma ya da yetersiz görülme korkusu arasındaki bilinçdışı çatışmanın hem kırılğan narsisizm hem de sosyal anksiyetenin temelinde yer aldığı düşünülmektedir (Fenichel, 1945; Gabbard, 2000; Zerbe, 1994). Bu yaklaşıma göre, sosyal anksiyete yaşayan bireylerin bilinçdışında, başkaları tarafından fark edilmesini bekledikleri büyüklenmeci fanteziler bulunmaktadır. Bu fanteziler ile değersizlik duyguları arasındaki çatışma ise sosyal ortamlarda kaygı ve kaçınma davranışlarına yol açmaktadır. Pincus ve Lukowitsky (2010), kırılğan narsisizmin paradoksal bir yapı sergileyerek dışarıdan bakıldığında çekingen ve ürkek bir görünüme yol açtığını, ancak bireyin iç dünyasında yüksek içsel standartlar taşıdığını ve bu nedenle dışı kapalı bir kırılğanlık sergilediğini vurgulamışlardır.

Diğer taraftan, mevcut çalışmada büyüklenmeci narsisizm ile sosyal anksiyete arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu, narsisizmin alt boyutlarının sosyal anksiyete ile ilişkilerinde farklı yönelimler gösterdiğini ortaya koymaktadır. Miller ve diğerleri (2011), büyüklenmeci narsisizmin dışavurumcu bir üstünlük algısı ve kendine hayranlık eğilimi ile karakterize olduğunu, kırılğan narsisizmin ise reddedilmeye karşı yüksek duyarlılık ve eleştirilere yönelik savunmacı bir yapı sergilediğini ifade etmektedir. Bu fark, büyüklenmeci narsisistlerin sosyal değerlendirmelere karşı daha dayanıklı olmaları nedeniyle sosyal anksiyete yaşamaya daha az eğilimli olmalarını açıklayabilir.

Araştırma bulgularına göre, kırılğan narsisizm ile YİÖ'nin alt boyutu olan kesinlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu ilişki kırılğan narsisizmin puanının artması ile hipermentalizasyon alt boyutunun puanının azaldığı anlamına gelmektedir. Kırılğan narsisizmin zihinselleştirmenin aşırı biçimiyle, yani başkalarının zihinsel durumlarına dair abartılı ve çoğu zaman hatalı çıkarımlar üretme eğilimiyle negatif yönlü bir ilişkili içerisinde olabileceğini göstermektedir. Kuramsal

düzeyde, kırılğan narsisistik bireylerin dışsal onaya duydukları yoğun ihtiyaç ve eleştiriyeye aşırı duyarlılık nedeniyle başkalarının zihinlerine yönelik aşırı odaklanma eğilimi taşıyabilecekleri, bu nedenle de hipermentalizasyona yatkın olabileceklerine dair teorik tahminlere yol açmıştır (Dickinson ve Pincus, 2003; Fonagy vd., 2016). Araştırmanın bulguları bunun aksini işaret etmektedir ve alanyazında da bu araştırmanın sonucuna uygun şekilde bu teorik öngörüyü çürütecek bulguya rastlanmıştır. Duval ve diğerleri (2018) ergenlerle yaptıkları çalışmada, çocukluk çağı travmaları ve narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı işlevini incelenmiş ve çalışmalarında kırılğan narsisizm ve hipermentalizasyonu temsil eden kesinlik boyutu ile ilişkisinin olmadığını ancak belirsizlik alt boyutunun, hipomentalizasyonun, pozitif yönde ilişkisi olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada bundan da farklı olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmış ve kırılğan narsisizm özellikleri yüksek bireylerin kendi ve başkalarının zihnine dair kesinliklerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Gürkan'ın (2020) ergenlik döneminde narsisistik kişilik özellikleri ve psikosomatik yakınmalar arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı rolünü incelediği çalışmasında da bu araştırmanın bulgularına uygun şekilde kırılğan narsisizm ve hipermentalizasyon arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır ve büyüklenmeci narsisizm ile ilişkili bulunmuştur ancak kırılğan narsisizm ve hipermentalizasyon arasında bu ilişki yorumlanmamıştır. Yapılan araştırmada da önceki ampirik çalışmaların sonucunda hipermentalizasyonun kırılğan narsisizm ile negatif ilişkili olabileceği öngörülmüş ve ardından saptanmıştır.

Buna ek olarak, araştırma bulgularına göre kırılğan narsisizm ile zihinselleştirmenin belirsizlik alt boyutu olan hipomentalizasyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuç, kırılğan narsisistik özellikler taşıyan bireylerin hem ötekine dair zihinsel süreçleri anlamlandırmakta hem de kendi içsel deneyimlerini kavramakta ve organize etmekte güçlük yaşadıklarını göstermektedir. Hipomentalizasyon; bireyin hem kendi hem de başkalarının zihinsel durumlarını değerlendirme kapasitesindeki eksiklik, zihinsel içeriklere dair belirsizlik ve içsel deneyimleri anlamlandırmada kararsızlık yaşama haliyle karakterizedir (Fonagy ve Bateman, 2016). Bu durum, özellikle kırılğan narsisistik yapıdaki bireylerin ötekenden onay alamama korkusu, utanca karşı aşırı duyarlılık ve değersizlik hissi gibi temel

çatışmalarıyla birleştğinde, zihinsel temsil süreçlerinde belirsizlik, kaçınma ve bilişsel dağınıklık gibi örüntülere yol açabilmektedir.

Bu sonuçlar, kırılğan narsisizmin karakteristik özellikleriyle açıklanabilir. Kırılğan narsisistik bireyler genellikle benlik saygısında dalgalanmalar, eleştiriye karşı aşırı hassasiyet ve sosyal ortamlarda kolayca tehdit algısı geliştirme eğilimindedirler (Besser ve Priel, 2009; Dickinson ve Pincus, 2003). Bu tür bireyler, sosyal onay ihtiyacı ve dışsal değerlendirmeye bağlı özsaygı düzenlemeleri nedeniyle, başkalarının zihinsel süreçlerini anlamlandırmada fazlaca tetikte olsalar da aslında bu süreçleri sağlıklı şekilde değerlendirme ve yorumlama kapasitesinden yoksun olabilirler. Bu içsel çelişki, zihinselleştirme süreçlerinde kararsızlık ve belirsizlik yaşanmasına, yani hipomentalizasyon örüntüsüne neden olabilir. Fonagy ve diğerlerine (2002) göre, uygun ve belirgin şekilde gerçekleşmeyen aynalama deneyimleri çocuğun zihinselleştirme kapasitesini zedeleyerek narsisistik kırılğanlık zeminini oluşturur. Çocuğun kendi duygularını ve ötekinin zihinsel durumlarını yanlış ya da eksik temsil etmesine neden olur. Bu bağlamda kırılğan narsistik bireylerin zihinsel süreçlere dair gelişen belirsizlik hali, hipomentalizasyonun psikodinamik altyapısını da yansıtmaktadır. Alanyazındaki ampirik bulgular da bu ilişkiyi desteklemektedir. Duval ve diğerleri (2018), zihinselleştirmenin aracı rolünü inceledikleri araştırmalarında, kırılğan narsisizm ile zihinselleştirmenin belirsizlik boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptamışlardır. Benzer şekilde, Gürkan (2020) da ergenlerde yürüttüğü çalışmasında kırılğan narsisizm ile hipomentalizasyon arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, mevcut çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermekte ve kırılğan narsisistik bireylerin zihinselleştirme süreçlerinde aşırılikten çok yetersizlik biçiminde bir bozulma sergilediklerini düşündürmektedir.

