



T.C.

EGE ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü

**YETİŞKİN BAĞLANMA ÖRÜNTÜLERİ, OBSESİF İNANÇLAR VE
RUMİNATİF DÜŞÜNME BİÇİMİNİN ROMANTİK İLİŞKİ
ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER ÜZERİNDEKİ
ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

ASLIHAN TUNÇEL

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

İZMİR

2021

T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**YETİŞKİN BAĞLANMA ÖRÜNTÜLERİ, OBSESİF
İNANÇLAR VE RUMİNATİF DÜŞÜNME BİÇİMİNİN
ROMANTİK İLİŞKİ ODAKLI OBSESİF KOMPULSİF
BELİRTİLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Aslıhan TUNÇEL

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Haluk ARKAR

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

ETİK KURALLARA UYGUNLUK BEYANI

Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne sunduğum “*Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisi*” adlı yüksek lisans tezinin tarafımdan bilimsel, ahlak ve normlara uygun bir şekilde hazırlandığını, tezimde yararlandığım kaynakları bibliyografyada ve dipnotlarda gösterdiğimi onurumla doğrularım.

Aslıhan TUNÇEL

ÖNSÖZ

İnsanın “öteki”yle olan ilişkisi ve kurduğu bağ benim için her zaman büyük bir merak konusu olmuştur. İnsanların diğerleriyle olan etkileşimlerini algılayış ve nitelendiriş biçimlerini gözlemlemek ise psikoloji alanına duyduğum merakın başlangıç noktası gibiydi. İnsan ilişkilenmesinin gerek sosyal yaşam gerekse psikoterapi ortamı gibi geniş bir alanda bu kadar önemli bir yer kaplıyor olması beni lisans ve yüksek lisans sürecim boyunca bu ilişkilenmelerin nelere bağlı olarak farklılaşıyor olabileceğini sorgulamaya yöneltti.

Geçmiş örüntülerdeki psikolojik yaraların tekrarı ya da bu örüntülerin iyileştirici bir faktörü olabilen yetişkin romantik ilişkileri, bireyin erken dönemdeki yaşantılarının yetişkin hayatındaki önemli bir “öteki”yle kurduğu bağ ile yeniden deneyimlenme ve temel güven duygusunun onarılması şansı olarak nitelendirilebilir. Bireyleri böyle önemli bir alanda savunmasız bırakabilen ve romantik ilişkinin kendisini hedef alan obsesif kompulsif belirtiler ise henüz yeni bir alan olarak yakın ilişkiler literatürünü okuduğum sırada karşıma çıkan ve okuduğum andan itibaren ilgimi çeken bir alan oldu. Gelişimin ve psikopatolojinin bir aradalığını inceleyebilme fırsatı bulduğum iki konu olan yetişkin bağlanması ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ne tür faktörlerle ilişkili olabileceğini anlamak adına yürütülmüş bu tez çalışması, uzun süreli bir emeğin ürünüdür. Literatürde henüz yeni yer edinmiş sayılabilecek bir alanda yürütülen bu çalışmanın yeni sorulara bir kapı aralaması ve literatüre küçük de olsa bir fayda sağlaması dileğiyle...

Temmuz 2021, İzmir

Aslıhan TUNÇEL

ÖZET

Bu çalışmada temel olarak yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri, obsesif inanç alanları ve ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcılığını incelemek amaçlanmıştır. Çalışmanın bir diğer amacı ise, yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide genel obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık rolleri incelenmesidir. Çalışmaya ait veriler 18-63 yaş aralığında (Ort: 30.50, SS = 9.81) en az 3 aydır bir romantik ilişki içerisinde bulunan 770 katılımcıdan (508 kadın, 262 erkek) elde edilmiştir. Çalışma kapsamında katılımcılardan Sosyo-demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, Obsesif İnançlar Ölçeği Kısa Formu (OİA-20), Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ) ve Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği'nden (RİOKÖ) oluşan veri setini tamamlamaları istenmiştir. Elde edilen veriler t testi, korelasyon, ANOVA, MANOVA, regresyon ve aracılık analizleri yoluyla değerlendirilmiştir. Korelasyon analizleri sonucunda, araştırmanın temel değişkenleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu gözlemlenmiştir. Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde romantik ilişki süresinin, güvensiz bağlanma örüntülerini oluşturan kaygılı ve kaçınan bağlanmanın, obsesif inançların alt boyutlarından olan abartılı tehdit öngörüsü ve mükemmeliyetçilik/kesinliğin ve ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri anlamlı olarak yordadıkları görülmüştür. Aracılık ilişkisini incelemek için oluşturulan modelde ise hem obsesif inançlar toplam puanının hem de ruminatif düşünme biçiminin yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide anlamlı olarak kısmi aracılık rolü üstlendikleri bulgulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Obsesif Kompulsif Bozukluk, Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler, Güvensiz Bağlanma, Obsesif İnançlar, Ruminatif Düşünme Biçimi

ABSTRACT

The main purpose of the study was to investigate the link between adult insecure attachment styles, obsessive belief domains and ruminative thinking style on romantic relationship centered obsessive compulsive symptoms. In line with another aim of the study, the mediating roles of general obsessive belief level and ruminative thinking style in the relationship between adult insecure attachment styles and romantic relationship-oriented obsessive-compulsive symptoms were investigated. The data of the study were obtained from total 770 participants (508 females, 262 males) between the ages of 18 to 63 ($M: 30.50$, $SD = 9.81$) who had been in a romantic relationship for at least 3 months. Within the scope of the study, the participants were asked to complete the data set consisting of the Socio-demographic Information Form, Experiences in Close Relationships Inventory-II (ECR-II), the Obsessive Beliefs Scale Short Form (OBS-20), the Ruminative Thinking Style Scale (RTS), and the Relationship Obsessive Compulsive Inventory (ROCI). The obtained data were evaluated through t test, correlation, ANOVA, MANOVA, regression and mediation analyzes. As a result of the correlational analyzes, it was observed that there were positive and significant relationships between the main variables of the study. According to the result of the regression analysis, the duration of the romantic relationship, anxious and avoidant attachment styles which constitutes the insecure attachment patterns, the overestimation of threat and perfectionism/precision which are the sub-dimensions of obsessive beliefs, and the ruminative thinking style significantly predicted romantic relationship-centered obsessive-compulsive symptoms. In the model created to examine the mediation relationship, it was found that both the general level of obsessive beliefs and the ruminative thinking style played a significant partial mediation role in the relationship between adult insecure attachment styles (anxious and avoidant attachment) and romantic relationship-centered obsessive-compulsive symptoms. The results of the study were discussed within the framework of the relevant literature.

Keywords: Obsessive Compulsive Disorder, Romantic Relationship Centered Obsessive Compulsive Symptoms, Insecure Attachment, Obsessive Beliefs, Ruminative Thinking Style

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
YEMİN BELGESİ	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
ŞEKİL DİZİNİ	ix
TABLO DİZİNİ	x

BÖLÜM I GİRİŞ

I.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Fenomenolojik Özellikleri.....	1
I.1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Epidemiyolojisi.....	3
I.1.2. Obsesif Kompulsif Bozukluğa Eşlik Eden Bozukluklar.....	5
I.1.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Etiyolojisi & Risk Faktörleri.....	6
I.1.4. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Prognozu ve Tedavi Yöntemleri	9
I.2. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler.....	11
I.2.1. Romantik İlişki İçerikli Obsesif Kompulsif Belirtilerin Bilişsel Model Çerçevesinde İncelenmesi.....	16
I.3. Bağlanma Kuramı.....	18
I.3.1. Yetişkinlikte Bağlanma.....	20
I.3.2. Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji İlişkisi.....	21
I.3.3. Bağlanma Örüntüleri ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki.....	24

I.4. Obsesif İnançlar.....	27
I.4.1. Obsesif İnançlar ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki.....	30
I.4.2. Obsesif İnançlar ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki.....	31
I.5. Ruminatif Düşünme Biçimi.....	34
I.5.1. Ruminatif Düşünme Biçimi ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki.....	37
I.5.2. Ruminatif Düşünme Biçimi ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki.....	39
I.6. Araştırmanın amacı.....	40
I.6.1. Hipotezler.....	41
I.6.2. Araştırmanın önemi.....	42

BÖLÜM II

YÖNTEM

II.1. Örneklem.....	44
II.2. Veri Toplama Araçları.....	46
II.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu.....	46
II.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II).....	47
II.2.3. Obsesif İnançlar Anketi Kısa Formu (OİA-20).....	47
II.2.4. Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ).....	48
II.2.5. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ).....	49
II.3. İşlem.....	49
II.4. İstatistiksel Analiz.....	50

BÖLÜM III

BULGULAR

III.1. Değişkenlerin Tanımlayıcı İstatistikleri.....	52
--	----

III.2. Değişkenler Arası Korelasyon Analizleri.....	53
III.3. Gruplar Arası Farklılıkların İncelenmesi: Tek Yönlü Varyans Analizleri (ANOVA) ve Çok Değişkenli Varyans Analizleri (MANOVA).....	57
III.4. Regresyon Analizleri.....	63
III.4.1. Romantik İlişki Süresi, Güvensiz Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişkiye Yönelik Obsesif Kompulsif Belirtiler Puanlarını Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Sonuçları.....	63
III.4.2. Yetişkin Güvensiz Bağlanma Örüntülerinin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü.....	66
III.4.2.1. Kaygılı Bağlanma Örüntüsünün Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü.....	67
III.4.2.2. Kaçınan Bağlanma Örüntüsünün Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü.....	68

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

IV. Tartışma	71
KAYNAKLAR.....	90
EKLER	118
EK A. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	118
EK B. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II).....	121
EK C. Obsesif İnançlar Anketi Kısa Formu (OİA-20).....	124
EK D. Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ)	125
EK E. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)	127
EK F. Etik Kurul Onay Belgesi	128

EK G. Bilgilendirilmiş Onam Formu	129
EK H. Çevrimiçi Bilgilendirme Formu.....	131
TEŞEKKÜR.....	132
ÖZGEÇMİŞ	133



ŞEKİL DİZİNİ

Sayfa

Şekil 1. Kaygılı Bağlanma Örüntüsü ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü.....	68
Şekil 2. Kaçınan Bağlanma Örüntüsü ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü.....	70



TABLO DİZİNİ

Sayfa

Tablo 1. Örneklemenin Demografik Özellikleri.....	45
Tablo 2. Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Cronbach's Alpha Değerleri.....	54
Tablo 3. Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon katsayıları.....	55
Tablo 4. Cinsiyete göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	57
Tablo 5. Yaş grubuna göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	58
Tablo 6. Medeni Duruma göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	58
Tablo 7. Medeni duruma göre RİOKÖ alt boyutlarındaki farklılıklara ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	60
Tablo 8. Romantik İlişki Süresine göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	61
Tablo 9. Romantik İlişki süresine göre RİOKÖ alt boyutlarındaki farklılıklara ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	63
Tablo 10. Romantik İlişki Süresi, Güvensiz Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişkiye Yönelik Obsesyon ve Kompulsiyonları Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Sonuçları.....	65

BÖLÜM I

GİRİŞ

Çalışmanın bu bölümünde öncelikle obsesif kompulsif bozukluk ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin fenomenolojik özelliklerine daha sonra ise bağlanma örüntüleri, obsesif inanç alanları ve ruminatif düşünme biçimine dair alanyazın bulguları aktarılmıştır. Alanyazın bulgularının aktarılmasının ardından araştırmanın amacına, önemine ve hipotezlerine yer verilmiştir.

I.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Fenomenolojik Özellikleri

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) takıntıların (obsesyon), zorlantıların (kompulsiyon) veya her ikisinin beraber görülmesiyle karakterize bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013, s. 129). DSM tanı sisteminin son versiyonu olan DSM-5'te vücut dismorfik bozukluğu, biriktiricilik bozukluğu, saç yolma bozukluğu (trikotillomani) ve deri yolma bozukluğuyla birlikte “Obsesif-Kompulsif Bozukluğu ve İlişkili Bozukluklar” adlı ayrı bir kategori olarak yer almıştır (APA, 2013). Obsesyonlar çoğu bireyde belirgin bir kaygıya ve sıkıntıya yol açan, yineleyici ve girici özellikteki istenmeyen düşünceler, imgeler ya da dürtülerdir (APA, 2013). Kompulsiyonlar ise obsesyonların neden olduğu kaygı ya da sıkıntıyı azaltmaya veya korkulan bir olayın ya da durumun gerçekleşmesini önlemeye yönelik belirli kurallara göre katı bir biçimde sürdürülmek zorunda hissedilen yineleyici davranışlar ya da zihinsel eylemlerdir (APA, 2013). Söz konusu obsesyonlar ve kompulsiyonlar nedeniyle birey belirgin bir sıkıntı yaşamakta ve günlük yaşamdaki işlevselliğini sürdürmekte önemli ölçüde güçlük yaşamaktadır (APA, 2013).

Obsesyonların genel içeriklerine bakıldığında saldırganlık, cinsellik ve din gibi çeşitli temalarda olduğu görülmüştür (Rachman, 2003). Obsesyonlar niteliklerine göre otojen ve reaktif obsesyonlar olarak iki temel kategoride sınıflandırılmıştır (Lee ve Kwon, 2003). Buna göre otojen obsesyonlar aktif bir uyaran olmaksızın bilince gelme eğiliminde olan, birey tarafından ego-distonik olarak algılanan, cinsellik, saldırganlık ve ahlaksızlık temalarını içeren obsesyonlarken; reaktif obsesyonlar bir dış uyarana bağlı olarak gelişen,

birey tarafından görece ego-sintonik olarak algılanan ve kirlenme, asimetri, hata yapma gibi temaları içeren obsesyonlardır (Lee ve Kwon, 2003). Toplum örneklemiyle yürütülen çalışmalarda cinsellik ve zarar verme alanındaki girici düşünceleri deneyimleyen bireylerin bunları ruh sağlığı uzmanlarına daha az bildirme eğiliminde oldukları görülmüştür (Purdon ve Clark, 1993). Girici düşünceler, görüntüler ve dürtüler hemen hemen her bireyde görülmesine rağmen klinik düzeyde obsesyonlara dönüşmesinde ve obsesyonların içeriğindeki öne çıkan temaların belirlenmesinde bireyin önceden var olan inançları, bilişsel yanlılıkları ve değerler sistemindeki en önemli temalar yatkınlaştırıcı bir rol oynamaktadır (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 2003; Clark, 2004). Bunlara ek olarak girici düşüncelerin obsesyonlara dönüşme sürecinde OKB'nin bilişsel modeliyle tutarlı olarak bireyin girici düşüncelere daha fazla önem atfetmesi, felaketleştirici anlamlar yüklemesi ve bu düşünceleri kontrol altına alma isteği söz konusudur (Clark ve Purdon, 1993; Salkovskis, 1999).

Bir araştırmada OKB tanılı bireylerin daha sıkıntı verici olarak değerlendirdikleri obsesyonları daha az sıkıntı verici olarak değerlendirdiklerine kıyasla daha anlamlı, önemli ve benliklerinin değer verdikleri yönleriyle daha çatışmalı olarak algıladıkları ortaya konmuştur (Rowa, Purdon, Summerfeldt ve Antony, 2005). Bu çalışma girici düşünceye dair bireyin değerlendirmesinin düşünceyle ilişkilendirilen sıkıntı miktarıyla ve bireyin o konudaki değer yargıları ve benlik algısıyla ilişkili olduğuna işaret etmiştir (Rowa ve diğ., 2005).

Kompulsif ritüeller, kaçınma davranışları ve bazı nötralizasyon çabaları ise genellikle obsesyonların yarattığı rahatsızlığı gidermek ya da kontrol etmek amacıyla uygulanmaktadır (Salkovskis, 1985). Kompulsiyonların içeriklerine bakıldığında dışarıdan doğrudan gözlenebilen kontrol etme, temizlenme, sayı sayma, düzenleme, bir kelime/cümleyi belirli sırada ve sayıda söyleme gibi açık ritüelleri ya da doğrudan gözlenemeyen belirli bir cümleyi akıldan geçirmek, dua etmek ya da belirli bir durumu zihinde canlandırmak gibi örtük eylemleri içerebilmektedir (Wells & Matthews, 1996; National Institute for Health and Clinical Excellence, 2006; APA, 2013). Clark (2004), obsesyon ve kompulsiyonların işlevsel olarak birbirleriyle ilgili olduklarını,

obsesyonların bireyde anksiyete yaratan deneyimler olduğunu ve eşlik eden kompulsiyonların bu anksiyeteyi azaltmak amacıyla yapıldığını belirtmiştir. Obsesif kompulsif bozukluk DSM-5'te tanımlanırken içgörü derecesine de önem verilmiştir ve bu bağlamda bireyin obsesyonlarının ve sürdürmek zorunda hissettiği kompulsiyonlarının gerçek dışı olabileceğini kabul etmesi durumunda “içgörüsü iyi”, bireyin bu düşünce ve davranış örüntülerinin muhtemelen doğru olduğuna inanıyor olması durumunda “içgörüsü kötü” ve bu düşüncelerin gerçek dışılığını tamamen reddetmesi durumunda ise “içgörüsü yok” belirteci kullanılmaktadır (APA, 2013). Bir diğer belirteç olan “tikle ilişkili” ise şu anda yada geçmişte bir tik bozukluğu öyküsünün bulunduğu durumlar için kullanılmaktadır (APA, 2013).

1.1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Epidemiyolojisi

Epidemiyolojik araştırmalara göre obsesif kompulsif bozukluk; majör depresyon, fobiler ve madde kullanım bozukluklarının ardından %2.5 ila %3.5 arasında değişen yaşam boyu yaygınlık oranıyla yaygınlığı en yüksek olan dördüncü psikolojik bozukluk olarak ifade edilmektedir (Karno, Golding, Sorensom ve Burnam, 1988; Nestadt ve Samuels, 1997; Ruscio, Stein, Chiu ve Kessler, 2010; Fineberg ve diğ., 2013a, Sadock B., Sadock, V. ve Ruiz, 2015). Yaygınlık oranlarının farklılaşmasında araştırmanın yapısı, kullanılan ölçüm ve analizler, kültürel farklılıklar ve örneklem grupları diğer tüm bozukluklarda olduğu gibi rol oynayabilmektedir. Yetişkin bireylerde obsesif kompulsif bozukluğun 12 aylık sürede görülme sıklığını değerlendirmek için yapılan Avrupa örneklemine dayalı bir araştırma %0.1 - 2.3 arasında, Amerika örneklemine dayalı bir araştırma ise %1.2 civarında sıklık oranına sahip olduğuna işaret etmiştir (Wittchen ve Jacobi, 2005; Ruscio ve diğ., 2010).

Ülkemizdeki çalışmalara bakıldığında, Çilli ve arkadaşları tarafından (2004) Konya’da 3012 yetişkin ile yürütülen OKB yaygınlığına dair bir araştırmada 12 aylık süre içerisindeki yaygınlık oranı %3 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada OKB yaygınlık oranının kadınlarda erkeklere oranla daha fazla olduğu ifade edilmiştir (kadın: %3.3, erkek: %2.5) ancak anlamlı bir cinsiyet farklılığı saptanmamıştır (Çilli ve diğ., 2004).

Erkeklerdeki 12 aylık OKB yaygınlık oranı yaş ile ters orantılıyken, kadınlarda doğru orantılı olarak yaşla birlikte OKB yaygınlığının arttığı gözlemlenmiştir (Çilli ve diğ., 2004). OKB olarak değerlendirilen örneklem grubunun %30'unda yalnızca obsesyonlar görülürken %68.5'inde obsesyonlara eşlik eden kompulsiyonların mevcut olduğu bildirilmiştir (Çilli ve diğ., 2004). OKB başlangıç yaşı için risk sayılabilecek üniversite dönemindeki öğrenci örneklemiyle ülkemizde yürütülen bir çalışmada OKB yaygınlık oranı %4.2 olarak bulunmuştur (Yoldaşcan, Özenli, Kutlu, Topal ve Bozkurt, 2009).

Cinsiyet dağılımı bakımından obsesif kompulsif bozukluğun yaygınlığı incelendiğinde de araştırmalar arasında farklı bulgular olduğu görülmektedir. Purdon ve Clark (2005) tarafından OKB'nin kadın erkek oranı bakımından anlamlı olarak farklılaşmadığı ancak çocukluk döneminde başlayan OKB'nin erkeklerde daha sık olduğu ve OKB'nin genellikle 18-24 yaş aralığında başladığı belirtilmiştir. Fineberg ve arkadaşlarının (2013a) yaptığı bir çalışmada ise obsesif kompulsif bozukluğun kadınlarda, obsesif kompulsif belirtilerin ise erkeklerde daha yaygın olduğu, erkeklerdeki başlangıç yaşının (ort. 19 yaş) ise kadınlardan (ort. 21 yaş) daha önce olduğu bildirilmiştir. Altıntaş ve Özçürümez'in (2015) yakın zamanda ülkemizde yürüttüğü bir çalışmada OKB tanılı bireylerde hastalığın başlama yaşının erkeklerde kadınlardan anlamlı olarak önce olduğu ve erkeklerin daha fazla belirti gösterdiği, daha fazla tedavi arayışında olduğu, erkeklerdeki cinsel obsesyonların ve tekrarlama kompulsiyonlarının kadınlara göre anlamlı olarak daha yaygın olduğu saptanmıştır. Kadın ve erkekler arasında diğer psikiyatrik hastalıklarla eş tanı bakımından anlamlı farklılık bulunmamıştır ancak çalışmada kadınların depresyon ve anksiyete puanlarının anlamlı olarak daha fazla olduğu ifade edilmiştir (Altıntaş ve Özçürümez, 2015). Öneker (2017) tarafından OKB tanısı almamış beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerle yürütülen bir çalışmada ise eşik altı düzeydeki obsesif kompulsif belirtilerin ve belirti şiddetinin cinsiyet bakımından anlamlı olarak farklılaşmadığı bildirilmiştir.