Sosyal anksiyete ile zihinselleştirme arasındaki ilişki incelendiğinde, zihinselleştirmenin niteliğine dair önemli farklılıklar da gözlemlenmektedir. Bu bağlamda, bireyin başkalarının zihinsel durumlarına dair yaptığı çıkarımların kesinliği, yani hipermentalizasyon düzeyi dikkate değerdir. Araştırma bulgularına göre, sosyal anksiyete ile zihinselleştirmenin kesinlik alt boyutu olan hipermentalizasyon arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu,

bireyin, başkalarının zihinsel durumlarına dair aşırı çıkarım yapma eğiliminin azaldıkça sosyal kaygı düzeyinin arttığını göstermektedir. Sosyal anksiyete seviyesi yüksek olan bireylerin, diğer insanların kendileri hakkında neler düşündüklerine dair endişelerinin olduğu ve olumsuz değerlendirilme korkusu yaşadıkları bilinmektedir (Dilbaz ve Güz, 2001). Bu bulgu ile bu korkularının sonucu veya öncülü olarak karşısındaki kişilerin zihinlerine dair kesin düşünceler belirtme ve aşırı tahminde bulunma durumlarından uzaklaştıkları saptanmıştır. Bu durum, sosyal anksiyetesi yüksek bireylerin, başkalarının zihinlerine dair aşırı güvenli ya da kesin çıkarımlar yerine, zihinsel süreçlerden kaçınma ya da zihinsel içeriği yeterince organize edememe eğilimi gösterdiğini düşündürmektedir. Fonagy ve Bateman (2019), zihinselleştirmenin stres ve duygusal uyarılma durumlarında zayıflayabileceğini ve bu durumun bireylerin başkalarının zihinsel durumlarını doğru değerlendirme kapasitelerini azaltabileceğini belirtmişlerdir. Sosyal anksiyete, genellikle yüksek düzeyde stres ve duygusal uyarılma ile karakterize edildiğinden, bu bireylerde hipermentalizasyonun negatif ilişkili olması anlaşılabilmektedir. Benzer şekilde Salarhaji ve Sarafraz (2024) yaptıkları çalışmada, hipermentalizasyon ve sosyal anksiyete arasında negatif ilişki saptamıştır. Bununla birlikte, Washburn ve diğerleri (2022) tarafından yürütülen iki aşamalı araştırmada da sosyal anksiyetenin, yüksek düzey sosyal bilişsel beceriler olan ve sık sık hipermentalizasyon ile de eş anlamlı olarak kullanılan zihin kuramı (TOM) ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, sosyal anksiyetesi yüksek bireylerin başkalarının zihinsel durumlarına dair çıkarımlarda bulunma konusunda zorlandıklarını desteklemektedir.

Hipermentalizasyon ile sosyal anksiyete arasında gözlemlenen ilişki, zihinselleştirmenin diğer ucu olarak anılan hipomentalizasyon ile kurulan ilişkiyi de anlamlandırmak açısından önemlidir. Bu bağlamda, zihinselleştirme kapasitesindeki yetersizliklerin sosyal kaygıyla nasıl ilişkili olduğu da dikkate alınmalıdır. Hipermentalizasyon ve sosyal anksiyetenin ilişkisine tutarlı şekilde sosyal anksiyete ile zihinselleştirmenin belirsizlik alt boyutu olan hipomentalizasyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, sosyal kaygı düzeyi arttıkça bireylerin hem kendi hem de başkalarının zihinsel durumlarına dair değerlendirmelerinde belirsizlik, kararsızlık ve yorumlama güçlüğü yaşadıklarını göstermektedir.

Hipomentalizasyon, zihinsel içerikleri anlamada yaşanan bilişsel dağınıklık, zihinsel durumlara dair yetersiz farkındalık ve içsel deneyimlere dair anlamlandırma eksikliği ile karakterizedir (Fonagy ve Bateman, 2016). Sosyal anksiyete bozukluğu ise çoğu zaman bireyin sosyal ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusu, değersizlik hissi ve utanç beklentisi gibi bilişsel yapılarla şekillenen bir duygusal tepki örüntüsüdür (Clark ve Wells, 1995). Bu iki kavram birlikte değerlendirildiğinde, sosyal anksiyetesi yüksek bireylerin, sosyal durumlarda ötekinin zihinsel süreçlerini anlamlandırma konusunda yeterli zihinsel temsil oluşturamaması, bu belirsizliğin de kaygıyı artırarak döngüsel bir etki yaratması olasıdır. Salarhaji ve Sarafraz (2024)'ın aynı çalışmasında da hipomentalizasyon ve sosyal anksiyete arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

5.2. Aracılık Analizlerine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Mevcut çalışmanın temel amaçlarından biri, zihinselleştirmenin alt boyutlarının kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracı bir rol üstlenip üstlenmediğini incelemektir. Bu kapsamda yapılan analizler, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi açıklamada özellikle hipermentalizasyonun anlamlı bir aracı rol oynadığını ortaya koymuştur. Araştırma bulgularına göre, kırılğan narsisizm puanı arttıkça bireylerin başkalarının zihinsel durumlarına dair hatalı ve abartılı çıkarımlar üretme eğilimi olan hipermentalizasyon düzeylerinde azalma görülmekte; bu azalma ise sosyal anksiyete düzeyinde artışla ilişkilendirilmektedir. Öte yandan, hipomentalizasyon alt boyutunun bu ilişkide aracı rol üstlenmediği bulunmuştur. Literatürde zihinselleştirmenin, kırılğan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkideki aracılık işlevine odaklanan çalışmaların sınırlı olduğu göz önüne alındığında, bu araştırma zihinselleştirmenin farklı biçimlerinin psikolojik belirtiler üzerindeki etkilerini anlamaya katkı sağlamaktadır.

Kırılğan narsisizm; bireyin dışsal onay, beğenilme ve değer görme ihtiyacına duyduğu aşırı bağımlılığın yanı sıra, eleştirilme ya da küçümsenme karşısında derin bir hassasiyet taşımasıyla karakterize edilen bir narsisizm alt türüdür (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Bu yapıdaki bireyler, çoğunlukla içselleştirilmiş olumsuz benlik temsilleriyle baş edebilmek adına, çevreden gelen geri bildirimleri zihinsel düzeyde

sürekli yorumlama eğiliminde olabileceği düşünülmüştür. Ancak mevcut çalışmada gözlemlendiği üzere, kırılğan narsisizm düzeyi arttıkça bireylerin hipermentalizasyon düzeylerinde anlamlı bir azalma meydana gelmektedir. Bu sonuç, teorik beklentilerin aksine, kırılğan narsisistik bireylerin sosyal bağlamda ötekilerin zihinsel durumlarına yönelik abartılı ya da aşırı güven içeren atıflar yapmak yerine, bu süreçten kaçınma, zihinsel içerikleri değerlendirmekte temkinli olma ya da zihinsel temsillere karşı güvensizlik geliştirme eğiliminde olduklarını düşündürmektedir. Kırılğan narsisistik bireylerin, ötekine yönelik zihinsel temsil üretmekten kaçınmaları, onların benlik bütünlüğünü korumaya yönelik savunmacı bir stratejisi olarak değerlendirilebilir. Zihinselleştirme kuramı perspektifinden bakıldığında, hipermentalizasyon genellikle ötekinin zihnine dair aşırı güvenli, abartılı çıkarımlar üretmekle ilişkilidir. Bu süreçte birey, ötekine yönelik zihinsel temsilini gerçek verilerden ziyade içsel fantezilerle şekillendirir (Sharp vd., 2011). Ancak kırılğan narsisistik bireylerde, ötekinin zihnini abartılı biçimde okuma eylemi, aynı zamanda kendiliklerinin kırılğan doğasını tehdit edebilir. Çünkü ötekine zihinsel yatırım yapmak, reddedilme veya değersizlikle karşılaşma riskini artırır. Bu durumda birey, zihinselleştirme sürecini savunmacı biçimde geri çekerek, yani ötekine dair zihinsel çıkarım üretmekten kaçınıyor olabilir.

Fonagy ve Luyten'in (2009) zihinselleştirme temelli kişilik bozukluğu modeli çerçevesinde değerlendirildiğinde, bu bireylerin zihinselleştirme süreci hem gelişimsel düzeyde hem de bağlamsal stres altında bozulabilir; bu da bireyin ötekilerin zihinsel süreçlerine dair anlamlandırma kapasitesinde azalmaya ve zihinsel belirsizliğe neden olabilir. Zihinselleştirmenin bu biçimsel bozulması, özellikle sosyal ortamlarda bireyin karşısındaki kişiye dair yeterli zihinsel çıkarımda bulunamaması ile sonuçlanmakta ve bu durum da sosyal anksiyeteyi besleyen bir faktör haline gelebilme ihtimalini işaret etmektedir. Koşullar ve diğer insanların davranışlarına dair belirsizliğin sosyal anksiyeteyi yordayan bir kriter olduğu bilinmektedir (Counsell vd., 2017). Bu durum, Fonagy ve diğerlerinin (2015) "epistemik güvensizlik" kavramı ile de ilişkilendirilebilir. Epistemik güvensizlik, başkalarına dünyayla ilgili bilgi kaynağı olarak güvenememe olarak tanımlanır (Fonagy ve Allison, 2014). Birey, başkalarının zihinsel niyetlerine dair bilgiye güvenmediğinde, zihinsel süreçleri aşırı yorumlayarak kontrol sağlamaya çalışabilir ancak kırılğan narsisistik bireylerde bu savunma biçimi

azaldığında ise birey belirsizlikle baş başa kalır ve sosyal tehditler daha öngörülemez hâle gelir (Bo vd., 2017; Counsell vd., 2017). Bu doğrultuda kırılğan narsisist bireyin düşük hipermentalizasyon düzeyi ile sosyal anksiyete geliştirmesi anlaşılabilir. Nitekim Ballespí ve diğerleri (2019), hipermentalizasyonun sosyal bağlamlara duyarlı bir biçimde ortaya çıktığını ve bireyin kendisine yönelik değerlendirme beklentisinin aktifleştiği durumlarda zihinselleştirme sürecinde hatalar meydana gelebildiğini ortaya koymuştur.