I.1.2. Obsesif Kompulsif Bozukluğa Eşlik Eden Bozukluklar

Obsesif kompulsif bozukluğun diğer psikiyatrik rahatsızlıklarla olan eş tanı durumunu incelemek için yürütülen birçok görgül çalışma OKB’de eş tanının yaygın olduğunu ve en sık eş tanının Kaygı Bozuklukları ve Duygudurum Bozukluklarından biri olan Majör Depresyonla olduğunu ortaya koymuştur (Murphy, Timpano, Wheaton, Greenberg ve Miguel, 2010). Madde kullanım bozukluklarıyla da eş tanı yaygın görülebilmektedir (Ruscio ve diğ., 2010). Amerika’da 2073 yetişkin örneklemiyle yürütülen bir epidemiyolojik araştırmada OKB ile herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığın eş tanılığı %90 olarak bulunmuş olup, OKB’nin anksiyete bozukluklarıyla %75.8, duygudurum bozukluklarıyla %63.3, dürtü kontrol bozukluklarıyla %55.9 ve madde kullanım bozukluklarıyla %38.6 oranında eş tanı gösterdiği saptanmıştır (Ruscio ve diğ., 2010). Torres ve arkadaşları (2006) tarafından Britanya örneklemiyle yürütülen epidemiyolojik çalışmada OKB tanılı bireylerin %62’sinde depresyonla ilişkili bozukluklar, yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, fobiler ve madde kullanım bozuklukları gibi başka psikiyatrik bozuklukların mevcut olduğu bulgulanmıştır. Obsesif kompulsif bozukluğun eş tanısında birtakım cinsiyet farklılıklarının görülebileceği ve kadınlarda panik atak, erkeklerdeyse sosyal fobi ve şizofreni gibi bozukluklarla eş tanı olasılığının daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Tükel, Polat, Genç, Bozkurt ve Atlı, 2004; Lensi ve diğ., 1996).

Obsesif kompulsif bozukluğun diğer psikiyatrik bozukluklarla olan eş tanısı üzerine ülkemizde yapılan çalışmalarda OKB ile en sık eş tanının Majör Depresif Bozukluk olduğu belirtilmiştir. (Karamustafaloğlu ve diğ., 2009; Demet ve diğ., 2005). Diğer psikiyatrik bozukluklarda olduğu gibi OKB ve duygudurum bozukluklarının birlikteliği bireylerin yaşam kalitesini düşürmekte ve hastalığın gidişatını kötüleştirmektedir (LaSalle ve diğ., 2004). Çeşitli araştırmalar OKB tanısı alan yetişkin bireylerin belirtilerin başlangıcı ile tedavi arayışı arasında 7 ila 12 yıl aralığında uzun süreler olduğunu, daha erken yaşta başlayan belirtilerde, tedavi arayışının anlamlı olarak daha geç olduğu ve tedavisiz geçen zaman aralığının ilaç tedavisine verilen yanıtta daha az verimle ve daha kötü gidişatla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Aksoy-Poyraz ve

diğ., 2015; Albert ve diğ., 2019). Tedavi arayışının gecikmesinde üç temel neden olarak OKB belirtilerinin birey tarafından bir problem olarak algılanmaması, bireyin bu durumla kendi başına üstesinden gelebileceğine dair inancı, belirtilerin zaman içerisinde azalıp artma eğilimi gösterilmektedir (Aksoy-Poyraz ve diğ., 2015). Beşiroğlu, Çilli ve Aşkın (2004) tarafından yürütülen bir çalışmada ise OKB'deki tedavi arayışının bireyin içgörü düzeyi tarafından yordandığı, psikolojik iyi oluş ve belirtiler neticesinde işlevselliğinin bozulduğuna dair bireyin farkındalığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Söz konusu araştırmalar belirtilerin birey tarafından bir sorun olarak fark edilmesinin tedavi arayışı ve daha iyi bir prognoz için önemli olduğuna işaret etmektedir.

I.1.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Etiyolojisi & Risk Faktörleri

Son yıllardaki araştırmalar obsesif kompulsif belirtilere yalnızca klinik popülasyonlarda rastlanmadığını göstermektedir. (Ruscio ve diğ., 2010). Fineberg ve arkadaşları (2013a) tarafından yapılan bir araştırmada, genel popülasyonun %20'sinde OKB tanı ölçütlerini karşılamaksızın obsesif kompulsif belirtilerin görüldüğü bulunmuştur.

Fullana ve arkadaşları (2009) tarafından yürütülen toplum bazlı boylamsal bir çalışmada genel toplumda obsesif kompulsif bozukluğun yaygınlığı %2-3 arasında değişmekle birlikte, eşik altı obsesif kompulsif belirti yaygınlığının yaklaşık %25 olduğu ve çocukluk döneminde (11 yaşında) görülen obsesif kompulsif belirtilerin ilerleyen yıllarda OKB tanısı alma riski ve obsesyon-kompulsiyonlar hakkında tedavi arama davranışlarıyla anlamlı olarak ilişkili olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular ışığında karmaşık belirti türlerinin bir arada görülebildiği görece heterojen bir bozukluk olan OKB hakkında araştırmaların sürdürülmesinin OKB'nin etiyolojisinin daha iyi anlaşılmasında ve daha uygun şekilde sınıflandırılmasında önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir (Pittenger, Bloch ve Williams, 2011; Abramowitz, McKay ve Taylor, 2009).

Lochner ve Stein (2003), obsesif kompulsif bozukluğun heterojen yapısını anlamak için bozukluğu daha homojen bileşenlerini incelemenin belirtilerin ortaya çıkmasına neden olan temel mekanizmaları saptayarak daha etkili tedavi yöntemlerini geliştirilmesine katkı sağlayacağını vurgulamıştır. Bu bağlamda, bozukluğun başlangıç

yaşı, cinsiyetlerarası farklılıklar, eş tanı ve belirti görünimleri gibi değişkenler incelenerek bozukluğun homojen alt gruplarını anlamak amaçlanmaktadır (Lochner ve Stein, 2003; Miguel ve diğ., 2005; De Mathis ve diğ., 2008).

OKB'nin başlangıç yaşını tespit etmeye dayalı diğer çalışmalar incelendiğinde kesin bir başlangıç yaşı belirlenememekle birlikte 10 yaş öncesinde ve 37 yaş sonrasında tanı ölçütlerini tam olarak karşılayan yeni bireylere genellikle rastlanmadığını, başlangıcın genel olarak geç çocukluk ile erken ve orta yetişkinlik döneminde olduğunu, vakaların üçte ikisinin 22 yaş civarında ortaya çıktığını göstermektedir (Heyman ve diğ., 2001; Ruscio ve diğ., 2010; Fineberg ve ark., 2013a). Taylor (2011) tarafından yürütülen bir sistematik araştırmada OKB başlangıç yaşının iki tepeli(bimodal) bir dağılım gösterdiği ve erken başlangıç olarak adlandırılan grubun yaş ortalamasının 11 olduğu, geç başlangıç grubunun yaş ortalamasının ise 23 olduğu belirtilmiştir. Bu araştırma erken başlangıçla erkek cinsiyetin, daha ağır bir OKB tablosunun ve belirti yaygınlığının, tik bozukluklarıyla eş tanının ve birinci dereceden akrabalarda obsesif kompulsif belirtilerinin anlamlı olarak ilişkili olduğunu; erken ve geç başlangıcın OKB'nin iki ayrı alt grubunu oluşturduğunu desteklemiştir (Taylor, 2011). Heyman ve arkadaşları (2001) tarafından yürütülen epidemiyolojik araştırmada 5-15 yaş arasındaki çocuklarda obsesif kompulsif bozukluk yaygınlık oranının %0.25 olduğu, yaygınlığın ergenlik dönemi itibariyle hız kazanarak artmaya başladığı ve düşük sosyoekonomik düzey ile ilişkili bulunduğu belirtilmiştir. Dell'Osso ve arkadaşları tarafından (2016) yakın zamanda yapılan OKB'nin başlangıç yaşını ve klinik özelliklerini tespit etmeye yönelik geniş örneklemlili (ayaktan takip edilen 431 OKB tanılı birey) uluslararası bir çalışmada başlangıcın yetişkinlik öncesinde olduğu ve 5 hastadan 1'inin OKB belirtilerini çocukluk döneminde (12 yaş ve öncesi) göstermeye başladığı belirtilmiştir.

Obsesif kompulsif bozukluğun belirti görünümüne yönelik de birçok çalışma yapılmıştır. Fullana ve arkadaşlarının (2010) yaptığı toplum bazlı epidemiyolojik çalışmada yaşam boyu herhangi bir obsesif kompulsif belirti yaygınlığı %13, zarar verme/kontrol etme boyutu %8, somatik obsesyonlar %5 ve simetri/düzenleme boyutu %3 olarak bulgulanmış ve tüm belirti boyutları psikiyatrik rahatsızlıklar için artmış riskle

ilişkili bulunmuştur. Ülkemizde Karakuş ve Tamam (2017) tarafından psikiyatri servisinde yatarak tedavi gören OKB tanısı almış bireylerle yürütülen çalışmada en yaygın görülen obsesyonun kirlenme (%66.2), en yaygın kompulsiyonun ise temizlik olduğu, kadın ve erkekler arasında obsesif kompulsif belirtilerin başlama yaşları arasında anlamlı fark olmadığı ancak başlangıç ve tedaviye ilk başvuru arasında geçen sürenin kadınlarda anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

OKB'nin heterojen yapısını anlamaya yönelik yürütülen bu çalışmalar etiyolojisini saptamak için de fayda sağlamıştır. Bu alanda yürütülen birçok çalışma obsesif kompulsif bozukluğun oluşmasında genetik, biyolojik, psikolojik ve çevresel faktörlerin bir arada rol oynayabildiğini göstermektedir (Kim ve Kim, 2006). Obsesif Kompulsif Bozukluğun etiyolojisini açıklamaya yönelik biyolojik ve genetik faktörler incelendiğinde beynin farklı bölümlerindeki yapısal ve aktivite bakımından farklılıklar ve çeşitli genlerin etken olabileceği belirtilmektedir (Kim ve Kim, 2006; Pauls, 2010; Pittenger, Bloch ve Williams, 2011; APA, 2013). OKB'nin genetik bileşenini açıklamaya yönelik nörokimyasal çalışmalarda temel olarak serotonin ve dopamin yollarının aktivasyonuna odaklanılmış ve bazı olumlu sonuçlar elde edilmiştir (Pauls, 2010; Öztürk ve Uluşahin, 2018). Beyindeki yapısal ve aktivasyonel farklılıklara odaklanan çalışmalar singulat gyrus, bazal ganglion ve prefrontal kortekste hasarların, anterior singulat korteks bölgesinin beyaz maddesindeki farklılaşmaların, amigdala, kaudat nukleus ve orbitofrontal korteksin hacimlerindeki azalmanın ve talamus, anterior singulat korteks, striatum ve orbitofrontal kortekste artmış aktivite düzeyinin OKB etiyolojisinde rol oynayabileceğini ortaya koymaktadır ancak daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır (Robinson ve diğ., 1995; Szeszko ve diğ., 1999; Szeszko ve diğ., 2005; Guehl ve diğ., 2008; Öztürk ve Uluşahin, 2018).

OKB alanında uzun yıllar boyunca yapılan ikiz çalışmalarının incelendiği bir derleme çalışmasında çocuklarda obsesif kompulsif belirtilerin genetik bir bileşeninin olduğu ve kalıtsal yönünün %45-65 arasında değişebileceği, yetişkinlerde ise genetiğin rolünün %27-47 arasında olabileceği ortaya konmuştur (Van Grootheest, Cath, Beekman ve Boomsma, 2005). Pauls (2008) tarafından yapılan bir derleme çalışmasında OKB tanılı

yetişkin bireylerin biyolojik yakınlarında obsesif kompulsif bozukluğun ve belirtilerin yaygınlık oranının kontrol grubunun biyolojik yakınlarındaki yaygınlık oranına göre 2 kat daha fazla olduğu, OKB tanılı çocuk ya da ergen grubunda ise bu oranın kontrol grubunun biyolojik yakınlarına kıyasla 10 kat fazla olduğu belirtilmiştir.

Ancak aile, genetik aktarımın yanı sıra çevresel ve kültürel faktörlerin ebeveynlik tutumları ve davranışları yoluyla aktarılmasında rol oynadığı için etiyoloji araştırılırken bu yönün dikkate alınması önemlidir (Nestadt ve diğ., 2000; Kim ve Kim, 2006). Aşırı korumacılığın ve kontrolün baskın olduğu, katı ve eleştirel tutumların ön plana çıktığı ebeveyn tutumlarının OKB açısından risk faktörü olarak değerlendirilebileceği vurgulanmıştır (Hibbs ve diğ., 1991; Merkel, Pollard, Wiener ve Staebler, 1993; Cavedo ve Parker, 1994; Alonso ve diğ., 2004). Ayrıca içinde bulunulan kültürün ve ebeveynlerin titizliğe, kuralcılığa ve disipline yönelik aşırı değer verici ve onaylayıcı tutumlarının OKB gelişimi açısından risk teşkil edebileceği ifade edilmiştir (Öztürk ve Uluşahin, 2018). Obsesif kompulsif bozukluk belirli bir kültür ve çağa özgü olmamakla birlikte kültür, din, bölge etkisi ve bozukluğun heterojen yapısıyla birlikte obsesyonel düşüncelerin içeriği ve belirtilerin görünümü bireyler arasında farklılaşabilmektedir (Williams, Chapman, Simms ve Tellawi, 2017; Öztürk ve Uluşahin, 2018). Örneğin Doğu Asya örneklemiyle yapılan çalışmalarda kirlenme ve simetri obsesyonları ön plana çıkarken, Hindistan örnekleminde kirlenme ve patolojik şüphe, Latin Amerika örnekleminde ise kirlenme ve saldırganlığın en yaygın belirti türleri olduğu belirtilmiştir (Williams ve diğ., 2017).

I.1.4. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Prognozu ve Tedavi Yöntemleri

Obsesif kompulsif bozukluğun dünya çapında bireyi en çok işlevsizleştiren 10. Bozukluk olduğu ifade edilmiştir (Lopez ve Murray, 1998). Özellikle eş tanı söz konusu olduğunda ve uygun tedavi koşulları sağlanamadığında bireyin psiko-sosyal işlevselliğini, yakın ilişkilerini ve hem kendisi hem de yakınlarının yaşam kalitesini önemli ölçüde bozabildiğini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Koran, 2000; Eisen ve diğ., 2006; Srivastava ve diğ., 2011; Macy ve diğ., 2013; Subramaniam ve diğ., 2013). OKB, belirtilerin yoğunluğunun artıp azaldığı dönemler olmasına karşın genel olarak

kronik bir bozukluk olarak seyretmesi, başlangıç ve tedavi başvurusu arasında genellikle uzun yıllar olması ve bireyin ailesi, ilişkisi ve işiyle ilgili sorunlar yaşaması nedeniyle işlevselliğin önemli ölçüde bozulmasına yol açabilmektedir (Morrison, 2017; Öztürk ve Uluşahin, 2018). Ruscio ve arkadaşlarının (2010) yaptığı çalışmada yaşam boyu görülme sıklığının %2 civarında olduğu belirtilmiştir. Obsesif bozuklukta içgörü düzeyi de gidişata etki edebilmektedir ve düşük içgörü düzeyi genellikle artmış belirti düzeyi, daha uzun hastalık dönemleri, tedaviye düşük yanıt ve kötü prognoz ile ilişkilendirilmektedir (Ravi Kishore ve diğ., 2004; Jakubovski ve diğ., 2011; Morrison, 2017).

Bu konuda yürütülen çalışmalar incelendiğinde, %78'inde eş tanı olarak bir anksiyete bozukluğu bulunan OKB hastalarıyla yürütülen klinik örnekleme dayalı 15 yıllık bir boylamsal çalışmada remisyon oranlarının zamanla artma eğilimi gösterdiği ve çalışmada 1 yılda %16, 5 yılda %25, 10 yılda %31, 15 yılda %42 oranında remisyon görüldüğü bulgulanmıştır (Marcks, Weisberg, Dyck, ve Keller, 2011). Aynı çalışmada remisyon sonrası nüks oranlarında 1 yıl sonra %7, 3 yılda %15, 5 yıl sonrasında %25 civarında olduğu bildirilmiştir (Marcks ve diğ., 2011). Komorbid majör depresif bozukluğun varlığının da OKB'nin tam iyileşme ihtimalini anlamlı olarak negatif yönde etkilediği, OKB+MDB grubundaki iyileşme oranının 15 yıl sonra %20 iken MDB tanısı bulunmayan grubun iyileşme oranının %51 olduğu bulgulanmıştır (Marcks ve diğ., 2011). Başka araştırmalarda da depresif bozuklukların ve anksiyete bozuklukları eş tanısının hastalığın gidişatını ve tedaviye verilen yanıtı azalttığı desteklenmiştir (Rickelt ve diğ., 2016; Pallanti, Grassi, Sarrecchia, Cantisan ve Pellegrini, 2011). Otuz yıl boyunca yürütülen boylamsal bir çalışmada ise OKB'de remisyon bakımından daha yüksek oranlar bulunmuş ve OKB'nin orta yaş sürecinde yaygınlığının azaldığı belirtilmiştir (Fineberg ve diğ., 2013b). Bu çalışmada OKB tanılı bireylerde remisyon oranının %63.4, obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireylerde ise %81.5 gibi yüksek remisyon oranları ortaya konmuştur (Fineberg ve diğ., 2013b). Geç iyileşme ya da iyileşememe oranları ise daha uzun hastalık dönemi, profesyonel yardım arayışı, anksiyete ve duygudurum bozukluğu gibi eş tanı oluşturan bozukluklarla ilişkili bulunmuştur (Fineberg ve diğ., 2013b). Skoog G. ve Skoog I. (1999) tarafından yürütülen 40 yıllık bir boylamsal çalışmada ise hastaların

ancak %20'sinin tamamen iyileşme gösterdiği, çoğunluğunsa belirtilerin artıp azaldığı dönemler deneyimlediği belirtilmiştir.

OKB'nin erken başlangıcının başka rahatsızlıklarla eş tanı ve daha iniş çıkışlı rahatsızlık dönemleri bakımından daha yüksek risk teşkil ettiği ifade edilmiştir (Kempe ve diğ., 2007; de Mathis ve diğ., 2008). Clark (2004) stresli yaşam olaylarının OKB belirtilerinde artışla ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Obsesif kompulsif bozukluktaki tedavi yöntemlerine bakıldığında ilaç tedavisi ve bilişsel davranışçı terapiler öne çıkmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2018). İlaç tedavisinde antidepresan türü ilaçlar ön plana çıkarken psikolojik tedavi yöntemlerinde tepki engellemeli maruz bırakma ve bilişsel yeniden yapılandırma teknikleri yaygın olarak kullanılmakta ve obsesif kompulsif belirtilerin azaltılmasında başarılı sonuçlar alınmaktadır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2017; Rosa-Alcázar, Sánchez-Meca, Gómez-Conesa ve Marín-Martínez, 2008; Frost & Steketee, 2002).

I.2. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler

Diğer bireylerle daha yakın ve samimi nitelikte ilişkiler kurabilmenin bireylerin iyi oluş hallerinin, yeterli nitelikte ilişkiler kuramayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Ryan ve Deci, 2001). Benzer şekilde Mikulincer & Florian (1998) tarafından tatmin edici ve dengeli ilerleyen yakın ilişkilerin bireyin deneyimlediği çeşitli yaşam olayları karşısında genel bir dayanıklılık unsuru olarak rol oynadığı ifade edilmiştir. Öte yandan, yeterli düzeyde ilişki bağı kurulamaması ve ilişkiden yeterli doyum sağlanamaması bireyin psiko-sosyal işlevselliğinin bozulmasına ve çeşitli fiziksel rahatsızlıklara yol açabilmektedir (Baumeister ve Leary, 1995).

Obsesif kompulsif bozukluk yaşayan bireylere bakıldığında rahatsızlığın getirdiği sıkıntı yaratan düşünsel meşguliyetler ve hissedilen baskıyı azaltmak adına yerine getirilen kompulsif davranışlar nedeniyle bireyin partneriyle duygusal yakınlık kurmakta ve partneriyle düşüncelerini paylaşmakta sıkıntı yaşayabileceği ve bu nedenle ilişkideki yakınlık duygusunun dolaylı veya doğrudan zedelenebileceği belirtilmektedir (Koran, 2000; Newth ve Rachman, 2001; Abbey, Clopton ve Humphreys, 2007).

Daha önce bahsedildiği gibi oldukça heterojen bir bozukluk olan obsesif kompulsif bozukluğun belirti alanları bakımından bireyler arasında geniş farklılıklar görülebilmektedir ve görece yeni çalışılmaya başlanan bir teması yakın ilişkilerdir (Abramowitz, McKay ve Taylor, 2008; Doron, Derby, Szepsenwol ve Talmor, 2012a). Doron ve arkadaşları yürüttükleri çalışmalarda bireyin yakın ilişkilerini (örn: romantik ilişki, partner, ebeveyn, evlat, Tanrı vb.) hedef alan tekrarlayıcı ve zorlayıcı düşünceleri ve bu alanlarda yaşanan sıkıntıyı geçici de olsa gidermek için sürdürülen kompulsif davranışları İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Bozukluk olarak tanımlamıştır (Doron, Derby, Szepsenwol ve Talmor, 2012a; Doron, Derby ve Szepsenwol, 2014a). Klinik ve toplum örnekleriyle yapılan çeşitli çalışmalar ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle obsesif kompulsif bozukluk belirtileri arasında orta düzeyli ilişki olduğunu göstermiş ve bu belirtilerin obsesif kompulsif bozukluğun farklı bir alt belirti türü olduğunu desteklemiştir (Doron ve diğ., 2012a, 2014a, Doron, Derby, Szepsenwol, Nahaloni ve Moulding 2016b; Trak, 2016). Bu belirtiler bireyin depresif duygudurum, anksiyete ve diğer OKB belirtileriyle kişisel olarak ve ilişki doyumu, cinsel doyum gibi alanlarda ikili ilişkilerinde güçlükler yaşamasıyla ilişkili bulunmuştur (Doron ve diğ., 2012a, Doron, Derby, Szepsenwol ve Talmor 2012b; Doron, Mizrahi, Szepsenwol ve Derby, 2014b).

İlişki odaklı obsesif kompulsif bozukluğun iki alt tipi bulunmakta olup bunlardan ilki doğrudan romantik ilişkinin kendisine yönelik obsesif düşünceleri ve bazı kompulsiyonları içerirken ikinci alt tip bireyin partnerini ve partnerinin görünümü, ahlak, zekâ ve sosyal beceri düzeyi gibi alanları hedef alan obsesif meşguliyetleri ve kompulsiyonları içermektedir ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler olarak tanımlanmıştır (Doron ve diğ., 2012a, 2012b). Bu tez çalışmasında ise bireyin romantik ilişkisine yönelik obsesif kompulsif belirtilerine odaklanılacaktır.