Bununla birlikte, hipomentalizasyon alt boyutunun kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmediği görülmüştür. Çalışmada yapılan korelasyon analizleri, hipomentalizasyonun hem kırılğan narsisizm hem de sosyal anksiyete ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, hipomentalizasyonun her iki değişkenle de bağlantılı olduğunu, ancak aralarındaki ilişkide bağımsız bir aracılık etkisi oluşturmadığını ortaya koymaktadır. Bu durum, hipomentalizasyonun sosyal anksiyeteyi açıklamadaki rolünün daha karmaşık, dolaylı ya da bağlama duyarlı olabileceğine işaret etmektedir. Fonagy ve Bateman (2016), zihinselleştirmenin bağlama duyarlı, ilişkisel bir kapasite olduğunu ve özellikle duygusal uyarılma ya da sosyal tehdit altında geçici olarak devre dışı kalabileceğini belirtmektedir.

Metodolojik açıdan değerlendirildiğinde, analiz sürecinde hipomentalizasyon ve hipermentalizasyon alt boyutlarının aynı anda modele dahil edilmesi, hipermentalizasyonun daha güçlü etkisinin hipomentalizasyonun etkisini istatistiksel olarak gölgelemesine neden olmuş olabilir. Hayes (2022), çoklu aracı değişken modellerinde, aynı yapının alt boyutları arasında varyansın örtüşmesi durumunda bazı etkilerin anlamlılık düzeyini kaybedebileceğini belirtmektedir. Bu durum gözetilerek hipermentalizasyonun ve hipomentalizasyonun aracı değişken olarak ayrı ayrı analizleri yapılmıştır. Bu doğrultuda, araştırma kapsamında da ön görüldüğü gibi hem hipermentalizasyon hem de hipomentalizasyon da aracı değişkenlik etkisi göstermiştir. Bu bulgular, zihinselleştirmenin farklı biçimlerinin etkilerinin bağlamsal ve klinik örüntüye göre değişebileceğini göstermektedir.

Bunun yanında YİÖ-8'in çift skorlamaya dayalı madde yapısının faktör analizlerinde istatistiksel olarak bağımlı sonuçlar doğurmasının kesinlik ve belirsizlik alt boyutlarını ayırt etmeye yönelik kapasitesine dair endişeler bulunmaktadır (Müller vd., 2020). Böyle bir durumda ölçeğin psikometrik olarak tutarlı sonuçlar ortaya koyduğuna dair belirsizlik oluşmakta ve ölçeğin tek boyutlu olarak kullanılması gerektiğine dair araştırmalar yapılmaktadır (Woźniak-Prus vd., 2022). Bu bilgiler doğrultusunda hipermentalizasyon ve hipomentalizasyon boyutlarının aynı anda modele girdiği koşullarda etkilerin gölgelenmesine yol açıldığı düşünülebilir. Bu bağlamda, YİÖ-8'in kavramsal sınırlılıkları (örn. ötekine dair zihinselleştirmeyi yeterince kapsamamaması) da dikkate alındığında, hipomentalizasyon puanlarının bireyin yalnızca içsel farkındalığını yansıtması; sosyal bağlamda karşıdakinin zihnine dair üretimlerini tam olarak yansıtmaması muhtemeldir.

SONUÇ

Bu çalışma, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı rolünü inceleyerek bu alandaki sınırlı ampirik bilgiye katkı sağlamıştır. Çalışma sonucu, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bireylerin kırılğan narsisistik kişilik özelliklerinin fazla olması ile birlikte sosyal anksiyete düzeyleri artmaktadır. Bununla birlikte kırılğan narsisizm ile zihinselleştirmenin alt boyutları arasındaki ilişkinin saptanması da araştırmanın kıymetli sonuçlarından biridir. Kırılğan narsisizm düzeyinin zihinselleştirmenin alt boyutlarından biri olan hipermentalizasyon ile negatif yönlü, hipomentalizasyon ile de pozitif yönlü ilişkili olması klinik alanda çalışan uzmanlara, terapi süreci için farklı bir bakış açısı sunulmasını sağlamaktadır. Alanyazın incelendiğinde bu değişkenlerin ayrı ayrı ele alındığı araştırmalara rastlanmakla birlikte, bu çalışmaların sayıca sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, elde edilen bulguların özellikle Türkçe literatür ve uygulayıcı profesyoneller açısından değerli bir katkı sunma potansiyeline sahip olduğu düşünülmektedir.

Araştırma, zihinselleştirmenin alt boyutları hipermentalizasyon ve hipomentalizasyonun da sosyal anksiyete ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgulara göre hipermentalizasyon düzeyi azalan bir kişinin sosyal anksiyete seviyesi artmaktadır. Bunun yanında hipomentalizasyon seviyesi yüksek birinin sosyal anksiyete seviyesinin de arttığı görülmektedir. Bu noktada bireyin hem kendine hem de diğerlerinin zihnine dair kesinliğinin azalmasının ve çıkarımlarının yetersiz olmasının sosyal anksiyete seviyesinin yüksek olması ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır.

Mevcut çalışma bulguları, kırılğan narsisistik kişilik özellikleri olan kişilerin sosyal anksiyete seviyelerinin de yüksek olmasını zihinselleştirme kapasitesinde bozulmalar- hipermentalizasyon ve hipomentalizasyon- ile açıklamaktadır. Araştırma, kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide yalnızca hipermentalizasyonun anlamlı bir aracı rol üstlendiğini göstermiştir. Kırılğan narsisizm düzeyi arttıkça bireylerin başkalarının zihinsel durumlarına dair hatalı ve

abartılı çıkarım yapma eğilimleri (hipermentalizasyon) azalmakta, bu azalma ise sosyal anksiyete düzeylerinde bir artışla ilişkilendirilerek hipermentalizasyonun bu iki değişken arasında anlamlı bir aracı rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bunun yanında her ne kadar hipomentalizasyon hem kırılğan narsisizm hem de sosyal anksiyete ile pozitif yönde ilişkili bulunsa da bu iki değişken arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmemiştir. Her iki alt boyut modele ayrı ayrı dahil edildiğinde ise hem hipermentalizasyonun hem de hipomentalizasyonun anlamlı aracı roller üstlendiği gözlemlenmiştir. Bu bulgu, zihinselleştirmenin belirsizlik boyutunun (hipomentalizasyon) etkisinin bağlamsal ya da dolaylı yollarla işlediğini ve hipermentalizasyonla birlikte aynı modele dahil edildiğinde istatistiksel olarak gölgede kalabileceğini düşündürmektedir. Bu sonuçlar, zihinselleştirmenin kırılğan narsisizm ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi çok boyutlu ve dinamik biçimde etkilediğini ortaya koymakta; zihinselleştirmenin alt boyutlarının bu ilişkide ayrı ayrı ve birlikte nasıl devreye girdiğine dair önemli ipuçları sunmaktadır. Bu sonuçlar, zihinselleştirmenin kırılğan narsisizm ve sosyal kaygıyla olan çok boyutlu ilişki yapısının anlaşılması açısından önemlidir.

Araştırma bulguları, kırılğan narsisistik özellikler sergileyen bireylerle klinik bağlamda Zihinselleştirmeye Dayalı Terapi (ZDT) yaklaşımıyla çalışmanın, özellikle sosyal anksiyeteye yönelik müdahalelerde işlevsel bir yol haritası sunabileceğini göstermektedir. Hipermentalizasyon düzeyinin düşüklüğü ile birlikte artan sosyal kaygı, bireyin öteklinin zihinsel süreçlerine ilişkin tutarlı ve güvenilir temsiller oluşturmakta zorlandığını; bu zorlukların ise sosyal bağlamda tehdit algısını tetiklediğini düşündürmektedir. Terapötik süreçte zihinselleştirme kapasitesinin sistematik biçimde desteklenmesi, bireyin hem kendilik algısında hem de kişilerarası güven yapılarında onarıcı bir dönüşüm sağlayabilir. Bunun yanında, hipomentalizasyon eğilimlerinin yüksek olması, bireyde zihinsel içeriklere ilişkin belirsizlik, içsel kararsızlık ve duygusal düzenleme güçlükleriyle ilişkili bilişsel dağınıklığı ortaya koymaktadır. Bu bağlamda ZDT, bireyin hem kendi zihinsel yaşantılarına hem de başkalarının niyet ve düşüncelerine dair farkındalık geliştirmesine olanak tanıyarak, sosyal kaygıya kaynaklık eden zihinsel temsil örüntülerinin yeniden yapılandırılmasında etkili bir klinik müdahale aracı olabilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Bu araştırma, zihinselleştirme kapasitesinin narsisizm ve sosyal anksiyete ile olan ilişkisini inceleyerek literatüre özgün katkılar sunmuştur. Bununla birlikte, elde edilen bulguların değerlendirilmesinde dikkate alınması gereken çeşitli metodolojik sınırlılıklar mevcuttur.

İlk olarak, çalışmada kullanılan veri toplama yöntemi yalnızca öz bildirim temelli ölçeklerle sınırlı kalmıştır. Bu tür ölçüm araçlarında, katılımcıların yanıtları sosyal onay ihtiyacı, öz farkındalık düzeyi veya bilişsel çarpıtmalar gibi çeşitli etmenlerden etkilenebilmektedir. Özellikle narsisistik örüntülerin değerlendirildiği çalışmalarda, bireylerin kendilik sunumlarını bilinçli ya da bilinçdışı olarak değiştirme olasılığı, yanıtların içtenliğini ve geçerliliğini zedeleyebilir. Bu nedenle, ileride gerçekleştirilecek araştırmalarda nitel veri toplama yaklaşımlarının, klinik gözlemlerin ve projektif değerlendirme yöntemlerinin devreye sokulması, değerlendirilen yapıların daha güvenilir biçimde anlaşılmasına olanak tanıyacaktır.

Katılımcı profiline dair sınırlılıklar da bu bağlamda dikkate alınmalıdır. Örneklem özellikleri bakımından değerlendirildiğinde, çalışmada kadın katılımcıların sayısı erkek katılımcılardan belirgin şekilde fazladır. Araştırma kapsamında sosyal anksiyete üzerinde cinsiyetin anlamlı bir farklılık yaratmadığı saptanmıştır ancak cinsiyet farklılıklarının ruh sağlığı bozuklukları üzerinde etkili olabileceği ihtimali değerlendirilerek, sonuçların toplumsal cinsiyet açısından genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Gelecek araştırmalarda cinsiyet dengesi gözetilerek oluşturulacak örneklemlemlerle daha karşılaştırmalı analizler yapılması önerilmektedir. Buna ek olarak araştırma kapsamında daha önce psikiyatrik tanı almış kişiler, sahip oldukları tanılar bağımlı değişken olan sosyal anksiyete ile ilişkili olan anksiyete bozuklukları olduğu için araştırmanın dışında bırakılmamıştır ve psikiyatrik tanı sahibi olmanın sosyal anksiyete üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Yine de gelecek çalışmalarda psikiyatrik tanı almış kişiler kontrol değişkeni olarak değerlendirilerek, karşılaştırmalı analizler yapılabilir.

Ölçüm araçlarının uygulanışına dair teknik sınırlılıklar da çalışmanın metodolojik bütünlüğünü etkilemiştir. Patolojik Narsisizm Envanteri'nin (PNE) Türkçe kısa formu olan 40 maddelik versiyonu çalışmada kullanılmıştır. Ancak, veri toplama sürecinde yaşanan teknik bir aksaklık nedeniyle, katılımcılara yalnızca 39 madde yöneltilmiştir. Her ne kadar bu eksiklik ölçümün genel yapısını zedeleyici nitelikte olmasa da benzer araştırmalarda uygulama öncesi pilotlama ve içerik kontrol süreçlerinin daha sıkı denetlenmesi önerilmektedir.

Bu çalışmada zihinselleştirme kapasitesinin değerlendirilmesinde kullanılan YİÖ-8 (Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği-8), alanyazında sıkça tercih edilen öz bildirim temelli araçlardan biridir. Ancak son dönem çalışmaları, bu ölçeğin yapısal geçerliliği ve kavramsal kapsamı konusunda bazı tartışmaları gündeme getirmiştir. Müller ve diğerleri (2020), YİÖ-8'in zihinselleştirmenin "kesinlik" ve "belirsizlik" boyutlarını ayırt etme kapasitesine yönelik metodolojik sınırlılıklara dikkat çekmiş; özellikle çift skorlamaya dayalı madde yapısının faktör analizlerinde istatistiksel olarak bağımlı sonuçlar doğurarak ölçeğin psikometrik tutarlılığını zayıflatabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca, ölçek maddelerinin çoğunlukla bireyin kendi içsel deneyimlerine odaklandığı ve ötekine yönelik zihinsel süreçleri yeterince kapsamadığı ifade edilmiştir. Buna paralel olarak, Woźniak-Prus ve diğerleri (2022) tarafından yürütülen faktör analizleri, YİÖ-8'in iki faktörlü kuramsal yapısının ampirik olarak desteklenmediğini ve ölçeğin büyük ölçüde tek boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ifade etmektedir. Bu bulgular doğrultusunda, zihinselleştirmenin çok boyutlu ve bağlamsal niteliğini daha geçerli biçimde değerlendirebilmek için, öz bildirim temelli araçların yanı sıra nitel görüşmeler, klinik gözlemler ve projektif değerlendirme tekniklerinin de dahil edildiği çok yönlü ölçüm yaklaşımlarının benimsenmesi önerilmektedir.

Bunların yanısıra çalışmada yalnızca kırılğan narsisizm boyutuna odaklanılmıştır. Büyüklenmeci narsisizm sosyal anksiyete ile anlamlı ilişki göstermediği için analiz kapsamına dahil edilmemiştir. Bu tercih, literatürde büyüklenmeci narsisizm ile sosyal anksiyete arasında tutarlı ve anlamlı ilişkilerin saptanamamış olmasıyla temellendirilmiştir. Ancak, büyüklenmeci narsisizmin zihinselleştirme kapasitesiyle nasıl bir etkileşim içinde olduğu henüz yeterince

araştırılmış değildir. Özellikle empatik yetersizlik, ötekine yönelik ilgisizlik ve kendilik odaklılık gibi bu alt boyuta özgü özelliklerin, zihinsel durumlara dair temsil oluşturma süreçlerini farklı biçimlerde etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, gelecekteki çalışmalarda büyüklenmeci narsisizmin zihinselleştirme ile ilişkisi, sosyal anksiyete dışındaki kişilerarası işlevsellik göstergeleri ya da duygu düzenleme becerileri bağlamında ele alınarak, narsisistik kişilik yapılanmasının daha bütüncül biçimde anlaşılmasına katkı sağlanabilir.

Tartışma bölümünde de ele alındığı üzere, bu araştırmada hipermentalizasyon düzeyindeki azalmanın sosyal anksiyete düzeyindeki artışla ilişkili bulunması, zihinselleştirmenin yalnızca yoğunluk düzeyiyle değil, aynı zamanda sosyal bağlamda nasıl işlev gördüğüyle de yakından ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Bu bağlamda, hipermentalizasyon seviyesinin düşük olması ile birlikte bireyin başkalarının zihnine dair bilinmezlik yaşadığı durumda sosyal anksiyete seviyesinin yükselmesinde “epistemik güvensizlik” kavramının etkili olabileceğini düşündürmüştür. Diğerlerine dünyayla ilgili bilgi kaynağı olarak güvenememe olarak tanımlanan epistemik güvensizliğin varlığı ile birlikte bireyin sosyal tehditlere daha açık hale gelmesi beklenir (Counsell vd., 2017). Bu perspektiften hareketle, epistemik güvenin kırılğan narsisistik bireylerde gözlemlenen düşük hipermentalizasyon düzeyinin sosyal anksiyete ile olan ilişkisini anlamlandırmada açıklayıcı bir değişken olabileceği öngörülmektedir. Dolayısıyla, gelecekte yapılacak çalışmalarda epistemik güvenin bu ilişkiyi düzenleyici ya da aracı bir değişken olarak modele dahil edilmesi, zihinselleştirme kapasitesinin kişilerarası güven mekanizmalarıyla nasıl etkileştiğini kavramsal düzeyde daha derinlikli biçimde ortaya koyma açısından anlamlı katkılar sunabilir.