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ilişkinin doğruluğuna, bireyin partnerine yönelik duyduğu sevgi ya da partnerinin bireye duyduğu sevgiye yönelik aşırı meşguliyeti ve obsesif şüpheleri içermektedir (Doron ve diğ., 2012a). Söz konusu şüpheler bireyin öznel yaşantısı ve değerleriyle çelişerek benliğiyle uyumsuz ve girici

nitelikte algılanmakta ve işlevselliğinde bozulmaya yol açmaktadır. (Doron ve diğ., 2012a, 2012b, 2014a). Örneğin birey partnerini sevdiğini bildiği halde zaman zaman girici nitelikteki “Doğru kişi o mu?” “Onu gerçekten seviyor muyum?” “Bana olan hisleri gerçek mi?” gibi kendisinde oldukça rahatsızlık yaratan düşünceler bildirmektedir. Doron ve arkadaşları (2012a) tarafından yürütülen araştırmada romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin romantik ilişkiye memnuniyetsizliği ve genel depresyon düzeyini yaygın OKB belirtilerinden, ilişkiye dair güvensizlik düzeyinden ve diğer ruhsal sağlıkla ilgili değişkenlerden anlamlı olarak daha fazla yordadığı bildirilmiştir. Özellikle romantik ilişkilerin başlangıç dönemlerinde bu tür şüphe ve kaygı duyguları normal olarak kabul edilmektedir ancak romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonların birey tarafından rahatsızlık verici, mantıksız, istenmeyen ve kabul edilemez olarak algılandığı, yoğun düzeyde utanç ve suçluluk duygularına yol açtığı ve hem kendisi hem de partneri açısından sıkıntı yaratmakta olduğu belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2012a, 2014a, 2014b). İlişki odaklı obsesif belirtilerin diğer OKB belirtilerinde olduğu gibi düşünce, görüntü ya da dürtü biçiminde deneyimlenebildiği ve süregiden ya da geçmişteki bir romantik ilişkiyle ilgili olabileceği belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2014a, 2016b; Doron ve Derby, 2017). Söz konusu belirtiler şu anda devam etmekte olan romantik ilişkiye yönelik olduğunda bireyin daha fazla sıkıntı yaşadığı bildirilmektedir (Doron ve diğ., 2014a).

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin duygudurum, anksiyete ve genel OKB belirtileri gibi problemlerle ve ilişki açısından flört şiddeti, cinsel ve ilişkiye yönelik memnuniyetsizlik gibi çeşitli sorunlarla ilişkili olduğu çeşitli çalışmalarca ortaya konmuştur (Doron ve diğ., 2012a, 2012b, 2012c, 2014b; Brandes, Stern ve Doron, 2020). Bazı tetikleyiciler sonrası oluşan obsesyonların yarattığı sıkıntıyı gidermek adına bireyin partnerine ve ilişkisine dair hislerini ve düşüncelerini tekrar tekrar kontrol etme, bu düşüncelere kapıldığı için sık sık öz-eleştiri yapma, çeşitli sosyal etkinliklerden kaçınma, partneriyle mutlu oldukları anları sıklıkla gözünde canlandırarak kendini rahatlatma (nötralizasyon), ilişkinin doğruluğuna dair başkalarından onay arama yada ilişkisini başkalarının ilişkileriyle kıyaslama gibi çeşitli kompulsif davranışlara yöneldiği bildirilmiştir (Doron ve diğ., 2012a; 2012b, 2014a, 2017). Bu kompulsiyonlar bireyin gün

içerisinde birkaç saatini alabilmekte ve kısa süreliğine rahatlamayı sağlasa da paradoksal olarak belirtilerin sıklığında ve şiddetinde artışa yol açmaktadır (Doron ve diğ., 2012a, 2017; Doron ve Szepeswol 2015).

İlişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler obsesif kıskançlık kavramıyla ilişkili olabilmektedir. Ancak obsesif kıskançlık kavramı partnerin olası sadakatsiz davranışları, aldatmanın ve olası bir üçüncü kişinin varlığına dair şüpheleri içerirken ilişki odaklı obsesyonlar ilişkiyi merkezde tutar ve olası bir üçüncü kişinin varlığını ya da partnerin aldatmaya yönelik davranışlarını izlemeyi ya da kontrol etmeyi içermez (Doron ve diğ., 2014a). Ancak ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki artışın obsesif kıskançlık belirtilerindeki artışla ilişkili olabileceği ve iki kavram arasında ilişki alanda daha yüksek duyarlılık düzeyine sahip olma gibi ortak yatkinlik faktörleri olabileceği belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2014a).

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin özelliklerini belirlemeye yönelik çalışmalar çoğunlukla klinik gözlemler ve Doron ve arkadaşları tarafından yürütülen araştırmalara dayanmaktadır (Doron ve diğ., 2012a, 2012b, 2013, 2014a, 2016a). Bu gözlemler niteliğinde bu belirtilerin çoğunlukla romantik ilişkilerin daha fazla derinlik ve önem kazanmaya başladığı beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişkinin başlangıcı itibarıyla başladığı bazen evlenme ya da ebeveyn olmaya karar verme öncesi ya da romantik ilişkinin bitmesi sonrası gibi önemli yaşam olaylarıyla tetiklenebildiği belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2014a). Doron ve arkadaşları (2014a) klinik deneyimleri sırasında bireylerin ayrılık sonrasında beliren girici düşüncelerini eski partnerinin kendileri için aslında doğru kişi olduğu ve kendilerinin bu şansı kaybettiği şeklinde ifade ettiklerini bildirmişlerdir. Bu tür obsesif düşünceleri ise ilişkinin neden bittiğine dair sebepleri kendine sıklıkla hatırlatma ya da bu düşüncelere gelecekte tekrar maruz kalmamak ve olası ilişkisini bu tür düşünceler nedeniyle yıpratmamak adına yeni romantik ilişkilere başlamaktan uzun süre kaçınma gibi kompulsif nitelikteki davranışlar izleyebilmektedir (Doron ve diğ., 2014a). Geçmişte yürütülmüş birçok çalışmada ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konmuştur (Doron ve diğ., 2012b, 2013, Trak, 2016, Yıldırım, 2017; Abak, 2019; Balcı,

2021). İlişki süresi bakımından ise Doron ve arkadaşlarının (2012b, 2013) çalışmalarında anlamlı farklılaşma bulunmazken, ilişki odaklı obsesif belirtilerin ilişki süresi arttıkça anlamlı olarak azaldığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Trak, 2016; Abak, 2019; Yıldırım, 2017).

Daha önce belirtildiği gibi tatmin edici yakın ilişkiler kurmak bireyin genel iyi oluş hali üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir ve romantik ilişkililer bağlamında genel ilişki doyumunun ve cinsel doyumun algılanan ilişki kalitesini etkileyen faktörlerden olduğu ifade edilmiştir (Mikulincer ve Florian 1998; Ryan ve Deci 2001; Mikulincer ve Shaver, 2007). İlişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle romantik ilişki doyumu ve cinsel doyum üzerine yürütülen bir çalışmada güvensiz bağlanma örüntüleri, depresyon, endişe ve yaygın OKB belirtileri kontrol edildiğinde ve değişkenler arasında anlamlı olarak negatif yönde bir ilişki olduğu, ilişki obsesyon ve kompulsiyonları arttıkça algılanan cinsel doyumun azaldığı ve bu ilişkiye algılanan ilişki doyumunun aracılık ettiği bulgulanmıştır (Doron ve diğ., 2014b). Ancak araştırmanın korelasyonel yapısı ve romantik ilişkilerdeki dinamikler göz önüne alındığında bulguları çift yönlü olarak değerlendirmek önemlidir yani düşük cinsel doyum ya da ilişki doyumu da ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilerdeki artışla ilişkili olabilir (Doron ve diğ., 2014a, 2014b). Bir başka çalışmada genel OKB belirtileri, depresyon, düşük öz güven düzeyi ve bağlanma örüntüleri kontrol altında tutulduğunda dahi ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Doron ve ark., 2012a). Ghomian ve Shaeiri ve Farahani'nin (2019) yılında 459 evli üniversite öğrencisiyle yürüttüğü romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ölçeğinin İran popülasyonuna uyarlanması çalışmasında ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile evlilik uyumu arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki olduğu, depresyon ve anksiyete düzeyleri arasında ise pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur.

Doron ve arkadaşları (2016b) tarafından yürütülen klinik örnekleme dayalı bir çalışmada ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren grup, yaygın OKB belirtilerini gösteren grup ve herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan kontrol grubu karşılaştırılmış ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireylerin olduğu grubun ilişkiye ve partnerine yönelik obsesif kompulsif belirtileri diğer iki gruptan

anlamli olarak daha yuiksek duzeyde deneyimledikleri, OKB ve kontrol grubu arasinda ise anlamli farklilik bulunmadigi ortaya konulmustur. Bu bulgu iliski odakli obsesif kompulsif belirtiler gosteren grubun diger OKB belirtilerini gosteren gruptan farklilastigini da desteklemektedir. Ote yandan, islevsellik duzeyindeki bozulma, depresif belirtiler, algılanan stres duzeyi ve obsesif meşguliyetlere dair kontrol ihtiyacı bakımından iliski odakli obsesif kompulsif belirtiler gosteren bireyler ile diger OKB belirtilerini gosteren bireyler arasinda oncelki calismalarla tutarli olarak anlamli bir farklilik bulunamamis ve bu alanlardaki puanlar iki tan grubunda da kontrol grubuna kiyasla daha anlamli olarak yuiksek duzeyde bulunmustur (Doron ve dig., 2016b).

Romantik iliskiler gibi yakin iliskileri hedef alan girici dusuncelerin, guvensiz baglanma oruntuleri gosteren ve soz konusu benlik alanlarında hassasiyeti olan bireylerin islevsel olmayan inanclarini ve OKB belirtilerini tetikleyebilecegine isaret edilmektedir (Doron, Szepeswol, Derby ve Naholoni, 2012c). Bu alanda yurutulen bir calismada kaygili baglanma oruntusunun ve benlik degerinin romantik iliski uzerinden degerlendirilmesinin bireyde birlikte deneyimleniyor olmasi “cifte iliskisel hassasiyet” (double-relationship vulnerability) olarak adlandirilmis ve iliski odakli obsesif kompulsif belirtilerin olusmasinda ve surdurulmesinde bir yatkınlık faktörü olarak degerlendirilebilecegi belirtilmistir (Doron, Szepeswol, Karp ve Gal, 2013).

1.2.1. Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerin Bilişsel Model Doğrultusunda İncelenmesi

Alanyazındaki calismalar OKB’de yaygin olarak gorulen bilişsel yanlılıkların, islevsel olmayan inancların ve bunlara bagli olarak dusuncelerin yorumlanışındaki carpıklıkların obsesyonların ortaya cikmasına, surdurulmesine ve cesitli kompulsif davranışlarla sıkıntının giderilmeye calışılmasına etki ettiğini gostermektedir (Salkovskis, 1985; Rachman, 1997; Doron ve Kyrios, 2005; Doron, Kyrios, & Moulding, 2007; Storch, Abramowitz ve Goodman, 2008; Clark ve Beck, 2010). Obsesif kompulsif bozuklukta gorulen bazı mukemmeliyetçi eğilimler, abartılı tehdit ongorusu, belirsizliğe

tahammülsüzlük, düşünceye ve düşüncenin anlamına aşırı önem verme gibi çeşitli inanışların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişmesinde ve sürdürülmesinde etkili oldukları yapılan çalışmalarca desteklenmiştir (Doron ve ark., 2012a, 2012b, 2014a, Melli, Carraresi ve Doron, 2014; Yıldırım, 2018; Toroslu 2020). Örneğin romantik ilişkiye yönelik obsesif belirtiler gösteren birey zihninde beliren “Acaba doğru ilişkide miyim? Partnerim beni gerçekten seviyor mu?” gibi girici düşüncelerine aşırı önem atfederek ya da bunların zihninde belirmesini bir şeylerin yanlış gittiğine dair kanıt olarak değerlendirerek bu konudaki obsesif meşguliyetlerini ve çeşitli kompulsif davranışlarını arttırabilir (Doron ve diğ., 2014a). Bu alanda yürütülen çalışmalar ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri etkileyen bazı diğer faktörlerin güvensiz bağlanma örüntüleri, kişilik özellikleri, benlik değeri, özgüven düzeyi, ilişkiye dair işlevsel olmayan inançlar, aile ve sosyal çevre gibi değişkenlerin olabileceğine işaret etmiştir (Doron ve diğ., 2012a 2012b, 2012c, 2013, 2014a).

Daha önce değinildiği gibi bireyin hem kendisi hem de partneri bakımından sıkıntı verici olan ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin tedavisinde diğer obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin tedavisinde olduğu gibi bilişsel ve davranışsal müdahale tekniklerinin bir arada kullanılmasının faydalı olabileceği belirtilmektedir (Doron ve diğ., 2014a; Doron ve Derby, 2017). Tedavinin içeriğinde işlevsel olmayan düşünce biçimlerinin, yalnız kalmaya ya da yanlış ilişkide olmaya dair felaketleştirici inançların, benlik algılarının, güvensiz bağlanma örüntülerinin fark edilmesi ve bunları daha işlevsel hale getirmek için çeşitli bilişsel ve davranışsal çalışmaların yapılmasının ve problem çözme becerilerinin geliştirilmesinin bireyin deneyimlediği romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle etkili şekilde başa çıkabilmesine fayda sağladığı bildirilmiştir (Doron, ve diğ., 2014a, 2016b; Doron ve Derby, 2017).

Cerea ve arkadaşları (2020) tarafından yürütülen bir çalışmada ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri ve bu alandaki işlevsel olmayan bilişleri değiştirmek için BDT temelli bir mobil müdahale uygulaması geliştirilmiş ve 1 ay süreyle katılımcıların günlük olarak uygulamayı kullanması sağlanmıştır. Araştırma sonucunda eşik altı düzeydeki ilişki odaklı OKB yaşayan bireylerin belirtilerinde ve obsesif inançlarında orta

ila yüksek düzeyde etki büyüklüğünde azalma meydana geldiği ve bu azalmanın iki hafta sonraki kontrolde de korunduğu ortaya konmuştur (Cerea ve diğ., 2020).

Yukarıda bahsedilenlerden hareketle, görece yeni çalışılmaya başlanan bu belirti türünün etiyojisine, risk faktörlerine ve tedavi yöntemlerine dair daha fazla çalışma yürütülmesinin hem obsesif kompulsif bozukluğun hem de bireyleri işlevsizleştiren ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin daha fazla anlaşılabilmesi için faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda ilgili alanyazın dikkate alınarak hem OKB hem de ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin başlangıcında ve sürdürülmesinde etkili olduğu düşünülen obsesif inançların, gelişimsel hassasiyet faktörlerinden güvensiz bağlanma örüntülerinin ve genel ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcılığı incelenecektir (Doron ve Kyrios, 2005; Doron, Moulding, Kyrios, Nedeljkovic ve Mikulincer, 2009; Doron, Moulding, Nedeljkovic, Kyrios, Mikulincer ve Sar-El, 2012d; Doron ve diğ., 2012a, 2015). İlerleyen başlıklarda romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde etkisi olduğu düşünülen bağımsız değişkenler ilgili literatür üzerinden tanıtılacak ve söz konusu değişkenlerin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisine yönelik geçmiş çalışmalara yer verilecektir.

1.3. Bağlanma Kuramı

İlk olarak John Bowlby tarafından kavramsallaştırılan Bağlanma Kuramına göre, bağlanma meydana gelebilecek çeşitli fiziksel ve psikolojik tehlikelerden korunmak amacıyla bebeğin temel bakımveren kişiye yönelik yakınlık arayışı olarak tanımlanabilir (Bowlby, 1969). Psikobiyolojik bir sistem olan bağlanma sisteminin bir tehdit söz konusu olduğunda bebeğin ağlama gibi davranışsal belirtiler göstererek temel bakımverenin yakınında olabilmesine ve böylece hayatta kalabilmesine destek olan uyumsal bir yönü söz konusudur (Bowlby, 1982). Süreç içerisinde bir örüntü göstermeye başlayan bu yakınlık arayışı ve bağlanma figürünün bu yakınlık arayışına duyarlılık bakımından tepki biçimi ve düzeyinin gelişecek bağlanma örüntüsünde bireysel farklılıkların oluşmasıyla ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Bowlby, 1982).

Bağlanma figürünün ulaşılabilirliğinin ve bebeğe yönelik duyarlılık düzeyinin bebeğin çeşitli duygusal deneyimlerini anlamlandırabilmesinde ve duygularını düzenleyebilmesinde önemli bir rolü olduğu belirtilmiştir (Bowlby, 1969, 1973). Söz konusu etkileşimin kalitesi, temel bakımverenin bebeğin duygusal sinyallerine uyumlanabilme düzeyi, bebeğin kendisi ve dünya hakkında ‘içsel çalışma modelleri’ denilen genellenmiş bir bilişsel ve duygusal bir yapının oluşmasını sağlar (Bowlby, 1969, 1973, 1980). İçsel çalışma modelleri bireyin benliği ve dünya hakkındaki inançlarını, destek ve korunma ihtiyaçlarının ve diğerlerinden beklentilerinin ne ölçüde karşılanacağına dair inançları ve temsilleri içeren genel ve kompleks bir yapı olarak tanımlanabilir (Bowlby, 1980; Mikulincer ve Shaver, 2007). İçsel çalışma modelleri bebek tarafından zamanla içselleştirilen sembolik temsiller üzerinden kendisinin güvenlik ve destek duygularının destekleneceğine dair inanışlarını oluşturarak genel bağlanma örüntüsünü şekillendirmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007).

Bağlanma örüntüleri temel olarak güvenli ve güvensiz(kaygılı, kaçınan) bağlanma olarak kategorilendirilmiştir (Brennan, Clark ve Shaver, 1998). Bu temsiller yoluyla güvenli bağlanma örüntüsü temel bakımverenin bebeğin destek ve korunma ihtiyacı karşısında fiziksel ve duygusal açıdan ulaşılabilir ve destekleyici bir figür olarak bulunacağına, güvensiz bağlanma örüntüsü ise bu ihtiyaçlar karşısında fiziksel veya duygusal olarak tutarsız, mesafeli ya da reddedici olacağına dair inanç ve beklentileri içeren örüntüler olarak kavramsallaştırılmıştır (Mikulincer ve Shaver, 2003; Brennan, Clark ve Shaver, 1998, Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bir birey kendisi hakkında sevilir ve yeterli olduğuna dair bir benlik yapısı geliştirebilirken güvensiz bağlanma örüntüsünün sevilmezlik, yetersizlik ve değersizlik gibi daha olumsuz benlik yapılarıyla ilişkili olduğu belirtilmiştir (Bowlby, 1969; Brennan, Clark ve Shaver, 1998). Yıllar içerisinde yürütülen birçok çalışma bağlanma örüntülerinin zaman içerisinde genel olarak süreklilik gösterme eğiliminde olduğu desteklenmiştir (Kirkpatrick ve Hazan, 1994; Hamilton, 2000; Fraley, Vicary, Brumbaugh ve Roisman, 2011).

I.3.1. Yetişkinlikte Bağlanma

Yukarıda bahsedildiği gibi, yürütülen çeşitli çalışmalar bebek ve bağlanma figürü arasında gelişen bağlanma örüntüsünün yapısının yaşam boyu süreklilik gösterme ve gelecekteki yakın ilişkilerin duygusal ve davranışsal dinamiğini etkileme eğiliminde olduğunu desteklemektedir (Bowlby 1973,1988; Feeney & Noller, 1990, Waters, Merrick, Treboux, Crowell ve Albersheim, 2000; Fraley ve Shaver, 2000). Bowlby (1969,1980,1982) tarafından temelleri atılan ve Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çalışmalarıyla oldukça geliştirilen bağlanma kuramı, ilerleyen yıllarda temel bakımveren ile bebek arasında kurulan duygusal bağın bireyin yetişkinlik dönemine yansımalarına da odaklanmaya başlamıştır. Yetişkin bağlanma örüntüleri olarak adlandırılan kavramla bireyin erken dönemde temel bakımvereni ile arasındaki ilişkide içselleştirilmiş olan temsillerin, içsel çalışma modelleri yoluyla yetişkinlik dönemindeki yakın/romantik ilişkilerine dair istek, biliş, duygu ve davranış örüntülerinde kendisini göstermesi kastedilmektedir (Sroufe, Egeland, ve Kreutzer, 1990; Fraley ve Shaver, 2000; Shaver ve Mikulincer, 2002; Mikulincer ve Shaver, 2007).

Hazan ve Shaver (1987) tarafından bu alanda yürütülen araştırmalarda romantik partnerler arasında da bebek-temel bakımveren ilişkisindeki dinamiklere benzer bir bağlanma sürecinin geliştiği ve yetişkin bağlanma örüntülerinin Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) modeliyle paralel olarak güvenli, kaygılı-ikircikli ve kaçınan bağlanma olarak ayrımlanabileceği ortaya konulmuştur. Bu alanda yürütülen birçok çalışma güvensiz bağlanma örüntülerinin temel olarak kaygılı-ikircikli ve kaçınan bağlanma olarak iki kategoride ölçümlenebileceğini desteklemektedir (Brennan, Clark ve Shaver, 1998, Mikulincer ve Shaver, 2007). “Kaygılı-ikircikli bağlanma” örüntüsüne sahip bireyler sevillebilirliğe ve reddedilmeye dair inançlarındaki hassasiyete bağlı olarak, ihtiyaç duyduklarında romantik partnerlerinin erişilebilir ya da destekleyici olmayacağına yönelik yoğun endişeler yaşama ve bu güvensizlikler karşısında ortaya çıkan olumsuz duygularını düzenlerken partnerinden yüksek düzeyde onay, ilgi, sevgi bekleme gibi hiperaktivasyon stratejilerini kullanma eğilimi gösterebilmektedirler (Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007; Mikulincer ve Florian, 2001; Brennan, Clark ve Shaver, 1998).

“Kaçınan bağlanma” örüntüsüne sahip bireyler ise partnerinin güvenilmezliğine dair inançlarına bağlı olarak duygusal mesafeyi koruma, yakınlık ihtiyacına dair duygu ve düşüncelerini görmezden gelme ya da inkâr etme gibi deaktivasyon stratejilerini kullanma eğilimi gösterebilmektedirler (Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007; Mikulincer ve Florian, 2001). Güvenli bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin ise kişilerarası ilişkilerinde yukarıda tanımlanan özellikleri daha az sergilediği ve genel olarak romantik partnerine ve ilişkilerine yönelik daha olumlu tutumlar sergileme eğilimi gösterdiği belirtilmiştir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007).