KAYNAKÇA

- Afek, A. (2018). Self-states of narcissists: Fluctuating between grandiosity and inferiority. *International Journal of Psychoanalysis*, 99(2), 230-247.
- Akhtar, S. (2000). *Broken structures: Severe personality disorders and their treatment*. Jason Aronson.
- Akhtar, S. ve Thomson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20.
<https://doi.org/10.1176/ajp.139.1.12>
- Allen, J. G. (2006). Mentalizing in practice. İçinde J. G. Allen ve P. Fonagy (Ed.), *Handbook of mentalization-based treatment* (ss. 3-30). John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9780470712986.ch1>
- Allen, J. G., Fonagy, P. ve Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Publishing.
- Allen, J. G., Fonagy, P. ve Bateman, A. W. (2013). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Publishing.
- Allison, P. D. (2002). *Missing data*. Sage Publications.
- Alvi, T., Kouros, C. D., Lee, J., Fulford, D. ve Tabak, B. A. (2020). Social anxiety is negatively associated with theory of mind and empathic accuracy. *Journal of Abnormal Psychology*, 129(1), 108-113.
<https://doi.org/10.1037/abn0000493>
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3. baskı). Washington, DC: Author.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (1994). *Mental bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabı* (4. baskı). American Psychiatric Publishing.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısai ve sayımsai elkitabı* (5. baskı). (E. K roğlu,  ev. Ed.). Hekimler Yayın Birliği. (Orijinal eser 2013'te yayımlanmıştır).

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5. baskı). Washington, DC: Author.

Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M., Monsma, A. ve Brilman, E. (1983). The role of perceived parental rearing practices in the aetiology of phobic disorders: A controlled study. *British Journal of Psychiatry*, 143, 183-187.
<https://doi.org/10.1192/bjp.143.2.183>

Badoud, D., Luyten, P., Fonseca-Pedrero, E., Eliez, S., Fonagy, P. ve Debban , M. (2015). The French version of the Reflective Functioning Questionnaire: Validity data for adolescents and adults and its association with non-suicidal self-injury. *PLOS ONE*, 10(12), e0145892.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145892>

Bateman, A. ve Fonagy, P. (2004). *Psychotherapy for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198527664.001.0001>

Bateman, A. ve Fonagy, P. (2013). Mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Inquiry*, 33(6), 595-613. <https://doi.org/10.1080/07351690.2013.835170>

Bateman, A. ve Fonagy, P. (2016). *Mentalization-based treatment for personality disorders: A practical guide*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199680375.001.0001>

Bateman, A., Campbell, C., Luyten, P. ve Fonagy, P. (2016). A mentalization-based approach to common factors in the treatment of borderline personality disorder. *Current Opinion in Psychology*, 21, 44-49.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.09.005>

Besser, A. ve Priel, B. (2010). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism in threatening situations: Emotional reactions to achievement failure and

interpersonal rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 874-902. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.8.874>

Bion, W. R. (1962). *Learning from experience*. Karnac Books.

Bo, S., Sharp, C., Fonagy, P. ve Kongerslev, M. (2017). Hypermentalizing, attachment, and epistemic trust in adolescent borderline personality disorder: Clinical illustrations. *Psychopathology*, 50(5), 366-373.

Bosson, J. K., Lakey, C. E., Campbell, W. K., Zeigler-Hill, V., Jordan, C. H. ve Kernis, M. H. (2008). Untangling the links between narcissism and self-esteem: A theoretical and empirical review. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1415-1439. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00089.x>

Bouchard, M. A., Target, M., Lecours, S., Fonagy, P., Tremblay, L. M., Schachter, A. ve Stein, H. (2008). Mentalization in adult attachment narratives: Reflective functioning, mental states, and affect elaboration compared. *Psychoanalytic Psychology*, 25(1), 47-66. <https://doi.org/10.1037/0736-9735.25.1.47>

Busch, F. N. (2021). *Psychodynamic approaches to the treatment of social anxiety disorder*. American Psychiatric Association Publishing.

Busch, F. N., Milrod, B. L., Singer, M. B. ve Aronson, A. C. (2012). *Manual of panic focused psychodynamic psychotherapy: Extended range*. Routledge.

Büyükgüngör, A. (2016). *The Turkish adaptation of the Pathological Narcissism Inventory / Patolojik narsisizm ölçeğinin Türkçeye uyarlanması* (Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Cain, N. M., Pincus, A. L. ve Ansell, E. B. (2008). Narcissism at the crossroads: Phenotypic description of pathological narcissism across clinical theory, social/personality psychology, and psychiatric diagnosis. *Clinical*

- Campbell, W. K. ve Foster, J. D. (2007). The narcissistic self: Background, an extended agency model, and ongoing controversies. *The Self*, 1, 115-138.
- Campbell, W. K. ve Miller, J. D. (Ed.). (2011). *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments*. John Wiley & Sons.
- Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L. ve Giotto, G. (2021). Vulnerable narcissism and social anxiety: The mediating role of shame experiences and shame regulation strategies. *Clinical Neuropsychiatry*, 18(3), 187-193.
- Charis, C., & Panayiotou, G. (2023). *Anxiety disorders and related conditions: Conceptualization and treatment from psychodynamic and cognitive behavioral perspectives*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-56798-8>
- Choi-Kain, L. W. ve Gunderson, J. G. (2008). Mentalization: Ontogeny, assessment, and application in the treatment of borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 165(9), 1127-1135.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.07081360>
- Counsell, A., Furtado, M., Iorio, C., Anand, L., Canzonieri, A., Fine, A., Fotinos, K., Epstein, I. ve Katzman, M. A. (2017). Intolerance of uncertainty, social anxiety, and generalized anxiety: Differences by diagnosis and symptoms. *Psychiatry Research*, 252, 63-69.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.02.046>
- Crockatt, P. (2006). Freud's 'On narcissism: an introduction.' *Journal of Child Psychotherapy*, 32(1), 4-20.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>

- Dickinson, K. A. ve Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207.
<https://doi.org/10.1521/pedi.17.3.188.22146>
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 18-24.
- Dilbaz, N. (2000). Sosyal anksiyete bozukluğu: Tanı, epidemiyoloji, etiyoloji, klinik ve ayırıcı tanı. *Klinik Psikiyatri*, 3(2), 3-21.
- Dilbaz, N. (2001). Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği geçerlilik ve güvenilirliği. 37. *Ulusal Psikiyatri Kongresi Bildiri Özet Kitabı* (s. 132). İstanbul.
- Dilbaz, N. ve Güz, H. (2001). Sosyal anksiyete bozukluğunun fenomenolojisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4(Ek 2), 3-10.
- Dimaggio, G., Lysaker, P. H., Carcione, A., Nicolò, G. ve Semerari, A. (2007). Mentalization in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 63(6), 539-550.
- Duschinsky, R. ve Foster, S. (2021). Forms of non-mentalizing. İçinde R. Duschinsky, S. Foster & L. C. Campbell (Ed.), *Mentalizing and epistemic trust: The work of Peter Fonagy and colleagues* (Bölüm 6, ss. 102-128). Oxford University Press.
- Duval, J., Ensink, K., Normandin, L., & Fonagy, P. (2018). Mentalizing mediates the relation between childhood maltreatment and adolescent borderline and narcissistic personality traits. *Adolescent Psychiatry*, 8(1), 5-20.
- Duval, J., Ensink, K., Normandin, L. ve Sharp, C. (2018). Measuring Reflective Functioning in Adolescents: Relations to Personality Disorders and Psychological Difficulties. *Adolescent Psychiatry*, 8(1), 5-20.
- Ellis, H. (1898). Auto-eroticism: A psychological study. *Studies in the Psychology of Sex*, 1, 181-199.
- Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis*. W.W. Norton & Company.

- Fischer-Kern, M. ve Tmej, A. (2019). Mentalization and depression: Theoretical concepts, treatment approaches and empirical studies—An overview. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 65(1), 10-26.
- Fonagy, P. ve Allison, E. (2012). What is mentalization? The concept and its foundations in developmental research. İçinde N. Midgley ve I. Vrouva (Ed.), *Minding the child: Mentalization-based interventions with children, young people and their families* (ss. 11-34). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203123003>
- Fonagy, P. ve Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3), 372-380.
<https://doi.org/10.1037/a0036505>
- Fonagy, P. ve Bateman, A. W. (2019). Introduction. İçinde A. W. Bateman ve P. Fonagy (Ed.), *Handbook of mentalizing in mental health practice* (2. baskı, ss. 3-20). American Psychiatric Publishing.
- Fonagy, P. ve Luyten, P. (2009). A developmental, mentalization-based approach to the understanding and treatment of borderline personality disorder. *Development and Psychopathology*, 21(4), 1355-1381.
<https://doi.org/10.1017/S0954579409990198>
- Fonagy, P. ve Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679-700.
<https://doi.org/10.1017/S0954579497001399>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L. ve Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press.
<https://doi.org/10.4324/9780429471643>
- Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E. ve Campbell, C. (2015). What we have changed our minds about: Part 2. Borderline personality disorder, epistemic trust and the

developmental significance of social communication. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 2(1), 1-12.