Yukarıda bahsedilen ortak faktörlerin yanı sıra romantik partnerler arasındaki bağlanma örüntüsünü bebek-temel bakımveren ilişkisindeki bağlanma örüntüsünden ayıran iki temel faktör bulunmaktadır (Hazan ve Selçuk, 2015). İlk olarak romantik partnerler arasındaki duygusal bağ çocukluk dönemindekine kıyasla, bakım alma-verme bakımından daha fazla karşılıklı etkileşime dayanarak duyguların düzenlenmesiyle sürdürülmektedir. İkinci olarak cinsellik faktörü de duygusal bağa ek olarak romantik partnerler arasındaki bağlanma örüntüsünün şekillenmesinde rol oynamaktadır (Hazan ve Selçuk, 2015). Ancak genel olarak değerlendirildiğinde yakınlık arayışı ve duygu düzenleme faktörleri üzerinden yetişkin bağlanma örüntüsü erken dönemdeki bağlanma örüntüsü ile benzer bir yapı göstermektedir (Owens ve diğ., 1995; Mikulincer ve Shaver, 2008).

1.3.2. Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji İlişkisi

Bağlanma kuramı ortaya atıldığı dönemden itibaren oldukça ilgi çekmiş ve alanyazında çeşitli konularla ve psikopatolojilerle ilişkisi incelenmiştir. Bu alanda yürütülen çalışmalar güvenli bağlanmanın çeşitli psikopatolojiler karşısında bir dirençlilik faktörü olabileceğini, güvensiz bağlanma örüntülerinin ise psikopatolojiye yatkınlaştırıcı ve patolojiyi sürdürücü bir unsur işlevi görebileceğini ortaya koymuştur (Mikulincer ve Shaver, 2007, 2012). Çeşitli görgül araştırmaların bulguları incelendiğinde hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma örüntüsünün depresif bozukluklar (Dagan, Facompré ve Bernard, 2018; Malik, Wells ve Wittkowski, 2015), anksiyete bozuklukları (Nielsen ve diğ., 2017; Schimmenti ve Bifulco, 2013), travma ve ilişkili

bozukluklar (Woodhouse, Ayers ve Field, 2015; Ein-Dor, Doron, Solomon, Mikulincer ve Shaver, 2010; O'Connor ve Elklit, 2008), yeme bozuklukları (Faber, Dubé ve Knäuper, 2018; Monteleone ve diğ., 2017) gibi birçok farklı bozuklukla ilişkili olduğu desteklenmiştir. Güvenli bağlanma örüntüsünün ise stresle daha iyi başa çıkma, sıkıntı verici süreçlerde daha hızlı toparlanma, daha uzun sürelerde olumlu duygulanım deneyimleme gibi duygusal iyi oluş ve ruh sağlığına olumlu yönde katkı sağlayabilecek değişkenlerle ilişkili olduğuna işaret edilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2012).

Alanyazında bağlanma örüntüleri ile obsesif kompulsif bozukluğun ilişkisini inceleyen çalışmalar da mevcuttur. Doron ve arkadaşlarının (2009) yürüttükleri çalışmada güvensiz bağlanma örüntülerinin depresif belirtiler kontrol edildiğinde dahi OKB ile ilişkili işlevsel olmayan inanışlar aracılığıyla (örn: abartılı tehdit öngörüsü, düşünceye ve kontrolüne verilen önem vb.) OKB belirtileriyle ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Kaygılı bağlanma örüntüsünde kullanılan hiperaktivasyon stratejilerinin içselleştirme ile ilişkili belirti ve bozukluklarla, kaçınan bağlanma örüntüsünde görülen deaktivasyon stratejilerinin ise daha çok dışsallaştırma ile ilgili semptomatoloji ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2007). OKB tanısına sahip olan bireylerin bağlanma kaygısının yüksek olmasının hiperaktivasyon stratejileri yoluyla girici düşünceler karşısında harekete geçme dürtüsünün ve işlevsel olmayan bilişsel süreçlere yönelik yatkınlığın (tehlikenin abartılması, benliğe yönelik olumsuz değerlendirmeler vb.) artmasına yol açıyor olabileceği belirtilmiştir (Mikulincer, Shaver, & Pereg, 2003). Özellikle bu girici düşüncelerin bireyin benliği için önemli gördüğü hassas alanlarında olmasının ise obsesyonların gelişmesinde önemli bir rol oynuyor olabileceğine işaret edilmiştir (Doron, Kyrios, ve Moulding, 2007a). Bunlardan hareketle yüksek düzeydeki kaygılı bağlanmanın obsesif kompulsif bozukluğun gelişmesinde girici düşüncelere yönelik dikkatin artması ve tehlikenin işlevsel olmayan biçimlerde değerlendirilmesi bakımından bir yatkınlık faktörü olarak ele alınabileceği ifade edilmiştir (Shaver ve Mikulincer, 2002; Doron ve Kyrios, 2005; Doron, Kyrios, & Moulding, 2007a; Doron, Kyrios, Moulding, Nedeljkovic ve Bhar, 2007b; Doron ve diğ., 2009). Kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin ise kendileri için gerçekçi olmayan, katı ve yüksek

standartlar belirleme, mükemmeliyetçi eğilimler gösterme, kendisindeki kusursuzluk inançlarını sürdürme ve diğerlerine yönelik gereksinim ihtiyaçlarını göz ardı etme yoluyla benlik bütünlüklerini olumsuzluklar karşısında muhafaza etme eğiliminde oldukları belirtilmiştir (Berant, Mikulincer ve Florian, 2001; Mikulincer & Shaver, 2003, 2007). Ancak bu noktada işlevsel olmayan mükemmeliyetçilik, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ya da istenmeyen ve baskılanmak istenen düşünceler karşısında bunların kontrolüne aşırı önem verme gibi obsesif kompulsif bozuklukla ilişkili inançların ön plana çıkabileceği ifade edilmiştir (Mikulincer, Dolev ve Shaver, 2004; Mikulincer & Shaver, 2007).

Asad ve Dawood (2015) tarafından 90 OKB tanılı bireyle yürütülen çalışmada güvensiz bağlanma örüntülerinin obsesif inanç alanlarından abartılı sorumluluk ve düşünceye ve kontrolüne verilen önem alt boyutlarıyla olumlu yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Bir başka çalışmada OKB tanılı bireyler, depresyon tanılı bireyler ve tanısı bulunmayan bireylerin bulunduğu kontrol grubu kaygılı bağlanma örüntüleri bakımından incelenmiş ve terk edilme kaygısının iki tanı grubunda kontrol grubundan anlamlı olarak yüksek olduğu ancak OKB ve depresyon tanısı alan bireyler arasında anlamlı farklılaşma olmadığı ifade edilmiştir (Myhr, Sookman ve Pinard, 2004). Doron ve arkadaşlarının (2012c) OKB tanılı, kaygı bozukluğu tanılı ve tanısı bulunmayan kontrol grubuyla yürüttükleri çalışmada ise güvensiz bağlanmanın kaygı boyutunun depresif belirtiler kontrol edildiğinde dahi kaygı bozukluğu ve kontrol grubuna kıyasla OKB grubunda anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Bağlanmanın kaçınma boyutu bakımından ise OKB ve kaygı bozukluğu grupları arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır (Doron ve ark., 2012c). Bu bulgular ışığında özellikle kaygılı bağlanma örüntüsünün OKB için bir kırılma faktörü olabileceği belirtilmiştir (Doron ve ark., 2012c).

Sümer ve arkadaşları (2009) tarafından ülkemizde yürütülen bir çalışmada ise depresif bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk, panik bozukluk ve tanısı olmayan kontrol grubu yetişkin bağlanma örüntüleri bakımından karşılaştırılmıştır. Tanı alan üç grubun güvensiz bağlanma örüntüleri bakımından kontrol grubundan anlamlı olarak daha yüksek

düzeyde bağlanma kaygısı gösterdikleri belirtilmiştir (Sümer ve ark., 2009). Kaçınan bağlanma örüntüsü bakımından ise depresif bozukluk tanısı alan grubun diğer gruplardan anlamlı olarak daha yüksek düzeyde bağlanma kaçınması gösterdiği ortaya konmuştur (Sümer ve ark., 2009). Bu bulgulardan hareketle güvensiz bağlanma örüntülerinin çeşitli psikopatolojilerin başlangıcında ve sürdürülmesinde önemli bir etken olarak rol oynayabileceği düşünülmektedir.

I.3.3. Bağlanma Örüntüleri ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki

Daha önce bahsedildiği gibi bağlanma örüntüsü yetişkinlik döneminde bireyin romantik ilişkisi üzerinde önemli bir rol oynamaktadır (Hazan ve Shaver, 1987). Güvensiz bağlanma örüntüsünün bireyin yakın ilişkilerine yönelik şüphe ve endişeleri üzerinde olumsuz yönde bir etkisi olduğu belirtilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Ulusal ve uluslararası alanyazında bireyin yetişkin bağlanma örüntüsü ile romantik ilişkinin gelişimi, yapısı, ilişkiye dair adanmışlık, ilişkiden sağlanan doyum, bireyin stresini ve duygularını düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişkiler olduğuna yönelik birçok çalışma mevcuttur (Mikulincer & Shaver, 2007; Tran, & Simpson, 2009; Givertz, Woszidlo, Segrin, & Knutson, 2013; Kumar ve Mattanah, 2016). Güvensiz bağlanma örüntüleri ve romantik ilişkiler üzerine yürütülen bir meta-analiz çalışmasında hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin romantik ilişkilerini sürdürmekte anlamlı olarak güçlük yaşadıkları, kaygılı bağlanma örüntüsü ile ilişki çatışması arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki olduğu, kaçınan bağlanma ile algılanan destek, bağlılık hissetme ve romantik ilişki doyumunu arasında ise negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur (Li ve Chan, 2012). Bolt (2015) tarafından yürütülen çalışmada da yukarıdaki bulguları destekleyecek nitelikte kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin daha düşük düzeyde ilişki kalitesi ve ilişki doyumunu bildirdikleri bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde, son yıllarda romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler ile bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkinin de incelenmeye

başlandığı ancak bu konudaki araştırmaların uluslararası alanyazında çoğunlukla Doron ve arkadaşlarının çalışmalarıyla sınırlı olduğu görülmüştür. Ulusal alanyazına bakıldığında ise bu iki kavramın ilişkisinin ele alındığı çalışmaların son derece sınırlı olduğu ve güvensiz bağlanma örüntüleri ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür (Trak, 2016; Yıldırım B., 2017; Yıldırım B., 2018; Trak ve İnöz, 2019; Balci 2021). Bu çalışmalar özellikle kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin ilişkilerine yönelik gerçek veya hayali tehditlere karşı yüksek duyarlılıkları sebebiyle dikkat artışı yaşıyor olabileceklerini; bu alanda girici düşünceler ve/ya kompulsif davranışlar sergileyerek romantik ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtilere daha fazla yatkın olabileceklerini desteklemektedir (Doron ve diğ., 2014a). Bu kavramlar arasındaki ilişkilerin farklı örneklem gruplarıyla ve değişkenlerle bir arada incelenmesinin literatürdeki eksiklikleri gidermek ve daha fazla bilgi edinmek açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

Birçok toplumda evliliğin romantik ilişkideki birliktelik ve bağlanmanın güçlenmesine yönelik önemli bir adım olarak görülmesinin evlilik kararı aşamasında özellikle güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin partnere duydukları sevgi, partnerin kendilerine duydukları sevgi ya da doğru ilişkide olup olmadıklarına dair çeşitli girici düşüncelere maruz kalmasında ve bu düşüncelerin romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonlara dönüşmesinde önemli bir etken olabileceği ifade edilmiştir (Doron ve diğ., 2014a). Evlilik kararına ek olarak çocuk sahibi olmaya karar vermek ya da ilişkiyi sonlandırmayı düşünmek gibi önemli durumlar karşısında da benzer bir süreç söz konusu olabilmektedir (Doron ve diğ., 2014a).

Mikulincer ve Shaver (2003) bağlanma kaygısı yüksek bireylerin daha olumsuz bir benlik algısına sahip olduklarını ve bununla ilişkili olarak terk edilme kaygılarının daha yüksek olduğunu, olumsuz ilişki tecrübeleri karşısında işlevsel olmayan inançları ve terk edilme korkularını gidermek amacıyla hiperaktivasyon stratejilerini harekete geçirmeye meyilli olduklarını belirtmiştir. Buna ek olarak bağlanma kaygısı yüksek olan bireylerin yakın ilişkilerinin benliklerinin hassas alanlarından birini oluşturması yoluyla bu alandaki girici düşüncelere daha fazla maruz kaldıkları ve terk edilmeye ilişkin

korkuları ve diğerlerine güven duymaya yönelik zorlukları nedeniyle etkili başa çıkma becerilerinin azaldığı ve ilişkilerine yönelik OKB geliştirmeye daha yatkın olabilecekleri bildirilmiştir (Doron ve diğ., 2009, 2014a). Kaygılı bağlanan bireyler romantik partnerlerinin kendilerine yönelik olan sevgilerini sorgulama, onay arama ve kontrol etme davranışları gibi ilişkilerini muhafaza etme ve güçlendirme amacıyla hiperaktivasyon stratejilerine başvurabilmektedirler (Doron ve diğ., 2012c). Öte yandan, kaçınan bağlanan bireyler ise kendi benlik alanları için önem arz eden konuları partnerin karakterine ve kusurlarına yönelik yansıtma ve olumsuz atıflar yapma yoluyla deaktivasyon stratejilerini harekete geçirebilmekte ve daha çok partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterebilmektedir (Doron ve diğ., 2012c).

Bağlanma kaygısı yüksek olan bireylerin çeşitli olaylar karşısında bağlanmayla ilgili terk edilme korkularını harekete geçirerek söz konusu deneyimin olumsuz yanlarını daha fazla abartma, deneyimle ilgili ruminasyonlar yapma, başarısızlıkları benlikle ilgili algılama gibi işlevsel olmayan stratejileri kullanma eğilimleri daha yüksektir (Mikulincer ve Shaver, 2003; Doron ve diğ., 2009). Bu tür stratejilerin yaygın kullanımı ise bireyi romantik ilişkisine dair obsesyon ve kompulsiyonlar geliştirmeye yatkın hale getirebilmektedir. Güvensiz bağlanma örüntülerinin bireyin ilişkisine dair maruz kaldığı girici düşünceler karşısında etkili başa çıkma becerilerini kullanmasını güçleştiriyor olabileceği düşünülmektedir (Doron ve Derby, 2017).

Doron ve arkadaşları (2012a, 2012b, 2012c, 2014a) tarafından yürütülen çalışmalar güvensiz bağlanma örüntüsü ve işlevsel olmayan inançların romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ile ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur. İsrail örneklemiyle yürütülen bir çalışmada çeşitli değişkenler kontrol edildiğinde (depresyon, kaygı, stres, OKB) bağlanma örüntülerinin kaygı alt boyutu ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak ilişkiye bağlı benlik değerinin yüksek olduğu katılımcılarda bu ilişkinin güçlendiği, ilişkiye bağlı benlik değerinin düşük olduğu katılımcılarda ise bağlanma kaygısı ve romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı düzeyde bir ilişki görülmediği belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2013). İran'da yürütülen bir çalışmada 195 kadından oluşan bir örnekleme

evlilik kalitesi ve yetişkin bağlanma örüntülerinin arasındaki ilişkiler incelenmiş ve romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonlarının bu ilişkide aracılık rolü olduğu ortaya konmuştur (Kabiri, Neshat-Doost ve Mehrabi, 2017).

Trak ve İnözü (2019) tarafından ülkemizde yürütülen çalışmada romantik ilişki obsesyonları ve kompulsiyonları ile yüksek düzeydeki ebeveyn koruyuculuğunun ilişkisine kaygılı bağlanmanın aracılık ettiği bulunmuştur. Bağlanma kaygısı ile romantik ilişki obsesyonları ve kompulsiyonları arasındaki ilişkide ise yüksek düzeyde partnere bağlı benlik değerinin düzenleyici bir rolü olduğu ortaya konmuş ve ilişkiye yönelik OKB belirtilerinde gelişimsel ve benlikle ilgili faktörlerin birlikte rol oynadığı belirtilmiştir (Trak ve İnözü, 2019).

Yıldırım (2017) tarafından yürütülen bir çalışmada ise güvensiz bağlanma örüntüleri Bartholomew'un dörtlü modeli üzerinden değerlendirilmiş ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri en yüksek düzeyde deneyimleyen grubun korkulu bağlanma örüntüsüne sahip grup olduğu, daha sonra ise sırayla saplantılı ve kayıtsız bağlanma örüntüsü gösteren bireyleri içeren gruplar olduğu belirlenmiştir. Korkulu bağlanma grubunun karakteristiği olan yaklaşma-kaçınma ikilemlerinin bu alandaki içsel çatışmaların ve belirtilerin ortaya çıkmasını ve sürdürülmesini etkiliyor olabileceği belirtilmiştir (Yıldırım, 2017).

Literatürdeki bu bulgulardan hareketle güvensiz bağlanma örüntülerinin ve özellikle kaygılı bağlanmanın romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonların gelişmesinde önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir.

I.4. Obsesif İnançlar

OKB ve ilişkili bozuklukların yapısının, bozukluğu başlatan ve sürdüren etmenlerinin açıklanmasında diğer ruhsal bozukluklarda olduğu gibi bilişler ve bilişsel süreçlerin önemini vurgulayan birçok çalışma mevcuttur (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985; Salkovskis ve diğ., 2000). OKB'nin yapısının anlaşılması ve daha etkili tedavi yöntemlerinin geliştirilmesi için kurulmuş olan Obsesif Kompulsif Bilişler Çalışma Grubu (OKBÇG) 1997 yılından itibaren OKB'de rol oynayan

uyumsuz bilişler üzerine çalışmalar yürütmektedir. OKB'nin bilişsel yapısının 3 temel kavram üzerinde olduğu belirtilmektedir: (1) girici düşünceler, (2) değerlendirmeler ve (3) inançlar (OKBÇG, 1997). OKBÇG'nin (1997, 2001) çalışmaları sonucunda obsesif kompulsif bozukluğun ortaya çıkmasında ve devam etmesinde etkili olan 6 temel inanç alanı saptanmıştır: abartılı sorumluluk algısı, abartılı tehdit öngörüsü, düşüncelerin ve kontrolünün aşırı derecede önemsenmesi, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik. OKB yatkınlığı olan bireylerde bu tür işlevsel olmayan inançların varlığı girici düşünceleri felaketleştirici şekilde değerlendirme olasılığını, çeşitli düşünce kontrol stratejilerini ve kaçınma davranışlarını ya da kompulsiyonları arttırabilmektedir (Salkovskis, 1985; Rachman, 1998; OKBÇG, 2005; Storch, Abramovitz ve Goodman, 2008).

Obsesif inanç alanlarından biri olan abartılı sorumluluk algısı bazı işlevsel olmayan varsayımlara bağlı olarak bireyin öznel olarak olumsuz algıladığı sonuçlar karşısında abartılı düzeyde kişisel sorumluluk hissetmesi ve bu olumsuz sonuçları önlemek konusunda sorumlu olduğu inancı olarak tanımlanmaktadır (OKBÇG, 1997). Salkovskis (1985, 1989) bilişsel modelinde, abartılı sorumluluk algısının girici düşünceler ile OKB belirtileri arasında aracı bir rol oynadığını ve abartılı sorumluluk algısının düşük olduğu bireylerde girici düşüncelerin OKB yerine depresyon ve anksiyete belirtileri ile daha ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Abartılı sorumluluk algısının kontrol etme belirtileriyle ilişkili olduğu ve bu inanç alanındaki değişimin kontrol etmeye yönelik kompulsiyonlarda azalmayla sonuçlandığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Lopatka ve Rachman, 1995; Rachman, 2002).

Düşüncelerin aşırı önemsenmesi inanç alanı girici düşüncelerin varlığının bir önemi ve bu düşüncelerin varlığının olumsuz bir sonucun gerçekleşeceğine yönelik bir anlamı olduğuna dair inancı kapsamaktadır (OKBÇG, 1997). Düşüncelerin aşırı önemsenmesinin bireyin kişilik özellikleriyle ilgili bir şeylerin göstergesi olması (ör: kötü, anormal vb.), bu tür düşüncelere sahip olmanın bu düşüncelerin gerçekleşme riskini arttırdığı ya da arttırmasa bile zihinde var olmalarının önemli olduklarını gösterdiği şeklinde yorumlanmaları yoluyla gerçekleştiği belirtilmiştir (Thodarson ve Shafran,

2002). Düşünce eylem kaynaşması kavramı bir düşüncenin varlığının eylemin gerçekleşmesi ihtimalini arttıracığı (olabilirlik) ya da bir şeyi düşünmenin onun eyleme dönüşmesiyle aynı olduğuna inanılması (ahlak) şeklinde kavramsallaştırılmıştır ve düşüncelerin aşırı önemsenmesi inanç grubu içerisinde yer almaktadır (Shafran, Thordarson ve Rachman, 1996; Rachman, 1997). Hemen herkeste görülen girici düşüncelerin obsesyonlara dönüşmesinde girici düşüncelere aşırı önem verilmesi, bu düşüncelerin olası bir tehlike ve olumsuzluk işareti olarak görülmesi, felaketleştirici şekilde yorumlanması ve bunlar karşısında bireyin aşırı sorumluluk hissetmesi önemli bir ayrıştırıcı faktör olarak ortaya çıkmaktadır (OKBÇG, 1997; Rachman, 1998; Salkovskis 1999).

Düşüncelerin kontrolünün aşırı önemsenmesi ise girici düşünce, dürtü ve imgelerin kontrol edilmesinin önemli ve mümkün olduğuna dair inanç alanıdır (OKBÇG, 1997). Düşüncelerin kontrolüne dair işlevsel olmayan inançlar dört boyutta incelenmektedir: (1) zihinsel süreçleri izlemeye ve bunlara dikkat etmeye verilen önemle ilgili inançlar (2) düşünceleri kontrol edememenin ahlaki sonuçlarıyla ilgili inançlar (3) düşünceleri kontrol edememenin psikolojik ve davranışsal sonuçlarıyla ilgili inançlar (4) zihinsel kontrolün etkililiğiyle ilgili inançlar (OKBÇG, 1997). Abartılı sorumluluk algısı ve düşünce eylem kaynaşması gibi inançların düşüncenin kontrol edilmesine yönelik girişimleri arttırdığı belirtilmektedir (OKBÇG, 1997). Ancak yapılan çalışmalar düşünceleri kontrol etmeye yönelik uğraşların paradoksal olarak girici düşüncelerin sıklığının artmasıyla sonuçlandığını desteklemektedir (Purdon ve Clark, 1999). Bireyin yaşadığı sıkıntıyı azaltabilmek amacıyla kendisine yönelik katı tutumlar sergileyebileceği; güvence arama, düşünceyi durdurma/bastırma/analiz etme, cezalandırma, hiçbir şey yapmama gibi stratejilere başvurabileceği belirtilmiştir (Purdon ve Clark, 2002).

Abartılı tehdit öngörüsü inanç alanı bireyin bir zarar ya da tehlikenin gerçekleşme olasılığını ya da şiddetini yanlış ve abartılı bir şekilde değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (OKBÇG, 1997). Bilişsel modelle tutarlı olarak yapılan bir çalışmada OKB tanılı bireylerin olayların olumsuz sonuçlarına yönelik tahmin ve beklentilerinin

yüksek, olumlu sonuçlarına ilişkin beklentilerinin ise düşük olduğu ortaya konmuştur (Gilboa-Schechtman, Franklin ve Foa, 2000). Belirsizliğe tahammülsüzlük ise öngörülemeyen değişikliklerle başa çıkılamayacağı inancı, kesin olma ihtiyacı ve belirsizlikler karşısında işlevselliği korumakta zorlanma gibi durumlarla kavramsallaştırılan bir diğer inanç alanıdır (OKBÇG, 1997). Bu inançla ilişkili olarak bireyler güvence arama, karar vermede güçlük yaşama ya da aşırı tedbirli davranma gibi davranışlar sergileyebilmektedir (OKBÇG, 1997). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün kompulsif kontrol etme davranışıyla ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Tolin ve diğ., 2003; Mancini ve diğ., 2002). Lind ve Boschen (2009) tarafından yürütülen çalışmada abartılı sorumluluk algısı ve kompulsif kontrol etme davranışı arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığı belirtilmiştir. Bir başka çalışmada ise mükemmeliyetçilik inanç alanı ile OKB belirti düzeyi arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rol oynadığı ve OKB belirti şiddetinin yordanmasında mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük inanç alanlarının birlikteliğinin anlamlı rol oynadığı ortaya konmuştur (Reuther, Davis, Rudy ve Jenkins, 2013).

Son olarak mükemmeliyetçilik inanç alanı, her problemin mükemmel bir çözümü olduğu ve küçük yanlışların bile ciddi sonuçlara neden olabileceğine dair bir inanç alanı olarak tanımlanmaktadır (OKBÇG, 1997). Obsesif Kompulsif Belirtiler Çalışma Grubu (1997, 2001) mükemmeliyetçiliğin OKB için de önemli bir risk faktörü olduğunu ancak diğer psikopatolojilerle de ilişkili bir kavram olduğunu belirtmiştir. Obsesif inanç alanlarının OKB'nin farklı belirti görünüşleriyle olan ilişkisini ortaya koyan çeşitli görgül çalışmalar bulunmaktadır (Taylor, McKay ve Abramowitz, 2005; Myers, Fisher ve Wells, 2008; Taylor ve diğ., 2010). Benzer şekilde belirli bir obsesif inanç alanının varlığı diğer obsesif inanç alanlarını etkileyebilmektedir (Taylor ve diğ., 2010).

I.4.1. Obsesif İnançlar ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki

Bilişsel yanlılıkların varlığının OKB ve ilişkili bozukluklar deneyimleyen bireylerin felaketleştirici yorumlamalar yapma riskini ve bu yorumlamaların bireyin

sıkıntı verici uyaranlara yönelik seçici dikkatini arttırabildiği bilinmektedir (OKBÇG, 1997, 2005). OKB tanısı almış bireylerin oluşturduğu klinik örnekleme dayalı iki ayrı çalışmada OKB belirtilerinin şiddetiyle obsesif inançların şiddeti arasında pozitif korelasyon olduğu ve belirli inanç alanlarının belirli obsesyon türlerini yordadığı görülmüştür (Manos ve diğ., 2010; Wheaton, Abramowitz, Berman, Riemann ve Hale, 2010). Türkiye ve Kanada örneklemleriyle kültürlerarası yürütülen bir araştırmada mükemmeliyetçilik/kesinlik, sorumluluk/tehdit algısı ve düşünce-eylem kaynaşması alanlarının iki kültürde de benzer olarak OKB belirtilerini yordadığı ortaya konmuştur (Yorulmaz, Gençöz ve Woody, 2010). Çağın ve Dağ (2009) tarafından yürütülen bir çalışmada abartılı sorumluluk algısı inancının temizlik kompulsiyonlarını, abartılı tehlike öngörüsünün ise kontrol etme kompulsiyonlarını duygudurum belirtileri kontrol edildiğinde dahi anlamlı olarak yordadığı belirtilmiştir. Ülkemizde yapılan bir diğer çalışmada mükemmeliyetçilik ile kontrol etme ve yıkama kompulsiyonları arasındaki ilişkide abartılı sorumluluk algısının aracı rolünün olduğu ortaya konmuştur (Yorulmaz, Karancı ve Tekok-Kılıç, 2006).

I.4.2. Obsesif İnançlar ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki

Alanyazın incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin obsesif inanç alanlarıyla olan ilişkisinin incelendiği sınırlı sayıda araştırmanın oluşu dikkat çekmiştir. Hem klinik hem de toplum örneklemlerine dayanan bu çalışmalar OKB'nin bilişsel modeliyle tutarlı olarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile obsesif inançlar arasında düşük ila orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir (Doron ve ark., 2012a, 2012b; 2014a, 2016b; Melli, Carraresi ve Doron, 2015; Melli, Bulli, Doron ve Carraresi, 2018). Obsesif kompulsif bozukluğun bilişsel modelinde olduğu gibi romantik ilişki ile ilgili girici düşüncelerin; çeşitli felaketleştirici yorumlamalar ve işlevsel olmayan inançlar yoluyla obsesyonlara dönüştüğü, bu obsesyonların sürdürüldüğü ve bireye romantik ilişkisinin doğruluğu, partnere duyulan sevgi ya da partnerin bireye duyduğu sevgi gibi alanlarda sıkıntı yaşamasına yol açabildiği ifade edilmiştir (Rachman, 1998; Doron ve ark., 2014a; Doron ve diğ., 2016b;

Melli ve diğ., 2018). Bu inançlara ek olarak yalnız kalmak ya da yanlış ilişkide olmak gibi ilişkilere yönelik felaketleştirici ve işlevsel olmayan inanışların da ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin oluşmasında ve sürmesinde etkili olduğu belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2012a., 2014a; Melli ve diğ., 2018). Romantik ilişkiye ve aşka dair gerçekçi olmayan beklentiler ve inançlar ilişki içerisindeki olayları yanlış yorumlamaya yol açabildiği ifade edilmiştir (Doron ve Derby, 2017). Örneğin mükemmeliyetçi eğilimlerin ve pişmanlık hissine yönelik korkunun etkisiyle (ör. “İlişkimi sonlandırmakla yanlış bir karar verdiğim düşüncesiyle başa çıkamam.”) bireyin ilişkisine dair sıkıntı hissi artabilmektedir (Doron ve Derby, 2017).

Doron ve arkadaşlarının (2016b) yürüttükleri çalışmada romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren grup, OKB tanılı grup ve kontrol grubu obsesif inançlar bakımından karşılaştırıldığında kontrol grubuna kıyasla iki grubun da anlamlı olarak yüksek düzeyde obsesif inançlara sahip olduğu bulgulanmıştır. İlişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren grubun abartılı sorumluluk algısı ve düşünceye ve düşüncenin kontrolüne verilen önem alt boyutlarında ise hem OKB hem de kontrol grubundan daha yüksek obsesif inanç düzeyi gösterdikleri belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2016b). Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren gruptaki bireylerin ilişkiye yönelik işlevsel olmayan inançlarının diğer iki gruptan anlamlı olarak yüksek olduğu, bu gruptaki bireylerin yanlış ilişkide olmanın olumsuz sonuçlarını aşırı abartma inancı ve yalnız kalmaya dair felaketleştirici inançları bir arada deneyimleyebildikleri ve depresyon düzeylerinin kontrol grubundan anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2016b).

Abartılı sorumluluk algısının bireyin romantik ilişkisiyle ilgili maruz kaldığı girici düşünceler sonrası suçluluk gibi duygular hissetmesine ve düşünceye verilen önemin ise bireyin ilişkisine yönelik girici olumsuz düşünceler karşısında daha tetikte hissetmesine, bunları ilişkisinin gidişatına dair önemli kanıtlar olarak görmesine ve kontrol etme, karşılaştırma gibi kompulsif eylemlere başvurmasına yol açabileceği ifade edilmiştir (Doron ve diğ., 2016b). Aynı çalışmada ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler sergileyen grupla obsesif kompulsif bozukluk grubunun mükemmeliyetçilik/belirsizliğe

tahammülsüzlük boyutunda kontrol grubundan daha yüksek düzeyde obsesif inanç düzeyi gösterdikleri belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2016b). Örneğin abartılı tehdit öngörüsü obsesif inancının ilişki odaklı obsesyonlar bakımından görüngüsü görece nötr ya da çeşitli nedenlere bağlı olabilecek dışsal olaylar karşısında felaketleştirici ve kişiselleştirici yorumlar yapma (ör: Beni gördüğünde gülümsemedi ve sevinmiş gibi görünmüyordu. Artık beni sevmiyor.) şeklinde olabilir (Doron ve diğ., 2016b; Melli ve diğ., 2018). Mükemmeliyetçilik obsesif inancı ise bireyin ilişkinin doğru olup olmadığına ya da partnerin gerçek aşkı (“the one”) olup olmadığına dair yoğun bilişsel meşguliyet hissetmesine yol açabilir (Doron ve diğ., 2016b; Melli, ve diğ., 2018). Toroslu (2020) tarafından erken dönem uyum bozucu şema alanlarının ilişki odaklı obsesif kompulsif bozuklukla olan ilişkisi belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin aracılığıyla incelenmiş ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün tüm şema alanları üzerinden ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonlara aracılık ettiği mükemmeliyetçiliğin ise aracılık etkisinin anlamlı olmadığı belirtilmiştir.

Melli, Carraresi ve Doron’un (2015) İtalya örneklemiyle yürüttükleri çalışmada mükemmeliyetçiliğin hata yapmaya yönelik endişe alt boyutu ile ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında depresyon, anksiyete ve stres düzeyi kontrol edildiğinde dahi orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Daha sonra Melli ve arkadaşlarının (2018) klinik örnekleme dayalı yürüttükleri çalışmada hata yapmaya ve davranışlar hakkındaki şüpheye yönelik mükemmeliyetçi endişelerin ve yanlış ilişkide olmak ya da yalnız kalmaya dair felaketleştirici inançların, ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin duygudurum belirtilerinin ötesinde ve üzerinde bağımsız yordayıcıları olduğu ortaya konmuştur. Söz konusu çalışmada önceki çalışmalarla tutarlı olarak obsesif inançlar ile ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında düşük-orta düzeyde ilişkiler bulunmuş, mükemmeliyetçilik önceki çalışmalardan farklı olarak çok boyutlu olarak da değerlendirilmiş ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin yordanmasında diğer obsesif inanç alanlarından daha anlamlı bir yordayıcı olabileceği belirtilmiştir (Melli ve diğ., 2018). Trak (2017) tarafından yürütülen romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin ülkemize uyarlama çalışmasında ölçeğin obsesif inançlarla olan ilişkisi de değerlendirilmiş ve değişkenler arasında pozitif yönde ve orta düzeyde

anlamli iliski olduğu belirtilmiştir. Cerea ve arkadaşlarının (2020) iliski odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren üniversite öğrencilerinde belirtilerinin azaltma amacıyla geliştirdikleri internet temelli bir bilişsel davranışçı terapi temelli müdahale programının 15 gün süre ile kullanımının ise hem obsesif inanç düzeyinde hem de romantik iliski odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde anlamli düzeyde bir azalma sağladığı ortaya konulmuştur.

I.5. Ruminatif Düşünme Biçimi

Ruminasyon kavramı depresif bozukluklar başta olmak üzere kaygı bozuklukları (Topper, Emmelkamp, Watkins ve Ehrling, 2017; Calmes ve Roberts, 2007; Harrington ve Blankenship, 2002), travma ve iliskili bozukluklar(Nolen-Hoeksema ve Morrow, 1991; Michael, Halligan, Clark ve Ehlers, 2007), obsesif kompulsif bozukluk (Wahl, Ertle, Bohne, Zurovski, ve Kordon, 2011a), madde kullanımı ve iliskili bozukluklar (Caselli, Ferretti, Leoni, Rebecchi, Rovetto ve Spada, 2010) ve yeme bozuklukları (Rivière ve Douilliez, 2017; Nolen-Hoeksema, Stice, Wade ve Bohon, 2007) gibi birçok farklı psikopatoloji ile iliskili bir kavramdır ve ruminasyonu açıklamak için farklı tanımlar kullanılmıştır.

Bu kavram ilk olarak Tepki Biçimleri Kuramı çerçevesinde bireyin kendisine sıkıntı veren belirtiler ve bu belirtilerin ortaya çıkma nedenleri ve sonuçları hakkında içgörü kazanmak için uzun uzadıya tekrarlayıcı bir biçimde düşünmesi olarak tanımlanmış ve uzun yıllar depresif bozuklukların bir temel özelliğı olarak görülmüştür (Nolen-Hoeksema, 1991; Lyubomirsky, Caldwell ve Nolen-Hoeksema, 1998). Söz konusu düşünme tarzı problemle etkin olarak başa çıkma yönünde bir çabayı değıl bireyin pasif olarak problemin kendisine, problemin olası nedenlerine ve problem hakkındaki his ve düşüncelerine yoğunlaşmasını içermektedir (Butler ve Nolen-Hoeksema, 1994; Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsky, 2008). Bu tanıma benzer olarak farklı araştırmacılar ruminasyonu, problemleri ve olumsuz duyguları tekrarlayıcı biçimde analiz etmeye yönelik bir uğraş olarak kavramsallaştırmışlardır (Raines, Vidaurri, Portero ve Schmidt, 2017).

Ruminasyon bireyin sorunu işlevsel olarak çerçeveselendirmesinin ya da destek aramasının önüne geçerek başa çıkmasını güçleştirebilmektedir (Lyubomirsky ve Nolen-Hoeksema, 1995). Tepki biçimleri kuramına göre birey olumsuz duygu içeriklerine tepki vermek için iki temel yaklaşım sergilemektedir: ruminasyon ve dikkat dağıtma (Nolen-Hoeksema, 1991; Roelofs ve diğ., 2009). Dikkat dağıtma gibi daha olumlu ya da nötr düşüncelere odaklanmak yerine olumsuz duygularla başa çıkmak için ruminasyona başvurmak uzun vadede depresyon ve anksiyete belirtilerinde artış ve depresyon süresinin uzaması ile sonuçlanabilmektedir (Nolen-Hoeksema, 1987; Nolen-Hoeksema ve Morrow, 1991; Nolen-Hoeksema, 1991, Roelofs ve diğ., 2009). Nolen-Hoeksema (1991) tarafından yürütülen bir çalışmada ruminasyonun depresif belirtilerin başladığı dönemden itibaren depresyonun yordayıcısı olduğu belirtilmiştir. Nolen-Hoeksema (1987, 1991) depresyonun sıklığının erkeklere oranla kadınlarda daha yaygın olmasının kadınların depresif belirtiler karşısında ruminatif tepki biçimini daha yaygın olarak kullanmalarıyla ilişkili olabileceğini öne sürmüştür. Ülkemizde yapılan farklı araştırmalar incelendiğinde de farklı yaş gruplarından oluşan örneklemelerde genel olarak kadınların daha fazla ruminatif düşünme eğilimi gösterdikleri ve ruminasyonun çeşitli psikopatolojiler karşısında bir kırılganlık faktörü oluşturabileceği sonucu desteklenmiştir (Yılmaz, 2015; Bugay ve Erdur-Baker, 2011; Erdur-Baker, Özgülük, Turan ve Demirci-Danışık, 2009).

Tepki Biçimleri Kuramı haricinde de ruminasyonu ve kapsamını açıklamak için Olay Sonrası Ruminasyon Kuramı (Clark, 2001), Öz Düzenleyici Yürütücü İşlev Kuramı (Wells ve Matthews, 1996), Hedefe İlerleme Kuramı (Martin ve Tesser, 1996), Üzüntüyle İlişkili Ruminasyon Kuramı (Conway, Csank, Holm ve Blake, 2000), Strese Tepki Olarak Ruminasyon Kuramı (Alloy ve diğ., 2000), Çok Boyutlu Ruminasyon Kuramı (Siegle, Moore ve Thase, 2004) gibi çeşitli kuramlar ortaya konmuştur. Bu alanda yapılan araştırmalar ruminasyon kavramının depresyondan farklı olarak diğer psikopatolojilerle de ilgili olduğunu ortaya koymuştur (Wahl, van den Hout ve Lieb, 2019).

Ruminatif düşünme biçimi Hedefe İlerleme Kuramı kapsamında yalnızca olumsuz içerikler üzerine pasif ve tekrarlayıcı olarak düşünmek değil çevresel uyaranların

mevcut olmadığı koşullarda bile düşünce içeriğinden bağımsız olarak aslında tekrarlayıcı, girici, kontrol edilemeyen ve farklı zamansal yönelimleri ve geri dönüşlü özellikleri bulunan bilinçli bir düşünme biçimi olarak kavramsallaştırılmıştır (Martin ve Tesser, 1996). Bu düşünme tarzının farklı olaylar karşısında ve uzun yıllar boyunca bireyin olayları yorumlayış tarzını etkileyerek süreklilik gösterme eğiliminde olduğu ortaya konmuştur (Martin ve Tesser, 1996). Martin ve Tesser (1996) ruminatif düşüncelerin bireylerin kendileri için önem arz eden ve benlikleriyle önemli olarak ilişkilendirdikleri olumlu ya da olumsuz nitelikteki çeşitli hedeflere ulaşmaktaki süreçler sırasında yaşadığı güçlükler ve bu durumlarla başa çıkma yolları ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Ancak bazen bireyin başta kendisi için önemli görmediği fakat uzun süre karşı karşıya kaldığı durumlar da bu konular hakkında ruminatif bir şekilde düşünme sürecini güçlendirebilmektedir (Martin ve Tesser, 1996). Martin ve Tesser (1996) bireylerin ruminatif düşünmeye yönelik yatkınlığının ve ruminasyonun kullanım sıklığının bireyin benliği ile yüksek düzeyde ilişkilendirdiği ancak ulaşılamayan hedeflerin varlığı, bu hedeflere ulaşabilmekteki çeşitli başa çıkma yollarının varlığı ve etkin şekilde kullanımı ve gerektiğinde bireyin hedef değişikliği yapabilmekteki esnekliği ile ilişkili olduğunu belirtmiştir (Martin ve Tesser, 1996). Brinker ve Dozois (2009), ruminasyonun bu kavramsallaştırılmasından yola çıkarak hem olumlu hem de olumsuz olaylar karşısında bireylerin genel ruminatif düşünme biçimine eğilimini anlamak için bir ölçek geliştirmişlerdir.

Papageorgio ve Wells'in (2004a) üstbilişsel modeline göre ise dış etkenler ruminatif düşünceler üzerinde tetikleyici bir unsur olarak rol oynasa da ruminasyonun sürdürülmesindeki temel etken bireyin ruminasyonun avantajlı ve yararlı bir süreç olduğu yönündeki üstbilişsel inançlarıdır. Ruminasyona dair olumlu inançlara sahip olan bireyler ruminasyonu bir başa çıkma yolu ve öz-düzenleyici bir tutum şeklinde değerlendirmektedirler (Papageorgiou ve Wells, 2004b). Öyle ki, ruminasyona yatkınlığı olan bireylerde sıkıntı verici olayları analiz etmenin kendilerini gelecekteki sıkıntı ve hatalardan kaçınmalarına yardımcı olabileceğine yönelik bir inanç söz konusu olabilmekte ve ruminasyon döngüsü sürdürülmektedir (Papageorgiou ve Wells 2001).

Clark (2004) da OKB'nin Bilişsel Davranışçı tedavisi kapsamında da obsesyonların birey üzerinde yarattığı sıkıntıların giderilmesi amacıyla birey tarafından çeşitli stratejilere başvurulduğunu ve bu stratejilerden biri olan çeşitli nötrleştirme davranışlarının ve ruminatif düşünme yoluyla olası olumsuz sonuçların engellenebileceği şeklinde işlevsel olmayan inançların ele alınmasının önemli olduğunu ifade etmiştir. Bunlarla tutarlı olarak, Freeston ve Ladouceur (1997) tarafından OKB tanısı almış bireylerle yürütülen çalışmada bireylerin düşüncelerinin olası sebep ve sonuçlarını derinlemesine inceleyerek sıkıntı veren girici düşüncelerin etkisinin azalacağı yönündeki pozitif bir tutumla ruminatif yanıt biçimlerine başvurdıkları belirtilmiştir. Girici düşünceler hakkında ruminasyona başvurmanın ise bu düşüncelerin sürdürülmesi bakımından daha olumsuz süreçlerle ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Freeston ve Ladouceur, 1997). Bu süreçte ise obsesif-kompulsif döngü pekişmektedir.

1.5.1. Ruminatif Düşünme Biçimi ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki

Yukarıda bahsedildiği gibi obsesyon ve ruminasyon bazı açılardan ortak özellikler taşıyabilmektedir. İki kavramın da bilişsel süreçler bakımından tekrarlayıcı bir örüntü göstermesi ve bireyin bu düşünceler üzerindeki kontrol gücünün görece kısıtlı olması ya da kontrolünün olmaması bakımından birbirine benzemektedir (Raines ve diğ., 2017). Bu iki kavramı farklılaştıran noktalar ise, ruminasyonda birey kendisine sıkıntı yaratan durumların sebep ve sonuçlarına odaklanırken bunun kendisini bir çözüme ulaştıracağına dair bir beklenti söz konusudur (Lyubomirsky ve diğ., 1998). Bazı bireyler bir başa çıkma yolu olarak ruminasyona başvurabilmekte ve ruminasyona dair olumlu tutumlar sergileyebilmektedir (Papageorgiou ve Wells, 2001). Brinker ve Dozois'e (2009) göre ise ruminasyon bir düşünme biçimi olarak yalnızca sıkıntı verici durumlar karşısında değil olumlu durumlar hakkında da tekrarlayıcı düşünmeyi içermektedir. Ancak obsesyonlar ruminasyona göre daha ısrarcı, birey tarafından kabullenilmesi daha güç olan, girici yapıdaki imgeler ya da düşüncelerdir ve bireyde daha yüksek düzeyde sıkıntıya yol açabilmektedir (APA, 2013). Obsesyonların içeriğinin genellikle bireyin benliğiyle uyumsuz (egodistonik) olarak algıladığı alanlarda olması nedeniyle de birey tarafından daha tehdit edici ve kabul edilemez olarak algılanmaktadır (Abramowitz, Taylor ve

McKay, 2009). Ruminasyonlar ise içerik bakımından bireyin benliği ve duygudurumu ile daha uyumlu (egosintonik) ve daha az sıkıntı yaratıcı algılanmakta ve OKB’de olduğu gibi kompulsiyonlar eşlik etmemektedir (Lyubomirsky ve diğ., 1998; APA, 2013).