Fonagy, P., Luyten, P. ve Bateman, A. W. (2016). Treating borderline personality disorder with mentalization-based treatment: Current status and future directions. *World Psychiatry*, 15(3), 243-247.

Fonagy, P., Luyten, P., Moulton-Perkins, A., Lee, Y. W., Warren, F., Howard, S., ... ve Lowyck, B. (2016). Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The Reflective Functioning Questionnaire. *PLOS ONE*, 11(7), e0158678. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>

Fonagy, P., Target, M., Steele, H. ve Steele, M. (1998). *Reflective-functioning manual, version 5.0, for application to adult attachment interviews*. University College London.

Freud, A. (1946). *The ego and the mechanisms of defence*. International Universities Press.

Freud, S. (1905/1993). *Cinsellik üzerine üç deneme* (A. Şenel, Çev.). Payel Yayınları. (Orijinal eser 1905'te yayımlandı).

Freud, S. (1914). On narcissism: An introduction. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, 14(1914-1916), 67-102.

Freud, S. (1926). *Inhibitions, symptoms and anxiety*. Standard Edition, 20, 75-175.

Gabbard, G. O. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53, 527-532.

Gabbard, G. O. (1992). Psychodynamics of panic disorder and social phobia. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 56(2), 3-13.

Gabbard, G. O. (1994). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 58(6), 527-532.

- Gabbard, G. O. (2000). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (3. baskı). American Psychiatric Press.
- Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (5. baskı). American Psychiatric Publishing.
- Göktaş, A. (2021). *The associations of capacity of self and other forgiveness with mentalization capacity, defense mechanisms, and self-construal* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Gör, N. (2021). *Ayrılma-bireyleşme sorunları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide sosyo-duygusal ve oyuna yönelik değişkenlerin aracı rolünün incelenmesi* (Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Groves, R. M. (2006). Nonresponse rates and nonresponse bias in household surveys. *Public Opinion Quarterly*, 70(5), 646-675.
<https://doi.org/10.1093/poq/nfl033>
- Gürkan, Y. (2020). *Ergenlik döneminin sonlarında narsisistik özellikler ile psikosomatik yakınmalar arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin rolünün incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Lisansüstü Programlar Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Güvenir, G. (2024). *Yetişkinlerde narsisizm ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı rolü* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi).
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2. baskı). Guilford Publications.
- Heimberg, R. G. ve Richard, G. (1995). *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. Guilford Press.

- Hezel, D. M. ve McNally, R. J. (2014). Theory of mind impairments in social anxiety disorder. *Behavior Therapy*, 45(4), 530-540. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.02.010>
- Hinrichsen, H., Sheffield, A. ve Waller, G. (2007). The role of parenting experiences in the development of social anxiety and agoraphobia in the eating disorders. *Eating Behaviors*, 8(3), 285-290. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2006.11.003>
- Horváth, Z., Demetrovics, O., Paksi, B., Unoka, Z. ve Demetrovics, Z. (2023). The Reflective Functioning Questionnaire–Revised–7 (RFQ-R-7): A New Measurement Model Assessing Hypomentalization. *PLOS One*, 18(2).
- Jacobs, M., Snow, J., Geraci, M., Vythilingam, M., Blair, R. J. R., Charney, D. S., Pine, D. S. ve Blair, K. S. (2008). Association between level of emotional intelligence and severity of anxiety in generalized social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(8), 1487-1495. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.03.003>
- Kaplan, H. S. (1972). The new sex therapy: Active treatment of sexual dysfunctions. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1(2), 97-104.
- Kelly, K., Slade, A. ve Grienemberger, J. F. (2005). Maternal reflective functioning, mother–infant affective communication, and infant attachment: Exploring the link between mental states and observed caregiving behavior in the intergenerational transmission of attachment. *Attachment & Human Development*, 7(3), 299-311. <https://doi.org/10.1080/14616730500245963>
- Kernberg, O. F. (1968). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15, 51-85. <https://doi.org/10.1177/000306516801600109>
- Kernberg, O. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. Jason Aronson.

- Kernberg, O. (1985). *Severe personality disorders: Psychotherapeutic strategies*. Yale University Press.
- Kernberg, O. (2004). *Aggressivity, narcissism, and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship: New developments in the psychopathology and psychotherapy of severe personality disorders*. Yale University Press.
- Kohut, H. (1966). Forms and transformations of narcissism. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 14(2), 243-272.
<https://doi.org/10.1177/000306516601400201>
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders*. International Universities Press.
- Lavner, J. A., Campbell, W. K. ve Miller, J. D. (2016). Narcissism and marital satisfaction in newlyweds: An examination of actor and partner effects. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(10), 1309-1321.
- Lawson, D. M. ve Malnar, S. G. (2008). Treating the narcissistic spectrum of personality disorders: A self-psychology perspective. *Journal of Counseling & Development*, 86(4), 438-446.
- Lee, Y. ve Chung, Y. (2024). Mentalizing mediates the association between childhood maltreatment and adolescent borderline and narcissistic personality traits. *International Journal of Behavioral Sciences*, 17(4), 195-202.
- Lewis, J. R. ve Sauro, J. (2017). Can I leave this one out? The effect of dropping an item from the SUS. *Journal of Usability Studies*, 13(1), 38-46.
<https://uxpajournal.org/dropping-item-sus/>
- Lieberman, M. D. (2007). Social cognitive neuroscience: A review of core processes. *Annual Review of Psychology*, 58, 259-289.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085654>

- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 141-173.
- Lipsitz, J. D. ve Marshall, R. D. (2001). Alternative psychotherapy approaches for social phobia. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(4), 817-829.
- Little, R. J. A. ve Rubin, D. B. (2002). *Statistical analysis with missing data* (2. baskı). Wiley.
- Luyten, P., Campbell, C., Allison, E. ve Fonagy, P. (2020). The mentalizing approach to psychopathology: State of the art and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 297-325. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071919-015355>
- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B. ve Vermote, R. (2012). Assessment of mentalization. İçinde A. Bateman ve P. Fonagy (Ed.), *Handbook of mentalizing in mental health practice* (ss. 43-65). American Psychiatric Publishing.
- MacDonald, P. (2014). Narcissism in the modern world. *Psychodynamic Practice*, 20(2), 144-153. <https://doi.org/10.1080/14753634.2014.894225>
- Maleki, G., Zabihzadeh, A., Richman, M. J., Demetrovics, Z. ve Mohammadnejad, F. (2020). Decoding and reasoning mental states in major depression and social anxiety disorder. *BMC Psychiatry*, 20, 463. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02873-w>
- Miller, J. D., Hoffman, B. J., Gaughan, E. T., Gentile, B., Maples, J. ve Campbell, W. K. (2011). Grandiose and vulnerable narcissism: A nomological network analysis. *Journal of Personality*, 79(5), 1013-1042. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00711.x>
- Miller, J. D., Lynam, D. R., Hyatt, C. S. ve Campbell, W. K. (2017). Controversies in narcissism. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13, 291-315. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045244>

- Miller, J. D., Pincus, A. L. ve Lukowitsky, M. R. (2011). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446.
- Milrod, B. L., Shea, M. T. ve Shedler, J. (Ed.). (2022). *Anxiety disorders and related conditions: Conceptualization and treatment from psychodynamic and cognitive behavioral perspectives*. American Psychiatric Association Publishing.
- Osório, F. L., Crippa, J. A. ve Loureiro, S. R. (2010). Social anxiety disorder, fear of negative evaluation and social skills. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 32(2), 167-174.
- Öztürk, Y., Özyurt, G., Turan, S., Mutlu, C., Tufan, A. E. ve Pekcanlar Akay, A. (2022). Association of theory of mind and empathy abilities in adolescents with social anxiety disorder. *Current Psychology*, 41(4), 1778-1787. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00707-2>
- Perry, S., Cooper, A. M. ve Michels, R. (1987). The psychodynamic formulation: Its purpose, structure, and clinical application. *American Journal of Psychiatry*, 144(5), 543-550. <https://doi.org/10.1176/ajp.144.5.543>
- Pincus, A. L. ve Cain, N. M. (2014). Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability in psychotherapy. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(4), 439-443. <https://doi.org/10.1037/per0000031>
- Pincus, A. L. ve Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215>
- Pincus, A. L. ve Roche, M. J. (2011). Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability. İçinde W. K. Campbell ve J. D. Miller (Ed.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (ss. 31-40). John Wiley & Sons.

- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G. C. ve Levy, K. N. (2009). Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment*, 21(3), 365-379. <https://doi.org/10.1037/a0016530>
- Rank, O. (1911). A contribution to psychoanalytic theory on narcissism. *International Journal of Psychoanalysis*, 2, 468-475.
- Rodebaugh, T. L. (2009). Hiding the self and social anxiety: The core extrusion schema measure. *Cognitive Therapy and Research*, 33(1), 90-109. <https://doi.org/10.1007/s10608-007-9143-0>
- Rohmann, E., Neumann, E., Herner, M. J. ve Bierhoff, H. W. (2012). Grandiose and vulnerable narcissism: Self-construal, attachment, and love in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 328-333.
- Rosenbaum, J. F., Biederman, J., Bolduc, E. A., Hirshfeld, D. R., Faraone, S. V. ve Kagan, J. (1991). Comorbidity of parental anxiety disorders as risk for childhood-onset anxiety in inhibited children. *American Journal of Psychiatry*, 148(4), 475-481.
- Rubin, D. B. (1976). Inference and missing data. *Biometrika*, 63(3), 581-592. <https://doi.org/10.1093/biomet/63.3.581>
- Russell, G. (1985). Narcissism and the narcissistic personality disorder: A comparison of the theories of Kernberg and Kohut. *British Journal of Medical Psychology*, 58(2), 137-148. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1985.tb02626.x>
- Salarhaji, F. ve Sarafriz, M. R. (2024). The mediating role of mentalization in the relationship between childhood trauma and social anxiety. *International Journal of Behavioral Sciences*, 17(4), 193-201. <https://doi.org/10.30491/IJBS.2024.408511.1998>

- Sandage, S. J., Jankowski, P. J. ve Link, D. C. (2017). Forgiveness and spiritual instability as predictors of vulnerable narcissism. *Journal of Psychology and Theology*, 45(3), 177-191.
- Satpute, A. B. ve Lieberman, M. D. (2006). Integrating automatic and controlled processes into neurocognitive models of social cognition. *Brain Research*, 1079(1), 86-97. <https://doi.org/10.1016/j.brainres.2006.01.005>
- Sharp, C. ve Venta, A. (2012). Mentalizing problems in children and adolescents. İçinde N. Midgley ve I. Vrouva (Ed.), *Minding the child: Mentalization-based interventions with children, young people and their families* (ss. 35-53). Routledge.
- Sharp, C. ve Venta, A. (2013). Mentalizing problems in children and adolescents. İçinde N. Midgley ve I. Vrouva (Ed.), *Minding the child: Mentalization-based interventions with children, young people and their families* (ss. 35-53). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203123003>
- Smits, J. A., Powers, M. B., Buxkamper, R. ve Telch, M. J. (2006). The efficacy of videotape feedback for enhancing the effects of exposure-based treatment for social anxiety disorder: A controlled investigation. *Behaviour Research and Therapy*, 44(12), 1773-1785. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.01.001>
- Sokolova, E. T. (2010). Narcissism as clinical and socio-cultural phenomenon. *Psychology in Russia: State of Art*, 3, 684-702. <https://doi.org/10.11621/pir.2010.0034>
- Soykan, C., Özgüven, H. D. ve Gençöz, T. (2003). Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği: Türkçe versiyonu. *Psychological Reports*, 93(3_suppl), 1059-1069. <https://doi.org/10.2466/pr0.2003.93.3f.1059>
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2020). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (M. Baloğlu, Çev., 6. baskı). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal eser 2013 yılında yayımlanmıştır.)

- Tavşancıl, E. (2005). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi* (2. baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Tracy, J. L., Cheng, J. T., Robins, R. W. ve Trzesniewski, K. H. (2009). Authentic and hubristic pride: The affective core of self-esteem and narcissism. *Self and Identity*, 8(2), 196-213. <https://doi.org/10.1080/15298860802505053>
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete bozukluğu ve depresyonun tanısal ilişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 7(4), 12-16.
- Van Buren, B. R. ve Meehan, K. B. (2015). Child maltreatment and vulnerable narcissism: The roles of shame and disavowed need. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 63(3), 555-561. <https://doi.org/10.1177/0003065115593058>
- Williams, K. M. (2016). *The relationship between narcissism, social anxiety and individual's responses to Instagram-mediated rejection* [Yayınlanmamış doktora tezi]. The Australian National University.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.590>
- Yayla, E. (2020). *The relationship of narcissism with emotional childhood trauma and separation-individuation and the mediating role of mentalization* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi].
- Zerbe, K. J. (1994). The body betrayed: Women, eating disorders, and treatment. *American Journal of Psychoanalysis*, 54, 163-177.

EKLER

EK 1- Açıklanmış Onam Formu

Değerli katılımcı;

Bu araştırma, İstanbul Medipol Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Reyhan Şimşek tarafından Dr. Öğr. Üye. Hande Gündoğan Sütüven danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Bu form araştırma hakkında sizi bilgilendirmek amacıyla hazırlanmıştır.

Bu araştırmanın amacı yetişkinlerde kırılan narsisizm ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide zihinselleştirmenin aracı rolünün incelenmesidir. İstanbul Medipol Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan bu araştırmanın yapılması için gerekli izinler alınmıştır.

Yaklaşık 15 dakika süren ve bazı anketlerden oluşan bu çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Verilen anketlerde sizden kimliğinize ilişkin bilgiler istenmeyecek ve verdiğiniz yanıtlar gizli tutulacaktır. Çalışmadan elde edilecek sonuçlar ise araştırmacılar tarafından toplu olarak değerlendirilecek ve yalnızca bilimsel çalışma ve yayınlarda kullanılacaktır. Araştırmadan sağlıklı veriler elde edilebilmesi için soruların mümkün olduğunca eksik bırakılmadan içtenlikle doldurulması önem arz etmektedir. Bu çalışmaya katılım fiziksel ya da ruhsal sağlık açısından herhangi bir risk oluşturmamaktadır. Ancak herhangi bir nedenden dolayı rahatsızlık hissettiğinizde hiçbir neden belirtmeden çalışmadan çekilebilirsiniz. Çekilmeniz durumunda herhangi bir yaptırımla karşılaşmayacaksınız. Araştırma bitiminde araştırmayla ilgili herhangi bir bilgi almak isterseniz ya da bu çalışma ile ilgili herhangi bir endişeniz veya sorunuz olursa -

posta adresinden araştırmacıyla iletişim kurabilirsiniz. Sorularınız araştırmacı tarafından içtenlikle cevaplanacaktır. Katılımınız için teşekkür ederiz.

Yürütülmekte olan bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Çalışmadan istediğim herhangi bir aşamada bir neden belirtmeksizin çekilebileceğimi, verdiğim bilgilerin bilimsel çalışmalarda kullanılacağını kabul ediyorum.

Onaylıyorum ☐



EK-2 Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız: ____

2. Cinsiyetiniz:

- ☐ Kadın
- ☐ Erkek
- ☐ Belirtmek istemiyorum

3. Eğitim Durumunuz:

- ☐ İlköğretim mezunu
- ☐ Lise öğrencisi
- ☐ Lise mezunu
- ☐ Üniversite öğrencisi
- ☐ Üniversite mezunu

4. Medeni Durumunuz nedir?

- ☐ Evli
- ☐ Bekar

5. Şu an kiminle beraber yaşıyorsunuz? _____

4. Mezun olduğunuz/ okumakta olduğunuz bölüm: _____

5. Daha önce psikiyatrik bir tanı aldınız mı?

Aldıysanız, nedir? _____

EK-3 Patolojik Narsisizm Envanteri

Yönerge: Aşağıda 40 betimleyici ifade bulacaksınız. Lütfen herbir ifadeyi değerlendirmeye alınız ve sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz. Doğru veya yanlış yanıt söz konusu değildir. İfadenin yanındaki çizgiye tek bir yanıt işaretleyeceksiniz. Her bir ifadenin, 6 derecelik ölçek üzerinden, sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz:

0	1	2	3	4	5
Bana hiç benzemiyor	Bana biraz benzemiyor	Bana çok az benzemiyor	Bana çok az benziyor	Bana biraz benziyor	Bana çok benziyor

- _____ 1. Kendimi sık sık hayran olunan ve saygı duyulan biri olarak hayal ederim.
- _____ 2. Kendime olan güvenimde sık sık dalgalanmalar olur.
- _____ 3. Yalnızken kendimi iyi hissetmek benim için zordur.
- _____ 4. Yardım istemekten nefret ederim.
- _____ 5. İnsanlar beni farketmediğinde kendimi kötü hissetmeye başlarım.
- _____ 6. Başkalarının beni muhtaç ve bağımlı biri gibi görmesinden korktuğum için çoğunlukla ihtiyaçlarımı gizlerim.
- _____ 7. Herkesi istediğim herşeye inandırabilirim.
- _____ 8. İnsanlar onlar için yaptıklarımı farketmediğinde, sinirden deliye dönerim.
- _____ 9. Yaptıklarım ya da söylediklerimle ilgilenmeyen insanlar sinirime dokunur.
- _____ 10. İnsanları kolaylıkla kendi isteklerime göre yönlendirebilirim.
- _____ 11. Başkaları beni farketmediğinde kendimi değersiz hissetmeye başlarım.