Bu kavramların ilişkisini incelemek üzere OKB tanılı ve majör depresyon tanılı bireylerden oluşan iki grupta yürütülen bir çalışmada ruminatif düşünme sıklığının iki grup arasında anlamlı olarak farklılaşmadığı ancak obsesyonel düşünce sıklığının OKB tanılı grupta anlamlı olarak daha yüksek olduğu ifade edilmiştir (Wahl ve diğ., 2011b). Majör depresyon tanılı grupta obsesyonel düşüncelerin sıklıkla ortaya çıkmadığı ve yüksek düzeyde olumsuz duygulanımla anlamlı ilişki göstermediği bulunmuştur. OKB tanı grubundaki bireylerde sıklıkla ruminatif düşünceler deneyimlemenin ise daha yüksek düzeyde olumsuz duygulanımla ilişkili olduğu ve ruminasyonun OKB’de bir bilişsel kırılganlık ve sürdürücülük faktörü olarak rol oynayabildiği ifade edilmiştir (Wahl ve diğ., 2011b).

Ülkemizde OKB tanısı almış bireylerle yürütülen bir çalışmada ruminatif düşünme biçimi ile obsesif kompulsif belirtiler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görüldüğü bildirilmiş ve ruminatif düşünme eğilimindeki artışın hem obsesyonların hem de kompulsiyonların şiddetindeki artışı yordadığı belirtilmiştir (Ulusoy, Yavuz, Kara ve Karadere, 2015). Söz konusu çalışmanın bulguları ruminatif düşünme biçiminin bir nötralizasyon ya da kaçınma stratejisi olarak kısa vadede obsesyonların yol açtığı sıkıntıyı azalttığı, uzun vadede ise bozukluğu sürdürücü bir faktör olarak işlev gördüğünü desteklemiştir (Ulusoy, Yavuz, Kara ve Karadere, 2015). Bir başka çalışmada ise OKB’de yaygın olarak görülen bir obsesif inanç alanı olan abartılı sorumluluk algısının depresyon, kaygı gibi duygudurum belirtileri kontrol edildiğinde dahi ruminasyonları yordadığı görülmüştür (Julien, O’Connor, Aardema ve Todorov, 2006). İlgili literatür incelendiğinde ruminatif düşünme biçiminin OKB’nin başlangıcında ve seyrinde rol oynadığını, daha kötü gidişatla ilişkili olduğunu belirten çalışmalar olduğu görülmektedir (Wahl, van den Hout ve Lieb, 2019; Kim, Yu, Lee ve Kim, 2012; Wahl ve diğ., 2011a, 2011b; Fineberg, Fourie, Gale ve Sivakumaran, 2005).

I.5.2. Ruminatif Düşünme Biçimi ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişki

Alanyazında romantik ilişkiler ve ruminasyon üzerine yapılan çalışmalar ruminasyon eğiliminin yüksek olmasının romantik ilişki üzerinde olumsuz yönde etkileri olduğunu ortaya koymaktadır (Senkans, McEwan, Skues ve Ogloff, 2016). Jostmann, Karremans ve Finkenauer (2011) tarafından yürütülen bir araştırmada ruminatif düşünme eğilimi yüksek olan bireylerin, romantik ilişkilerine yönelik bir olumsuzluk ya da tehlike söz konusu olduğunda partnerine ve romantik ilişkisine dair daha yoğun düzeyde olumsuz duygular deneyimledikleri ve duygularını düzenlemekte anlamlı düzeyde güçlük yaşadıkları ifade edilmiştir. Romantik ilişkiye yönelik kıskançlık ve ruminasyon düzeyinin ilişki doyumu üzerindeki etkisinin incelendiği başka bir çalışmada ilişki doyumu ve bilişsel kıskançlık arasındaki ilişkiye ruminasyonun aracılık ettiği; ruminasyon ve ilişki doyumu arasında negatif, ruminasyon ve bilişsel kıskançlık arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Ökten, 2016). Bu çalışmanın bulgularıyla tutarlı olarak başka araştırmalarda da ruminatif düşünme eğilimindeki yüksekliğin ilişki doyumu üzerinde negatif bir etkisi olduğu ifade edilmiştir (Lewis, Milletich, Derlega ve Padilla, 2014; Hou ve Ng, 2014; Elphinston, Feeney, Noller, Connor ve Fitzgerald, 2013). Ülkemizde yakın zamanda üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada romantik ilişkinin bitmesi gibi olumsuz yaşam olayları deneyimlemenin ve ruminasyon düzeyindeki artışın bireylerin algılanan stres düzeyini anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır (Aksöz Efe, 2018).

Uluslararası alanyazında ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde olan etkisini inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanamamıştır. Ülkemizde ise ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde olan etkisini inceleyen yalnızca iki araştırmaya ulaşılmıştır. Abak (2019) tarafından yapılan bu çalışmada ruminatif düşünme eğiliminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin toplam puanını ve tüm alt boyutlarını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır. Kılıç ve Altınok (2021) tarafından yürütülen çalışmada ise romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişki

doyumunu arasındaki ilişkide romantik kıskançlık ve ruminasyonun aracı rolleri incelenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre hem ruminasyon hem de romantik kıskançlığın ayrı ayrı ve birlikte şekilde ilişki doyumunu ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide anlamlı aracılık rolü bulunmaktadır (Kılıç ve Altınok, 2021). Romantik kıskançlık ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide de ruminasyonun anlamlı düzeyde aracılık etkisi olduğu görülmüştür (Kılıç ve Altınok, 2021).

Yukarıda bahsedilen çalışmalarda ruminasyonun pek çok psikopatolojiyle ilişkili olduğu, bazen psikopatolojiye yatkınlık oluşturan bir unsur olarak bazense psikopatolojinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı desteklenmiştir. Bu bulgular ışığında, ulusal ve uluslararası alanyazında ruminatif düşünme biçimi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin oldukça sınırlı olması nedeniyle ilgili değişkenlerin arasında ilişkinin incelenmesinin ve alanyazına fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

I.6. Araştırmanın amacı

Bu tez çalışmasında birbiriyle ilintili iki temel araştırma alanının bir arada incelenmesi hedeflenmektedir: yakın ilişkiler ve psikopatoloji. Yetişkinliğe geçiş döneminden itibaren daha fazla önem kazanmaya başlayan romantik ilişkiler bireye sağladığı destek ve korunma duygusuyla çeşitli psikopatolojilere karşı bir koruyucu faktör olarak rol oynayabilmektedir. Ancak doğrudan şekilde bireyin diğerleriyle kurduğu ilişkileri hedef alan psikopatolojik belirtilerin bireyin ilişki kalitesini olumsuz etkileyebileceği, kendisini daha yalnız ve çaresiz hissetmesine yol açabileceği düşünülmektedir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler de bu psikopatoloji alanlarından birisidir. Bu sebeple, bu tez çalışması kapsamında Obsesif Kompulsif Bozukluğun yeni bir belirti türü olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin açıklanmasında bağlanma örüntülerinin, obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin rollerinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

I.6.1.Hipotezler

Çalışmanın amacı doğrultusunda test edilecek temel hipotezler şunlardır:

H₁: Cinsiyet ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

H₂: Bireyin yaş grubu (beliren yetişkinlik, yetişkinlik) ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

H₃: Romantik ilişki durumu (bekar, evli) ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H₄: Romantik ilişki durumu (bekar, evli) ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin alt boyutları (Partnere Duyulan Sevgi, İlişkinin Doğruluğu, Partner Tarafından Sevilme) arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H₅: Romantik ilişki süresi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H₆: Romantik ilişki süresi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin alt boyutları (Partnere Duyulan Sevgi, İlişkinin Doğruluğu, Partner Tarafından Sevilme) arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H₇: Yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri (kaygılı, kaçınan) ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H₈: Obsesif inançlar ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H₉: Ruminatif düşünme biçimi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H₁₀: Yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin anlamlı birer yordayıcısıdır.

H₁₁: Kaygılı bağlanma örüntüsü ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçiminin aracı etkisi vardır.

H₁₂: Kaçınan bağlanma örüntüsü ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçiminin aracı etkisi vardır.

I.6.2. Araştırmanın Önemi

Geçmiş araştırmalarda güvensiz bağlanma örüntülerinin, obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin OKB ile ilişkili olduğunu ortaya konmuştur. Alanyazınla tutarlı olarak, bu değişkenlerin OKB'nin yeni bir belirti türü olan ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerinde de etkilerinin olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışma kapsamında incelenecek olan bağlanma örüntüleri, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenlerinin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle olan ilişkisinin ulusal veya uluslararası alanyazında bir arada ele alındığı herhangi bir çalışmaya ise rastlanmamıştır. Bu durum çalışmanın özgün yönlerinden birini oluşturmaktadır. İlgili değişkenlerden bazılarının bir arada çalışıldığı çalışmalar ise mevcuttur. Örneğin Doron ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan bir araştırmada güvensiz bağlanma örüntüleri (kaygılı, kaçınan) ile obsesif kompulsif belirtilerin arasındaki ilişkiye depresif belirtiler kontrol edildiğinde dahi obsesif inançların tam aracılık ettiği belirtilmiştir. Bu çalışma bireyin kaygılı bağlanma örüntüsünün işlevsel olmayan bilişsel yanlılıklar üzerinden girici düşüncelere daha fazla önem verilmesini ve obsesif kompulsif belirtiler göstermesini kolaylaştırıyor olabileceğine işaret etmiştir (Doron, 2009). Bir başka çalışmada güvensiz bağlanma örüntülerinin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri güçlü düzeyde yordadığı ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğin iki değişken arasındaki ilişkiyi anlamlı düzeyde güçlendirdiği görülmüştür (Yıldırım, 2018). Ruminasyon ve bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise özellikle kaygılı bağlanma örüntüsü daha yüksek düzeyde ruminasyon ile ilişkili bulunmuştur (Birnbaum, Orr, Mikulincer ve Florian, 1997). Akhlaghi (2018) tarafından İran popülasyonu ile yapılan bir çalışmada ise kaygılı bağlanma ve ruminasyon eğiliminin obsesif inanç düzeyini pozitif yönde yordadığı saptanmıştır.

Alanyazındaki bu çalışmalardan yola çıkarak obsesif kompulsif bozukluğun yeni bir belirti türü olarak son yıllarda çalışılmaya başlanan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ne gibi yatkinlik ve risk faktörlerine sahip olduğu ve etiyolojisi

hakkında daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda, yukarıda bahsedilmiş olan değişkenlerin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin açıklanmasında gelişimsel ve bilişsel süreçler açısından önemli rollerinin olduğu ve bu konudaki araştırmaların ilgili literatürün genişletilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. İlgili değişkenlerin bir arada çalışılması hem özellikle yetişkinlik döneminde daha fazla önem kazanmaya başlayan romantik ilişkilerin doğasını hem de obsesif kompulsif bozukluğun heterojen yapısının anlaşılmasına katkı sağlayarak gelecek araştırmalara yol gösterici olabilir.



BÖLÜM II

YÖNTEM

II.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini yaş aralığı 18-63 arasında değişen, en az 3 aydır bir romantik ilişki içerisinde olduğunu beyan eden ve çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden katılımcılar oluşturmaktadır. Örneklem grubu 508 kadın (%66) ve 262 erkek (%34) olmak üzere 770 katılımcıdan oluşmaktadır. Örneklem grubundaki kadın katılımcıların yaş ortalaması 29.21 ($SS = 8.91$), erkek katılımcıların yaş ortalaması 33.0 ($SS = 10.94$) ve genel örneklem grubunun yaş ortalaması 30.50 ($SS = 9.81$) olarak hesaplanmıştır. Medeni durum açısından katılımcıların %50.9'u bekar %49.1'i evli olduğunu beyan etmiştir. İlişki süresinin 3 ay ile 440 ay (~20 yıl) arasında değiştiği örneklem grubunda ilişki süresi kadın katılımcılar için ortalama 83.75 ay (~7 yıl) ($SS = 92.82$), erkek katılımcılar için ortalama 90.23 ay (7.5 yıl) ($SS = 106.60$) ve örneklemin geneli için ortalama 85.95 ay (7 yıl) ($SS = 97.710$) olarak bulunmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin sosyodemografik özelliklerine ilişkin detaylı bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Örneklemin Demografik Özellikleri

Demografik Değişkenler	F	%
<i>Cinsiyet</i>		
Kadın	508	66.0
Erkek	262	34.0
<i>Medeni Durum</i>		
Bekar	392	50.9
Evli	378	49.1
<i>Eğitim Düzeyi</i>		
İlköğretim mezunu	22	2.9
Lise mezunu	267	34.7
Üniversite mezunu	406	52.7
Lisansüstü mezunu	75	9.7
<i>Partnerin Eğitim Düzeyi</i>		
İlköğretim mezunu	39	5.1
Lise mezunu	255	33.1
Üniversite mezunu	398	51.7
Lisansüstü mezunu	78	10.1
<i>Sosyo-ekonomik Gelir Düzeyi</i>		
Çok düşük	38	4.9
Düşük	86	11.2
Orta	457	59.4
Yüksek	171	22.3
Çok yüksek	18	2.3
<i>İlişki Memnuniyeti</i>		
Hiç memnun değilim	8	1
Biraz memnun değilim	36	4.7
Kararsızım	70	9.1
Biraz memnunum	161	20.9
Çok memnunum	495	64.3
<i>Çocuk Durumu</i>		
Yok	490	63.6
Var	280	36.4
<i>Kimlerle Yaşıyor</i>		
Yalnız	83	10.8
Arkadaşla	58	7.5
Anne/Babayla	251	32.6

Partnerle	121	15.7
Partner & Çocuk(lar)la	246	31.9
Diğer	11	1.4
Toplam	770	100
	X	SS
Yaş		
Kadın	29.21	8.91
Erkek	33.00	10.94
Tüm Örneklem	30.50	9.81
İlişki süresi (ay)		
Kadın	83.75	92.82
Erkek	90.23	106.60
Tüm Örneklem	85.95	97.71

Not. F: Frekans; X: Ortalama; SS: Standart Sapma

II.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların romantik ilişkilerine yönelik obsesif kompulsif belirtilerini ölçmek için Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ), romantik ilişkiye ilişkin bağlanma örüntülerini sorgulayan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II), obsesif inanış düzeyini değerlendirmek için Obsesif İnançlar Anketi-Kısa Formu (OİA-20), ruminatif düşünme eğilimini değerlendirmek için Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ) ve katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini irdelleyen ve romantik ilişkilerine yönelik obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisinin olduğu düşünülen soruları içeren Sosyo-demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

II.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, ilişki süresi, ilişki türü, eğitim ve sosyoekonomik düzey gibi çeşitli sosyo-demografik bilgilerini edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış ve çalışma değişkenlerini ölçmek üzere cevaplanacak ölçeklerden önce katılımcıların doldurulması sağlanmış bir bilgi formudur.

II.2.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II)

Fraley, Waller ve Brennan (2000) tarafından ilk ölçeğin gözden geçirilmesiyle yeniden düzenlenmiş ölçek, öz-bildirime dayalı olarak romantik ilişkilerdeki bağlanma örüntülerini değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçek 36 madde içermekte ve katılımcıların yakın ilişkilerinde deneyimledikleri duygu ve düşüncelerini değerlendirebilecekleri 7'li Likert tipi (1: Hiç Katılmıyorum, 7: Tamamen Katılıyorum) maddelerden oluşmaktadır. Yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin değerlendirildiği ölçekte 18 madde kaygı, 18 madde ise kaçınma boyutunu değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur. Her iki boyut için ilgili maddeler ayrı ayrı toplanıp katılımcılar için kaygı ve kaçınma puanları elde edilmektedir. Yüksek puanlar bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarındaki artışı ifade etmektedir. Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından ölçeğin Türk örneklemindeki psikometrik özellikleri incelemek için yapılan çalışmada Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları kaygı boyutu için .86, kaçınma boyutu için .90 olarak hesaplanmış ve ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu görülmüştür. Orijinal formuyla tutarlı olarak Türkiye uyarlaması da iki alt boyuttan oluşmaktadır. YİYE-II'nin test-tekrar test güvenirliği ise yapılan analizler sonucunda kaygı boyutu için .82, kaçınma boyutu için ise .81 olarak bulunmuştur. Buna göre alt ölçeklerin hem iç tutarlık hem de test tekrar test güvenirlik katsayıları bakımından yüksek düzeyde güvenirliğe sahip olduğu ifade edilmiştir. Bu çalışmada ise kaygı alt boyutuna ait Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .87, kaçınma boyutuna ait Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ise .84 olarak hesaplanmıştır (bkz. Tablo 2).

II.2.3. Obsesif İnançlar Anketi Kısa Formu (OİA-20)

OKB ile ilişkili bilişsel yanlılıkları değerlendirmek amacıyla Obsesif Kompulsif Belirtiler Çalışma Grubu tarafından öz-bildirime dayalı olarak geliştirilen ölçeğin ilk hali 87 maddedir (OKBÇG, 2001). Daha sonra ölçek revize edilmiş ve önce 44 maddelik formu, yakın zamanda ise 20 ve 9 maddelik kısa formları kullanılmaya başlanmıştır (OKBÇG 2003, 2005; Moulding ve ark., 2011). Moulding ve arkadaşları (2011) tarafından 44 maddelik formun gözden geçirilmesiyle oluşturulan 20 maddelik ölçeğin

‘Tehdit Öngörüsü’, ‘Sorumluluk’, ‘Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemsinmesi’ ve ‘Mükemmeliyetçilik’ olmak üzere 4 alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekteki maddeler 7’li Likert tipi (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 7= Tamamen Katılıyorum) derecelendirmeye dayanmaktadır ve alınan puanların yükselmesi obsesif inanış düzeyindeki yükselişi ifade etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi Yorulmaz, Güngör ve Gökdağ (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek yapısının Moulding ve arkadaşlarının (2011) çalışmasıyla tutarlı olarak 4 boyuta sahip olduğu görülmektedir. Ölçekten elde edilecek sonuçların toplam puan veya alt boyutlar bazında değerlendirilebileceği ifade edilmiştir. Ölçeğin Türkiye örneklemindeki psikometrik özelliklerini inceleme çalışmasında Cronbach Alpha güvenilirlik değerleri ‘Tehdit Öngörüsü’ alt boyutu için .79, ‘Sorumluluk’ için .80, ‘Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemsinmesi’ için .79 ve ‘Mükemmeliyetçilik’ için .78 olarak hesaplanmış ve ölçeğin yapı ve eş zaman geçerliğine ve yeterli düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu belirtilmiştir (Yorulmaz, Güngör ve Gökdağ, 2019). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı “Mükemmeliyetçilik/Kesinlik” alt boyutu için .66, “Tehdit Öngörüsü” için .69, “Sorumluluk” için .71 ve “Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemsinmesi” için .72 olarak hesaplanmıştır (bkz. Tablo 2).

II.2.4. Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ)

Brinker ve Dozois (2009) tarafından ruminatif düşünme biçimini değerlendirmek için geliştirilen ölçek, 7’li Likert tipindeki (1: Beni Hiç Tariflemiyor, 7: Beni Çok İyi Tarifliyor) tek faktörlü 20 maddeden oluşmaktadır. Martin ve Tesser’in (1996) Hedefe Yönelik İlerleme Kuramı çerçevesinde geliştirilen ölçek diğer ruminasyon ölçeklerinden farklı olarak bireyin o anki duygudurumundan ve durumun ya da olayın olumlu/olumsuz içeriğinden bağımsız olarak ruminatif düşünme biçimine yönelik eğilimini değerlendirmeyi amaçlamaktadır ve bu yönüyle diğer ruminasyonu ölçmek için geliştirilen ölçeklerden farklılaşmaktadır. Ölçeğin Türkiye örneklemini için uyarlanması Karatepe, Yavuz ve Türkcan (2013) tarafından yapılmış ve tüm ölçek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ülkemize uyarlama çalışmasında da ölçeğin orijinaliyle paralel olarak varyansın %63.43’ünü açıklayan tek faktörlü yapının

kullanılması uygun görülmüştür. Ölçekten elde edilen puanlardaki yükseliş ruminatif düşünme eğilimindeki artışı ifade etmektedir. Ölçeğin test-tekrar test korelasyon katsayısı .84 olarak hesaplanmış ve yapılan psikometrik değerlendirmeler sonucunda RDBÖ'nün Türkiye örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak kullanılabileceği ifade edilmiştir (Karatepe, Yavuz ve Türkcan, 2013). Bu çalışmada ise tüm ölçeğe ait Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır (bkz. Tablo 2).

II.2.5. Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ)

Doron, Derby, Szepeswol ve Talmor (2012a) tarafından romantik ilişkilerle ilgili obsesif kompulsif belirti düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçek 5'li likert tipi (0: *Bana hiç uygun değil*, 4: *Bana çok uygun*) şeklinde ve iki tanesi kontrol amaçlı olmak üzere toplam 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki yüksekliği ifade etmektedir. Ölçeğin, “İlişkinin Doğruluğu”, “Partner Tarafından Sevilme”, ve “Partnere Duyulan Sevgi” olmak üzere toplam üç alt boyutu vardır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Trak ve İnöz (2017) tarafından gerçekleştirilmiş ve ölçeğin orijinaliyle tutarlı olarak 3 faktörlü yapısının korunduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0.89 olarak hesaplanmış ve alt ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri “İlişkinin Doğruluğu” alt boyutu için .78, “Partner Tarafından Sevilme” alt boyutu için .83 ve “Partnere Duyulan Sevgi” alt boyutu için .73 olarak bildirilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenirliği .89 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler doğrultusunda ölçeğin Türkiye örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu ifade edilmiştir (Trak ve İnöz, 2017). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı tüm ölçek için .78, “Partnere Duyulan Sevgi” alt ölçeği için .74, “İlişkinin Doğruluğu” için .74 ve “Partner Tarafından Sevilme” için .79 olarak hesaplanmıştır (bkz. Tablo 2).

II.3. İşlem

Veri toplama sürecine geçilmeden önce çalışmanın yürütülmesi için Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulları'ndan (EGE-BAYEK) gerekli etik izin alınmıştır (bkz. Ek F). Buna ek olarak çalışmanın amaçları doğrultusunda

kullanılacak ölçekler için ölçekleri geliştiren veya uyarlayan yazarlardan ölçek kullanımıyla ilgili izin alınmıştır. Ardından tez çalışması kapsamında incelenecek ölçümler pandemi koşulları nedeniyle Google Forms adlı çevrimiçi anket uygulamasına yüklenmiş ve oluşturulan katılım linki çeşitli sosyal medya uygulamaları aracılığıyla katılımcı adaylarına duyurulmuştur. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden, en az 3 aydır romantik ilişkisi olan ve 18 yaş ve üzeri bireyler araştırmada katılımcı olarak yer almıştır. Katılmayı kabul eden bireylere çalışmaya başlamadan önce Bilgilendirilmiş Onam Formu sunulmuş ve çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul ettiklerini beyan etmeleri sonrası test ölçümlerine geçmeleri sağlanmıştır (bkz. Ek G, Ek H). Katılımcıların sırasıyla Sosyodemografik Bilgi Formu (bkz. Ek A), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II) (bkz. Ek B), Obsesif İnançlar Ölçeği (OİA-20) (bkz. Ek C), Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği (RİOKÖ) (bkz. Ek E) ve Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği'nden (RDBÖ) (bkz. Ek D) oluşan ölçekleri doldurmaları sağlanmıştır. Uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Araştırmanın veri toplama süreci Aralık 2020 – Ocak 2021 arasında sürdürülmüştür.

II.4. İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel olarak değerlendirilmesinde SPSS 25.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*) programı kullanılmıştır.

Verilerin analizine geçmeden önce veri seti incelenmiş, çalışmanın dışlama ölçütü olarak belirlenen psikiyatrik tanı sahibi olmak ve o sırada psikiyatrik ilaç kullanıyor olmak ölçütlerini karşılayan 29 katılımcı analizlere dahil edilmemiştir. Ölçeklere araştırmacı tarafından rastgele doldurmayı tespit etmeye yönelik kontrol soruları eklenmiş ve bu soruları doğru yanıtlamayan katılımcılar çalışma dışı bırakılmıştır. Eksik veri ya da hatalı kodlamaya ilişkin gerekli kontroller yapılmış, ilgili ölçeklerde belirtilen ters maddelerin yeniden kodlanması sağlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde parametrik analizlerin kullanılması planlandığı için verilerin normal dağılım varsayımını karşılayıp karşılamadıkları verilerin basıklık ve çarpıklık değerleri, Kolmogorov-Smirnov testleri, histogram ve box plotlar

üzerinden incelenmiştir. Tabachnick ve Fidel (2015) tarafından basıklık ve çarpıklık katsayılarının ± 1.5 arasında oluşu normal dağılım varsayımının karşılanması için uygun aralıklar olarak tanımlanmıştır ve veri incelemeleri bu aralıkta değerlendirilmiştir. Buna göre çalışmada yer alan tüm değişkenlerin toplam puanları ve alt boyutları bakımından basıklık çarpıklık değerlerinin normal aralıkta olduğu görülmüştür. Box plot üzerinden yapılan incelemelerde yalnızca bir ölçek üzerinde 2 katılımcının aşırı değer gösterdiği görülmüş ve bu katılımcılar analize dahil edilmemiştir. Diğer ölçeklerde ise bazı uç değerler olduğu ancak aşırı değerler bulunmadığı görülmüştür ve herhangi bir müdahale yapılmamıştır. Tüm bunlar ışığında değişkenlerin normal dağılım varsayımını karşıladığı görülmüştür ve analizler 770 katılımcı ile yürütülmüştür.

- 1) Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.
- 2) Sosyodemografik bilgi formundan elde edilen bazı değişkenlerin katılımcıların romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonları bakımından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır.
- 3) Katılımcıların ilişki sürelerinin ve medeni durumlarının romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonların alt boyutları bakımından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla ayrı ayrı çok değişkenli karşılaştırmalara dayanan MANOVA yapılmıştır.
- 4) Araştırmanın temel değişkenlerinin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcılığını incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.
- 5) Yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık rollerini incelemek amacıyla SPSS PROCESS Makrosu üzerinden Hayes'in (2018) önerdiği şekilde paralel aracılık analizi (*model 4*) yapılmıştır.

BÖLÜM III

BULGULAR

Bu bölümde çalışmanın hipotezlerinin test edilmesine yönelik yürütülen analizlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular temel olarak dört kısımda bildirilmiştir. İlk olarak değişkenlerin ortalama, standart sapma ve Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı değerleri ve daha sonra çalışmanın temel değişkenlerinin aralarındaki ilişkilerin bulgulandığı Pearson korelasyon analizlerinin sonuçlarına yer verilmiştir. Üçüncü kısımda çeşitli değişkenlerin gruplarının ortalamaları bakımından romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi üzerinde anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini incelemek için ANOVA ve MANOVA analizlerinin sonuçlarına yer verilmiştir. Dördüncü kısımda ise romantik ilişki odaklı kompulsif belirtileri yordayan değişkenleri incelemek amacıyla yürütülen regresyon ve aracılık analizlerinin sonuçları sunulmuştur.

III.1. Değişkenlerin Tanımlayıcı İstatistikleri

Çalışmada kullanılan değişkenlerin tanımlayıcı özelliklerini belirlemek amacıyla söz konusu değişkenlerin toplam ve alt boyutlarına ait ortalama, standart sapma ve Cronbach's alpha değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: *Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Cronbach's Alpha Değerleri*

Ölçümler	N	X	SS	Cronbach's Alpha
YİYE-II Kaygı	770	60.20	16.65	.87
YİYE-II Kaçınma	770	47.87	12.97	.84
OİA-20	770	71.38	18.00	.86
Kesinlik	770	19.45	5.58	.74
Tehdit	770	16.79	5.71	.73
Sorumluluk	770	20.13	5.98	.71
Kontrol	770	15.01	5.77	.72
RDBÖ	770	94.37	22.54	.93
RİOKÖ	770	28.29	7.96	.78
Sevgi	770	4.82	2.48	.74
Doğruluk	770	8.10	3.55	.74
Sevilme	770	6.72	3.46	.79

Not: YİYE-II Kaygı: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaygı Alt Boyutu; YİYE-II Kaçınma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaçınma Alt Boyutu; OİA-20: Obsesif İnançlar Ölçeği Toplam Puanı; Kesinlik; Mükemmeliyetçilik/Kesinlik Alt Boyutu; Tehdit: Abartılı Tehdit Algısı Alt Boyutu; Sorumluluk: Abartılı Sorumluluk Algısı Alt Boyutu; Kontrol: Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemsenmesi Alt Boyutu; RDBÖ: Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği Toplam Puan; RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği Toplam Puan; Sevgi: Partnere Duyulan Sevgi Alt Boyutu; Doğruluk: İlişkinin Doğruluğu Alt Boyutu; Sevilme: Partner Tarafından Sevilme.

III.2. Değişkenler Arası Korelasyon Analizleri

Çalışmanın temel değişkenlerini oluşturan Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif belirtiler(RİOKÖ) ve alt boyutları olan Partner Tarafından Sevilme, İlişki Doğruluğu, Partnere Duyulan Sevginin; yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin alt boyutları olan Kaygılı ve Kaçınan Bağlanma; Obsesif İnançlar ve alt boyutlarını oluşturan Tehdit Öngörüsü, Abartılı Sorumluluk, Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemsenmesi ve Mükemmeliyetçilik/Kesinlik ve Ruminatif Düşünme Biçimi ile

aralarındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi örneklemin tamamını oluşturan 770 kişi üzerinden yürütülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkilerin yorumlanmasında Cohen'in (1988) önerdiği aralıklar baz alınmış ve .10 ila .29 arasında olan korelasyonlar zayıf, .30 ila .49 arasındaki korelasyonlar orta ve .50 ila 1.00 arasında olan korelasyonlar güçlü düzeyde olarak yorumlanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilere ilişkin korelasyon katsayıları Tablo 3'de verilmiştir.



Tablo 3. *Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon katsayıları*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. YİYE-II Kaygı	-											
2. YİYE-II Kaçınma	.475**	-										
3. OİA-20	.388**	.269**	-									
4. Mükemmeliyetçilik	.373**	.179**	.789**	-								
5. Tehdit Ö.	.445**	.295**	.785**	.558**	-							
6. Abartılı S.	.170**	.122**	.788**	.520**	.429**	-						
7. Kontrol	.234**	.247**	.760**	.403**	.475**	.492**	-					
8. RDBÖ	.451**	.277**	.430**	.395**	.458**	.280**	.215**	-				
9. RİOKÖ	.567**	.419**	.344**	.312**	.391**	.178**	.200**	.389**	-			
10. Sevgi	.408**	.439**	.295**	.237**	.346**	.145**	.199**	.310**	.827**	-		
11. Doğruluk	.535**	.449**	.318**	.310**	.365**	.162**	.162**	.384**	.899**	.691**	-	
12. Sevilme	.670**	.376**	.339**	.311**	.366**	.169**	.220**	.377**	.813**	.491**	.680**	-

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

Not: YİYE-II Kaygı: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaygı Alt Boyutu; YİYE-II Kaçınma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaçınma Alt Boyutu; OİA-20: Obsesif İnançlar Ölçeği Toplam Puanı; Mükemmeliyetçilik; Mükemmeliyetçilik/Kesinlik; Tehdit: Abartılı Tehdit Algısı; Sorumluluk: Abartılı Sorumluluk Algısı; Kontrol: Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemszenmesi; RDBÖ: Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği Toplam Puan; RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği Toplam Puan; Sevgi: Partnere Duyulan Sevgi; Doğruluk: İlişkinin Doğruluğu; Sevilme: Partner Tarafından Sevilme.

RİOKÖ toplam puanının Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin (YİYE-II) alt boyutları ile arasındaki ilişki incelendiğinde; kaygı alt boyutu ($r = .56$) ve kaçınma alt boyutu ($r = .41$) ile pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları bulunmuştur ($p < .01$). RİOKÖ ölçeğinin alt boyutları olan Partnere Duyulan Sevgi ($r = .40$), İlişkinin Doğruluğu ($r = .53$) ve Partner Tarafından Sevilme ($r = .67$) ile kaygılı bağlanma alt boyutu arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p < .01$). Benzer şekilde, kaçınan bağlanma alt boyutu ile RİOKÖ ölçeğinin alt boyutları olan Partnere Duyulan Sevgi ($r = .43$), İlişkinin Doğruluğu ($r = .44$) ve Partner Tarafından Sevilme ($r = .37$) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları bulunmuştur ($p < .01$). Buna göre güvensiz bağlanma örüntüleri ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları arasında hem toplam puan hem de alt ölçekler bazında orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle, kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüsü puanları arttıkça romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler artmaktadır.

RİOKÖ toplam puanı ile Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği (RDBÖ) toplam puanı ($r = .38$) arasındaki ilişki incelendiğinde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları görülmüştür ($p < .01$). RİOKÖ ölçeğinin alt boyutları olan Partnere Duyulan Sevgi ($r = .31$), İlişkinin Doğruluğu ($r = .38$) ve Partner Tarafından Sevilme ($r = .37$) ile RDBÖ toplam puanı arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları görülmüştür ($p < .01$). Buna göre ruminatif düşünme eğilimi ile bireylerin romantik ilişkiye dair obsesif ve kompulsif belirtileri arasında marjinal düzeyde orta dereceli anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Katılımcıların ruminatif düşünme eğilimleri arttıkça romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtileri artmaktadır.

RİOKÖ toplam puanı ile Obsesif İnançlar Ölçeği (OİA) toplam puanı ($r = .34$) arasındaki ilişki incelendiğinde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları görülmüştür ($p < .01$). RİOKÖ ölçeğinin alt boyutları olan Partnere Duyulan Sevgi ($r = .29$), İlişkinin Doğruluğu ($r = .31$) ve Partner Tarafından Sevilme ($r = .33$) ile OİA toplam puanı arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip oldukları bulunmuştur ($p < .01$). Buna göre obsesif inanç alanlarındaki artış

ile bireylerin romantik ilişkiye dair obsesif ve kompulsif belirtilerdeki artış arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle, katılımcıların obsesif inanç alanlarındaki puanlarında artış romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilerdeki artışla ilişkilidir.

Tablo 3 incelendiğinde çalışmadaki tüm mevcut değişkenler ve alt boyutları arasında $p < .01$ anlamlılık düzeyinde zayıf ila yüksek düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür.

III.3. Gruplar Arası Farklılıkların İncelenmesi: Tek Yönlü Varyans Analizleri (ANOVA) ve Çok Değişkenli Varyans Analizleri (MANOVA)

Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği'nden (RİOKÖ) alınan toplam puanın cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek adına tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda kadın ($\bar{X} = 28.29$, $SS = 7.80$) ve erkek ($\bar{X} = 28.09$, $SS = 8.27$) katılımcıların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür $F(1, 768) = .000$, $p = .994$.

Tablo 4. Cinsiyete göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Kadın		Erkek		F	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS		
	(N=508)		(N=262)			
RİOKÖ_Toplam	28.29	7.80	28.09	8.27	.000	.994

Katılımcıları yaş grubunun romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek adına tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden alınan toplam puanın yaş grubuna göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür $F(1, 768) = 12.678$, $p = .000$, kısmi $\eta^2 = 0.01$. Buna göre beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler puanı ortalaması ($\bar{X} = 29.49$, $SS = 7.89$), yetişkinlik dönemindeki katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif

belirtiler puanı ortalamasına ($\bar{X}$ = 27.43, SS =7.90) göre daha yüksektir. Katılımcıların yaş grubuna göre grupların RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 5’de gösterilmektedir.

Tablo 5. Yaş grubuna göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Beliren Yetişkinlik (18-25 yaş)		Yetişkinlik (25+ yaş)		F	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS		
	(N=322)		(N=448)			
RİOKÖ_Toplam	29.49	7.89	27.43	7.90	12.678***	.000

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin katılımcıların medeni durumu bakımından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden alınan toplam puanın medeni duruma göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür $F(1, 762.39) = 27.426$, $p = .000$, kısmi $\eta^2 = 0.03$. Karşılaştırılan grupların varyansları homojen olmadığı için analizde Welch F testi raporlanmıştır. Buna göre bekâr katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler puanı ortalaması ($\bar{X} = 29.74$, SS =8.28), evli katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler puanı ortalamasına ($\bar{X} = 26.79$, SS =7.32) göre anlamlı olarak daha yüksektir. Katılımcıların medeni durumuna göre grupların RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 6’da gösterilmektedir.

Tablo 6. Medeni Duruma göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Bekâr		Evli		F	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS		
	(N=392)		(N=378)			
RİOKÖ_Toplam	29.74	8.28	26.79	7.32	27.426***	.000

Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin alt boyutlarında (Partnere Duyulan Sevgi, İlişkinin Doğruluğu, Partner Tarafından Sevilme) medeni durum bakımından farklılaşma bulunup bulunmadığını incelemek amacıyla Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) yapılmıştır. MANOVA analizinin temel sayıtlarından olan varyans-kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek amacıyla yapılan *Box's M* testinde bağımlı değişkenler arasındaki varyans ve kovaryansların homojen dağılmadığı gözlemlenmiştir (*Box's M* = .00, $p < .05$). MANOVA sonucuna göre modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ve varsayım ihlalleri karşısında daha dirençli olan Pillai's Trace değeri raporlanmıştır (*Pillai's Trace* = .055, $F(3,766) = 14.905$, $p = .000$, kısmi $\eta^2 = .055$).

MANOVA'yı izleyen tek yönlü varyans analizlerinde, Tip 1 hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltmesi yapılmış ve anlamlılık değeri ($.05/3$) $p = .01$ olarak alınmıştır. Bu anlamlılık değerine göre katılımcıların ilişki durumlarının partnere duyulan sevgi [$F(1,768) = 16.508$, $p = .000$, kısmi $n^2 = .021$], ilişkinin doğruluğu [$F(1,768) = 39.842$, $p = .000$, kısmi $n^2 = .049$], ve partner tarafından sevilme [$F(1,768) = 7.042$, $p = .008$, kısmi $n^2 = .009$] boyutları bakımından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Grupların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler alt boyutlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile MANOVA analizini izleyen tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7. Medeni Duruma göre RİOKÖ alt boyutlarındaki farklılıklara ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Bekar		Evli		F	p
	$\bar{X}$ (N=392)	SS	$\bar{X}$ (N=378)	SS		
Partnere Duyulan Sevgi	1.67	.83	1.45	.69	16.508***	.000
İlişkinin Doğruluğu	2.21	.95	1.82	.76	39.842***	.000
Partner Tarafından Sevilme	1.76	.91	1.59	.86	7.042***	.008

Romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden elde edilen toplam puanın katılımcıların romantik ilişki süresine göre anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediğini incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonucunda katılımcıların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyinin ilişki sürelerine göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır, $F(3, 424.10) = 16.10$, $p = .000$, kısmi $\eta^2 = .06$. Karşılaştırılan grupların varyansları homojen olmadığı için analizde *Welch F* testi raporlanmıştır.

Tip 1 hatayı önlemek amacıyla post hoc testleri öncesinde Bonferroni düzeltmesi yapılmış ve anlamlılık değeri $(.05/4) p = .01$ olarak alınmıştır. Yapılan Games – Howell çoklu karşılaştırma sonucuna göre ise, ilişki süresi 3-13 ay arasında olan katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi ($\bar{X} = 31.48$, $SS = 8.74$), ilişki süresi 13-48 ay ($\bar{X} = 28.46$, $SS = 6.94$), 48-120 ay ($\bar{X} = 27.23$, $SS = 7.51$) ve 120-440 ay ($\bar{X} = 25.94$, $SS = 7.42$) arasında olan katılımcıların ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyinden anlamlı olarak daha yüksektir (p değerleri sırasıyla .001, .000, .000). Benzer şekilde ilişki süresi 13-48 ay arasında olan katılımcıların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi, ilişki süresi 120-440 ay arasında olan katılımcılardan anlamlı olarak daha

yüksektir ($p = .005$). İlişki süresi 13-48 ay arasında olan katılımcılarla, 48-120 ay arasında olan katılımcılar arasında ise romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından anlamlı farklılaşma saptanmamıştır ($p = .346$). Benzer şekilde ilişki süresi 48-120 ay arasında olan katılımcılarla 120-440 ay arasında olan katılımcılar arasında da romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından anlamlı farklılaşma saptanmamıştır ($p = .315$). Katılımcıların romantik ilişki süresine göre grupların RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 8’de gösterilmektedir.

Tablo 8. *Romantik İlişki Süresine göre RİOKÖ Toplam puanına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları*

	3-13 ay		13-48 ay		48-120 ay		120-440 ay		F	p	Anlamlı Fark
	(N = 197)		(N = 180)		(N = 206)		(N = 187)				
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
RİOKÖ	31.48	8.74	28.46	6.94	27.23	7.51	25.94	7.42	16.10***	.000	1>2,3,4 2>4

Katılımcıların ilişki süreleri bakımından romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin alt boyutlarından alınan puanlar arasında (Partnere Duyulan Sevgi, İlişkinin Doğruluğu, Partner Tarafından Sevilme) farklılaşma görülüp görülmediğini incelemek amacıyla Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) yapılmıştır. MANOVA analizinin temel sayıtlarından olan varyans-kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek amacıyla yapılan *Box's M* testinde bağımlı değişkenler arasındaki varyans ve kovaryansların homojen dağılmadığı gözlemlenmiştir (*Box's M* = .00, $p < .05$). MANOVA sonucuna göre modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ve varsayım ihlalleri karşısında daha dirençli olan Pillai's Trace değeri raporlanmıştır (*Pillai's Trace* = .088, $F(9,2298) = 6.482$, $p = .000$, kısmi $\eta^2 = .029$).

MANOVA'yı izleyen tek yönlü varyans analizlerinde, Tip 1 hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltmesi yapılmış ve anlamlılık değeri ($.05/3$) $p = .01$ olarak alınmıştır. Bu anlamlılık değerine göre katılımcıların ilişki sürelerinin partnere duyulan

sevgi [$F(3,766) = 9.724, p = .000, \text{kısmi } n^2 = .037$], ilişkinin doğruluğu [$F(3,766) = 22.460, p = .000, \text{kısmi } n^2 = .081$], ve partner tarafından sevilme [$F(3,766) = 7.633, p = .000, \text{kısmi } n^2 = .029$] bakımından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Grupların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerinin ölçeğinin tüm alt boyutlarında ilişki süresinin artmasına bağlı olarak azaldığı gözlemlenmiştir.

Yapılan post hoc analizleri sonucunda partnere duyulan sevgi alt boyutu bakımından ilişki süresi 3-13 ay arasında olan katılımcıların diğer tüm gruplardan anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (p değerleri sırasıyla .01, .00, .00). Partnere duyulan sevgi puanları bakımından ilişki süreleri baz alındığında diğer ikili karşılaştırmalar arasında ise anlamlı farklılık bulunamamıştır. İlişkinin doğruluğu alt boyutunda yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda ilişki süresi 3-13 ay arasında olan katılımcıların diğer tüm gruplardan anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (p değerleri sırasıyla .00, .00, .00). Buna ek olarak, ilişki süresi 13-48 ay arasında olan katılımcılar ile 120-440 ay arasında olan katılımcılar arasında da ilişkinin doğruluğu alt boyutunda elde edilen puanlar bakımından anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür ($p = .00$). İlişkinin doğruluğu puanları bakımından ilişki süreleri baz alındığında diğer ikili karşılaştırmalar arasında ise anlamlı farklılık bulunamamıştır. Partner tarafından sevilme alt boyutuna bakıldığında da ilişki süresi 3-13 ay arasında olan katılımcıların diğer tüm gruplardan anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (p değerleri sırasıyla .01, .00, .00). İlişkinin doğruluğu alt boyutundan elde edilen puanlar bakımından ilişki süreleri baz alındığında diğer ikili karşılaştırmalar arasında ise anlamlı farklılık bulunamamıştır. Grupların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler alt boyutlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile MANOVA analizini izleyen tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9. *Romantik İlişki Süresine göre RİOKÖ alt boyutlarındaki farklılıklara ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları*

	3-13 ay (N = 197)		13-48 ay (N = 180)		48-120 ay (N = 206)		120-440 ay (N = 187)		F	p	Anlamlı Farklılaşma
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Partnere Duyulan Sevgi	1.80	.86	1.55	.77	1.47	.71	1.42	.69	9.724***	.000	1>2,3,4
İlişki Doğruluğu	2.40	1.00	2.08	.80	1.87	.83	1.73	.74	22.460***	.000	1>2,3,4 2>4
Partner Tarafından Sevilme	1.92	.97	1.65	.78	1.60	.85	1.53	.76	7.633***	.000	1>2,3,4

III.4. Regresyon Analizleri

III.4.1. Romantik İlişki Süresi, Güvensiz Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişkiye Yönelik Obsesif Kompulsif Belirtiler Puanlarını Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Sonuçları

Katılımcıların romantik ilişki odaklı obsesif ve kompulsif belirtilerinin yordanmasına ilişkin olarak alanyazından hareketle romantik ilişki süresi, güvensiz bağlanma örüntüleri, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri dahil edilerek hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Bu amaçla romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonları açıklamak üzere analize ilk aşamada, kontrol değişkeni olarak romantik ilişki süresi girilmiştir. İlişki süresinin toplam varyansın %4.4'ünü açıkladığı görülmüştür [$R^2 = .044$, $F(1,768) = 35.44$, $p < .001$].