- _____ 12. Beni hayalkırıklığına uğratacakları endişesiyle bazen insanlardan kaçırım.
- _____ 13. Genelde, insanlardan istediğimi alamayınca çok öfkelenirim.
- _____ 14. Kendimi değerli hissetmem için, bazen önemsedığım insanların beni bu konuda rahatlatmalarına ihtiyaç duyarım.
- _____ 15. Başkaları bana güven duyduklarında kendimi önemli hissedirim.
- _____ 16. İnsanların içini bir kitap gibi okuyabilirim.
- _____ 17. Başkaları beni hayal kırıklığına uğrattığında, çoğu kez kendime kızarım.
- _____ 18. Başkaları için fedakârlık yapmak beni daha iyi bir insan yapar.
- _____ 19. Çoğu kez olanaklarımın ötesinde olan şeyleri başardığımın hayalini kurarım.
- _____ 20. Onlardan istediklerimi yapmayacaklarından korktuğum için bazen insanlardan kaçınırım.
- _____ 21. İçimde hissettiğim zayıflığı başkalarına göstermek benim için zordur.
- _____ 22. Diğer insanların beni beğendiğini bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur.
- _____ 23. Sık sık çabalarım için ödüllendirildiğimin hayalini kurarım.
- _____ 24. Çoğu insanın benimle ilgilenmediğine yönelik düşünce ve endişelerle zihnimi meşgul ederim.
- _____ 25. Bana güvenen arkadaşlarım olmasından hoşlanırım çünkü bu bana kendimi önemli hissettirir.
- _____ 26. Herkes benim anlattıklarımı dinlemekten hoşlanır.
- _____ 27. İnsanların beni sevdiğini bilmezsem, kendimi iyi hissetmekte zorlanırım.
- _____ 28. İnsanlar benim ne kadar iyi birisi olduğumu fark etmediklerinde rahatsız olurum
- _____ 29. Hak ettiğim herşeyi elde edene dek asla tatmin olmam.

_____ 30. Yaptığım fedakârlıklarla ne kadar iyi bir insan olduğumu göstermeye çalışırım

_____ 31. İnsanlar beni farketmediğinde hayal kırıklığına uğrarım

_____ 32. Sık sık kahramanca davranışlarda bulunduğumun hayalini kurarım.

_____ 33. İyi bir insan olduğumu kanıtlamak için insanlara yardım ederim.

_____ 34. Sıklıkla başarılarıyla tanınmış biri olduğumun hayalini kurarım.

_____ 35. Kendimi zayıf hissetmeme neden olduğu için başlakalarına bel bağlamaya tahammül edemem.

_____ 36. Diğer insanların beni onaylamasına ihtiyaç duyarım.

_____ 37. Dünyanın gözünde bir değerimin olmasını isterim.

_____ 38. Diğer insanlar ihtiyaçlarımı bir an için bile farketmediğinde, kaygılanır ve utanırım.

_____ 39. Bazen, insanlardan her istediğimi elde edemediğimi görmektense, yalnız kalmak daha kolay gelir.

_____ 40. Başkaları benimle aynı fikirde olmadığına çok öfkelenabiliyorum.

EK-4 Yansıtıcı İşleyiş Ölçeği- Kısa Form

Lütfen aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyunuz. Her bir cümle için, cümleye ne kadar katıldığınızı ifade etmek üzere 1 ile 7 arasında bir numara seçip cümlemin yanına yazınız. Cümleler üzerinde çok fazla düşünmeyin- ilk tepkiniz genellikle en iyisidir. Teşekkür ederiz.

1'den 7'ye kadar olan aşağıdaki ölçeği kullanın:

Kesinlikle	1	2	3	4	5	6	7	Kesinlikle
Katılmıyorum								Katılıyorum

1. İnsanların düşünceleri benim için bir bilinmezdir.
2. Neyi neden yaptığımı her zaman bilmem.
3. Sinirlendiğimde, neden söylediğimi gerçekten bilmediğim şeyler söylerim.
4. Sinirlendiğimde, sonradan pişman olacağım şeyler söylerim.
5. Eğer güvensiz hissedersen, diğerlerini sinirlendirecek şekilde davranırım.
6. Bazen neden yaptığımı gerçekten bilmediğim şeyler yaparım.
7. Ne hissettiğimi her zaman bilirim.
8. Güçlü duygular genellikle düşüncelerimi bulanıklaştırır.

EK-5 Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

LIEBOWITZ SKALASI		
Uyarılar: Tüm seçeneklere geçen haftayı düşünerek-bugün de dahil olacak şekilde puan veriniz. Eğer durumlardan biri geçen hafta içerisinde oluşmadıysa, bu durumla karşılaştığınızda göstereceğiniz tepkiyi puanlayınız. Her bir durum için (yaşanmış olan ya da yaşanmış olduğu varsayılan) hem “korku ya da anksiyete”nin derecesini hem de “kaçınma” sıklığını puanlayınız.		
	Korku ya da anksiyete 0=yok 1=hafif 2=orta 3=şiddetli	Kaçınma 0=asla (% 0) 1=ara sıra (% 1-33) 2=sıkça (% 34-67) 3=genellikle (% 68-100)
1. Topluluk içerisinde telefon etmek		
2. Küçük bir grupla beraber bir aktiviteye katılmak		
3. Toplulukta yemek yemek		
4. Toplulukta içecek içmek		
5. Yönetici konumundaki biri ile konuşmak		
6. Seyirci önünde rol yapmak, oynamak ya da konuşmak		
7. Bir partiye / davete gitmek		
8. Biri ya da birileri tarafından izlenirken çalışmak		
9. Biri ya da birileri tarafından izlenirken yazı yazmak		

10. Çok iyi tanımadığınız birine telefon etmek		
11. Çok iyi tanımadığınız biri ile yüz yüze konuşmak		
12. Yabancılarla tanışmak		
13. Genel bir tuvalette idrar yapmak		
14. Başkalarının oturuyor olduğu bir odaya girmek		
15. İlgi merkezi olmak		
16. Ön hazırlık olmadan bir toplumda konuşmak		
17. Beceri, bilgi ya da yetenek ile ilgili bir sınava girmek		
18. Çok iyi tanımadığınız birine karşı görüş bildirmek ya da onunla aynı fikirde olmadığınızı söylemek		
19. Çok iyi tanımadığınız birinin doğrudan gözlerinin içine bakmak		
20. Bir gruba sözlü rapor vermek		
21. Cinsel ya da romantik bir ilişki amacıyla biriyle yakınlaşmaya çalışmak		
22- Bir malı parası iade edilmek üzere geri götürmek		
23. Bir parti / davet vermek		

24. Israrıcı bir satıcıyı reddetmek		
-------------------------------------	--	--



EK-6 Etik Kurul Onayı

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
ETİK KURULU KARAR FORMU

BAŞVURU BİLGİLERİ	ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	<i>Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkide Zihinselleştirmenin Aracı Rolü</i>			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI	Reyhan ŞİMŞEK			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI	Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	İstanbul			
	DESTEKLEYİCİ	-			
	ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	TEK MERKEZ ☒	ÇOK MERKEZLİ ☐	ULUSAL ☒	ULUSLARARASI ☐

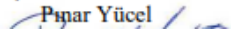
İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
ETİK KURULU KARAR FORMU

Değerlendirilen Belgeler	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ/PLANI			Türkçe ☒ İngilizce ☐ Diğer ☐
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe ☒ İngilizce ☐ Diğer ☐
Karar Bilgileri	Karar No: 161	Tarih: 09/12/2024		
	Yukarıda bilgileri verilen Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve araştırmanın etik ve bilimsel yönden uygun olduğuna “oy birliği” ile karar verilmiştir.			

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU	
BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI	Prof. Dr. Ali Büyükaslan

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile ilişki		Katılım *		İmza
Prof. Dr. Ali Büyükaslan	İletişim Çalışmaları	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	Uygundur
Prof. Dr. Serhat Yüksel	Finans	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	Uygundur
Doç. Dr. İhsan Eken	Medya ve Reklam Araştırmaları	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	Uygundur
Dr. Öğr. Üyesi Sinan Seçkin	Hukuk	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	Uygundur
Dr. Öğr. Üyesi Ela Arı	Psikoloji	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☐	K ☒	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	Görüş Bildirmedi

* :Toplantıda Bulunma

Sosyal Bilimler
Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Sekreteri

Pınar Yücel