İkinci aşamada, romantik ilişki süresine ek olarak yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinden kaygılı ve kaçınan bağlanma alt boyutları analize girmiştir. Kaygılı ve Kaçınan bağlanma boyutlarının varyansın açıklanmasına % 33'lük bir katkı sağlayarak

romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilere ilişkin açıklanan varyansı %37'ye yükselttiği görülmüştür [$R^2 = .376$, $F(3,766) = 153.684$, $p < .001$].

Üçüncü aşamada romantik ilişki süresi ve yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinden kaygılı ve kaçınan bağlanmaya ek olarak obsesif inanç alanlarının alt boyutları olan abartılı sorumluluk, düşüncelerin ve kontrolün önemsenmesi, mükemmeliyetçilik/kesinlik ve abartılı tehdit öngörüsü değişkenleri analize dahil edilmiştir. Bunlar arasından mükemmeliyetçilik/kesinlik ve abartılı tehdit öngörüsü puanlarının romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcı gücünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu aşamada girilen ilgili değişkenler oluşturulan modeldeki varyansın açıklanmasına %3'lük bir katkı sağlayarak romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilere ilişkin puanlarındaki açıklanan varyansı %40'a yükseltmiştir [$R^2 = .401$, $F(7,762) = 72.780$, $p < .001$].

Son aşamada romantik ilişki süresi, yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinden kaygılı ve kaçınan bağlanma ve obsesif inançların alt boyutlarına ek olarak ruminatif düşünme biçimi değişkeni analize dahil edilmiştir. Ruminatif düşünme biçimi değişkeni modele dahil edildiğinde obsesif inanç alanlarından abartılı tehdit öngörüsünün anlamlı yordayıcılığını sürdürmeye devam ettiği görülmüştür. Ruminatif düşünme biçiminin varyansın açıklanmasına %0.5'lik bir katkı sağlayarak romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilere ilişkin puanlarındaki açıklanan varyansı %40.6'ya yükseltmiştir [$R^2 = .406$, $F(8,761) = 65.143$, $p < .001$]. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10. *Romantik İlişki Süresi, Güvensiz Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Romantik İlişkiye Yönelik Obsesyon ve Kompulsiyonları Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Sonuçları*

	Model 1			Model 2			Model 3			Model 4		
	B	SH B	ß	B	SH B	ß	B	SH B	ß	B	SH B	ß
Süre	-.01	.00	-.210***	-.01	.00	-.161***	-.01	.00	-.171***	-.01	.00	-.164***
YİYE-II												
Kaygı				4.11	.29	.453***	3.41	.32	.376***	3.19	.32	.352***
Kaçınma				2.37	.37	.203***	2.25	.37	.194***	2.18	.37	.188***
OİA												
Kesinlik							.52	.26	.074*	.43	.26	.061
Tehdit							.85	.26	.123**	.70	.26	.101**
Kontrol							.17	.23	.025	.12	.23	.019
Sorumluluk							.17	.23	.026	.118	.23	.018
RDBÖ												
RDBÖ_Toplam										.03	.01	.092**
$R^2(R^2 \text{ değişim})$		.04			.37 (.33)			.40(.03)			.40 (.005)	
F		35.44			153.68			72.78			65.143	
$\Delta R^2 \text{ için } F$		35.44			203.46			7.93			7.40	

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

Not: YİYE-II Kaygı: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaygı Alt Boyutu; YİYE-II Kaçınma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Kaçınma Alt Boyutu; OİA: Obsesif İnançlar Ölçeği Toplam Puanı; Kesinlik; Mükemmeliyetçilik/Kesinlik Alt Boyutu; Tehdit: Abartılı Tehdit Algısı Alt Boyutu; Sorumluluk: Abartılı Sorumluluk Algısı Alt Boyutu; Kontrol: Düşüncelerin ve Kontrolünün Önemszenmesi Alt Boyutu; RDBÖ: Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği Toplam Puan.

III.4.2. Yetişkin Güvensiz Bağlanma Örüntülerinin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü

Yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinden kaygılı ve kaçınan bağlanmanın bireylerin ruminatif düşünme eğilimi ve obsesif inanç düzeyi aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi ile nasıl bir ilişki gösterdiğini incelemek amacıyla aracılık analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde katılımcıların kaygılı ve kaçınan bağlanma ölçeklerinden elde ettikleri puanlar yordayıcı değişkenler olarak, romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinden elde ettikleri puanlar ise yordanan değişken olarak regresyon eşitliğinde yer almıştır. Obsesif inançlar ölçeği (OİA – 20) toplam puanı ve ruminatif düşünme biçimi ölçeği (RDBÖ) toplam puanı ise aracı değişkenler olarak analize dahil edilmiştir. Bireylerin obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçimine yönelik eğiliminin yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi arasındaki aracı rollerini incelemek amacıyla regresyon eşitliğindeki toplam, doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir.

Bu amaçlar doğrultusunda oluşturulan modelleri test etmek için iki adet aracılık analizi yürütülmüştür. Aracılık ilişkisinin incelenmesinde SPSS için PROCESS Macro Uzantısı versiyon 3.5 kullanılmış (Hayes, 2017) ve değişkenler arasındaki paralel aracılığı incelemek için Model 4 üzerinden uygulama yapılmıştır. Paralel aracılık modelleri ile birden fazla aracının tek bir model içerisinde yordayan ve yordanan değişkenler arasındaki aracılık etkilerinin incelenmesine olanak sağlamaktadır (Hayes, 2013). Basit aracılık modellerine kıyasla paralel aracılık modelleri yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi sırasında oluşabilecek Tip 1 ve Tip 2 hatayı azaltma açısından da avantaj sağlamaktadır (Hayes, 2013; 2017). Buna ek olarak paralel aracılık modellerinde (1) Aracı değişkenlerin bir set olarak X'in etkisini Y'ye anlamlı olarak taşıyıp taşımadığı (toplam dolaylı etki), (2) Aracı değişkenlerin bireysel etkisinin, yani her bir potansiyel aracı değişkenle bağlantılı dolaylı etkinin, anlamlı olup olmadığı şeklinde iki farklı tür sonuca ulaşılabilmektedir (Preacher ve Hayes, 2008). Bu çalışmada modele aracı değişken olarak dahil edilecek olan obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçiminin aralarındaki korelasyon katsayıları

incelendiğinde düşük düzeyde ilişki görülmesi ve değişkenler arasında nedensel bir ilişki tanımlanmaması nedeniyle Model 4 üzerinden regresyon modelinin test edilmesinde bir sakınca olmadığına karar verilmiştir.

III.4.2.1. Kaygılı Bağlanma Örüntüsünün Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü

Bu bölümde güvensiz bağlanma örüntülerinden kaygılı bağlanma örüntüsü ile (yordayıcı değişken) romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi (yordanan değişken) arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin (aracı değişkenler) anlamlı aracılık etkilerinin olup olmadığı incelenmiştir. Oluşturulan modelde kaygılı bağlanma örüntüsü, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri bir arada olarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerindeki varyansın %35'ini açıklamaktadır ($F(3,766) = 139.10, p < .001$). Kaygılı bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin aracı rolünün olup olmadığını belirleyebilmek amacıyla yürütülen paralel aracılık analizleri sonucuna göre; kaygılı bağlanma örüntüsünün RİOKÖ üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($c':\beta = .567, t(770) = 19.08, p < .001$).

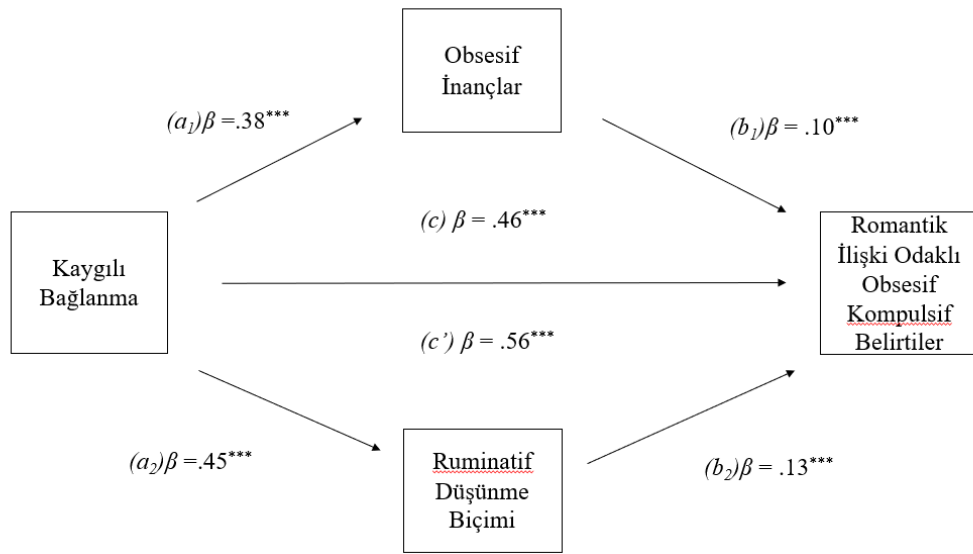
Modelde aracı değişkenler olan obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık etkisini incelemek üzere 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Bootstrapping analizi bulguları, kaygılı bağlanmanın obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki dolaylı etkiler toplamının anlamlı olduğunu göstermektedir (%95 GA = .60 ile 1.26, SE = .16).

Değişkenlerin aracılık etkisi bootstrap güven aralıkları üzerinden ayrı ayrı olarak incelendiğinde, kaygılı bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inanç düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_1b_1 = .376, SH = .131$), %95 GA (.130 - .646) ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .551, SH = .018$), %95 GA (.268 - .842) bulgularına ulaşılmıştır. Aracı değişkenler

analize dahil edildikten sonra kaygılı bağlanmanın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı kalması sebebiyle ($c: \beta = .464$, $t(770) = 13.82$, $p < .001$) kaygılı bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançlar ve ruminatif düşünce biçiminin kısmi aracılık rollerinin olduğu belirlenmiştir. Bulgular Şekil 1’de gösterilmiştir.

Özetle, kaygılı bağlanma örüntüsünün hem tek başına hem de bireylerin obsesif inanç düzeyi ve ruminatif düşünme eğilimi aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Şekil 1. *Kaygılı Bağlanma Örüntüsü ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü*



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

III.4.2.2. Kaçınan Bağlanma Örüntüsünün Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirti Düzeyiyle İlişkisinde Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü

Kaçınan bağlanma örüntüsüyle (yordayıcı değişken) romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyi (yordanan değişken) arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin (aracı değişkenler) anlamlı aracılık etkilerinin

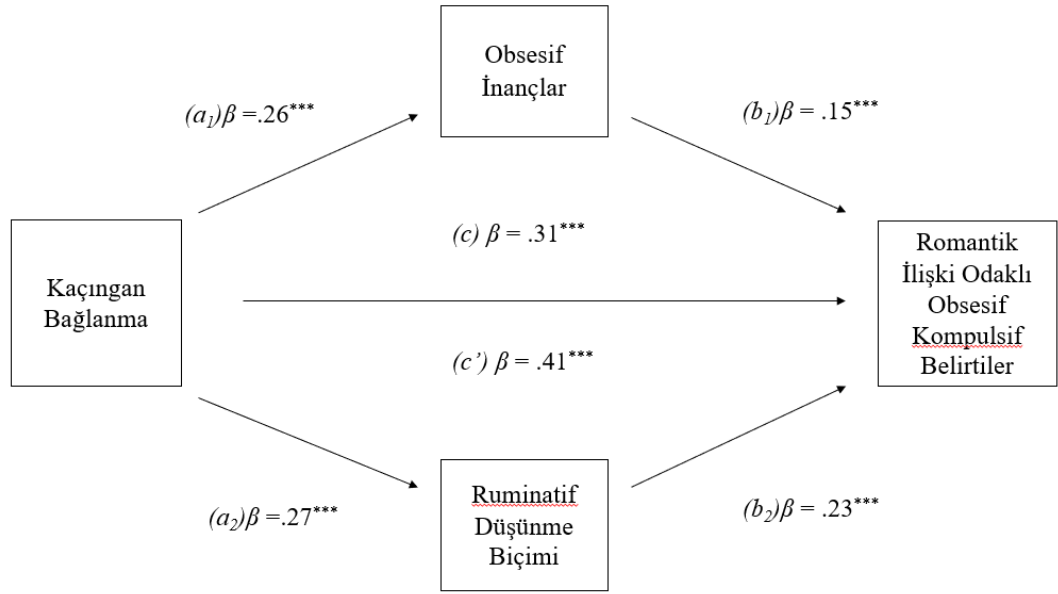
olup olmadığı incelenmiştir. Oluşturulan modelde kaçınan bağlanma örüntüsü, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri bir arada olarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerindeki varyansın %27'sini açıklamaktadır ($F(3,766) = 98.00$, $p < .001$). Kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin aracı rolünün olup olmadığını belirleyebilmek amacıyla yürütülen paralel aracılık analizleri sonucuna göre; kaçınan bağlanma örüntüsünün romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($c':\beta = .418$, $t(770) = 12.77$, $p < .001$).

Modelde aracı değişkenler olan obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık etkisini incelemek üzere 5000 bootstrap örnekleme oluşturulmuştur. Bootstrapping analizi bulguları, kaçınan bağlanmanın obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenleri aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki dolaylı etkiler toplamının anlamlı olduğunu göstermektedir (%95 GA = .90 ile 1.66, $SE = .19$).

Değişkenlerin aracılık etkisi bootstrap güven aralıkları üzerinden ayrı ayrı olarak incelendiğinde, kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inanç düzeyinin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_1b_1 = .501$, $SH = .141$), %95 GA (.244 - .806) ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık etkisinin (dolaylı etki) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($a_2b_2 = .761$, $SH = .149$), %95 GA (.488 – 1.07) bulgularına ulaşılmıştır. Aracı değişkenler analize dahil edildikten sonra kaçınan bağlanmanın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı kalması sebebiyle ($c: \beta = .310$, $t(770) = 9.56$, $p < .001$) hem obsesif inançların hem de ruminatif düşünce biçiminin bir set olarak kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide kısmi aracı rol oynadığı belirlenmiştir. Bulgular Şekil 2'de gösterilmiştir.

Özetle, kaçınan bağlanma örüntüsünün hem tek başına hem de bireylerin obsesif inanç düzeyi ve ruminatif düşünme eğilimi aracılığıyla romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyindeki artışı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Şekil 2. Kaçınan Bağlanma Örüntüsü ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide Obsesif İnançların ve Ruminatif Düşünme Biçiminin Aracı Rolü



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

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu çalışma temel olarak yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin, bireylerin obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçime yönelik eğiliminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki etkilerini incelemek üzere yürütülmüştür. Bu amaçla, çalışmanın temel değişkeni olan romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonlarının bazı demografik özelliklere göre nasıl bir farklılaşma gösterdiğini anlamak için varyans analizleri, çalışmanın bağımsız değişkenlerinin romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları üzerindeki yordayıcı gücünü görmek için hiyerarşik regresyon analizi, daha sonra ise obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin güvensiz bağlanma örüntüleri ile romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları arasındaki ilişkideki aracılık rollerini incelemek için aracılık analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu bölümde ise çalışmanın değişkenleri arasındaki ilişkilerin araştırma hipotezleri doğrultusunda incelenmesinden elde edilen sonuçların ilgili alanyazın kapsamında tartışılması amaçlanmaktadır. Analizlere ait sonuçların aktarılmasının ve özetlenmesinin ardından çalışmanın sınırlılıklarına ve gelecekte bu alanda yapılacak çalışmalara yönelik önerilere yer verilecektir.

İlk olarak çalışmanın hipotezleri kapsamında romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkili olabileceği düşünülen bazı sosyo-demografik özelliklerden elde edilen bulguların tartışılmasına yer verilecektir. Bu kapsamda ilk olarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyet faktörüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Yakın ilişkilere dair alanyazın incelendiğinde özellikle heteroseksüel romantik ilişkilere dair bilimsel araştırmalarda değişkenlerin cinsiyete göre bir farklılaşma gösterip göstermediği önemli bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Ulusal ve uluslararası alanyazındaki bulgular incelendiğinde kadın ve erkeklerin romantik ilişkilerine dair obsesyon ve kompulsiyonlar bakımından anlamlı olarak farklılaşmadıkları görülmüştür (Doron ve diğ., 2012a, 2012b; Trak, 2016; Yıldırım, 2017; Abak, 2019; Toroslu, 2020). Bu bakımdan mevcut çalışmanın cinsiyete ilişkin bulgusu alanyazınla tutarlılık göstermektedir. Yaygın OKB belirtilerinin cinsiyetler açısından farklılaşmadığına dair bazı çalışma bulgularının varlığı da göz önüne alındığında (Purdon

ve Clark, 2005; Öneker, 2017) yeni bir OKB belirti türü olan ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin de benzer bir örüntü gösterebildiği düşünülmüştür. Sonuç olarak, mevcut çalışmada romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları bakımından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı yönündeki araştırma hipotezinin desteklendiği görülmüştür.

Çalışmanın bir diğer araştırma hipotezini test etmeye yönelik yürütülen analizlerde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler içinde bulunan yaş grubu ve gelişimsel dönem açısından incelenmiş ve mevcut çalışmada 18-25 yaş aralığında bulunan beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcıların, yetişkinlik dönemindeki (25 yaş üzeri) katılımcılara kıyasla anlamlı olarak daha yüksek düzeyde romantik ilişkilerine dair obsesif kompulsif belirtiler deneyimledikleri görülmüştür. Doron ve arkadaşları (2014a) klinik gözlemlerinden yola çıkarak romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ilk olarak beliren yetişkinlik döneminde başlangıç gösterme ve uygun şekilde müdahale edilmediğinde yetişkinlik döneminde devam etme eğiliminde olduğunu ve ilişkinin herhangi bir zamanında görüleceği gibi başlangıç dönemlerinde ve ilişkiye dair önemli kararların alınacağı dönemlerde daha yoğun deneyimlenebileceğini belirtmişlerdir. Bu ifadeler doğrultusunda ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde yaşa bağlı anlamlı bir farklılaşma beklenmemiştir. Beliren yetişkinlik dönemi (18-25 yaş aralığı) bireylerin romantik ilişkilerindeki yakınlık ihtiyaçlarının artmaya başladığı, romantik ilişkilerin arkadaşlık ilişkilerine kıyasla daha fazla önem kazanmaya başladığı bir dönem olarak bilinmektedir (Arnett, 2000). Mevcut çalışmada yaş aralığı 18-65 arasında değişmektedir ve yaş grupları arasındaki marjinal düzeydeki anlamlı farklılığın bireylerin geç ergenlikten yetişkinliğe geçiş döneminde görülen olgunlaşma süreciyle birlikte ilişkileri hakkında daha fazla düşünmeye başlamaları ve genellikle bu yaş grubundaki bireylerin sevgililik ilişkisi içerisinde olmaları göz önüne alındığında bu ilişki türünün evlilik ilişkisine göre daha fazla belirsizlik içeriyor olmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmüştür (Doron ve diğ., 2014a). Önceki çalışmaların bulguları incelendiğinde, Toroslu (2020) tarafından 18-58 yaş aralığındaki katılımcılarla yürütülen çalışmada yaş ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin anlamlı olarak negatif yönlü bir ilişki gösterdiği ifade edilmiştir. Trak (2016) tarafından yürütülen çalışmada da benzer olarak artan yaşla birlikte romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde anlamlı olarak azalma olduğu

görülmüştür. Öte yandan Yıldırım'ın (2017) çalışmasında katılımcıların yaşlarıyla (yaş aralığı 18-53) romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları bakımından anlamlı farklılaşma olmadığı görülmüştür. Bu çalışmada ise yaş değişkeni katılımcıların içinde bulundukları gelişimsel dönemler açısından kıyaslanmış ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından anlamlı olarak farklılaştıkları sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmanın bu bulgusu yukarıda bahsedilen geçmiş bazı çalışmaların bulguları ve araştırma hipotezi bakımından şaşırtıcıdır çünkü yaygın OKB belirtilerinde olduğu gibi romantik ilişkiyi hedef alan obsesif kompulsif belirtilerin de beliren yetişkinlik döneminde başlayıp yetişkinlik dönemi boyunca benzer bir seyir izleyeceği düşünülmüştür. Bu bağlamda araştırma hipotezi desteklenmemiştir.

İlişki durumu bakımından mevcut çalışmanın sonuçları incelendiğinde, medeni durumunu bekâr (romantik partneri var) olarak belirten katılımcıların, medeni durumunu evli olarak belirten katılımcılara kıyasla ilişkilerine dair daha yüksek düzeyde obsesif kompulsif belirti deneyimliyor oldukları görülmüştür. Bu anlamlı farklılık romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin tüm alt boyutlarında (partnere duyulan sevgi, ilişkinin doğruluğu, partner tarafından sevilme) korunmuştur. Mevcut çalışmanın bu konudaki bulgusunun bu alanda yürütülen sınırlı çalışmalarla da uyumlu olduğu görülmüştür (Toroslu, 2020; Bakçepinar, 2019). Abak (2019) tarafından yürütülen çalışmada ilişki durumu sevgili, sözlü/nişanlı ve evli olmak üzere üç grupta incelenmiş ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti şiddetinin ilişki durumunu sevgili olarak belirten bireylerde sözlü/nişanlı ve evli olarak belirten katılımcılara kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Medeni durumun ve romantik ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonların ilişkisi ilgili literatür çerçevesinde düşünüldüğünde romantik partneri olan ve medeni durumu bekâr olan katılımcıların evli katılımcılara kıyasla ilişkilerinin geleceği ve yakınlık hissi konularında daha fazla belirsizlikle karşı karşıya kalıyor olabilirler (Doron ve diğ., 2014a). Bu belirsizlikler karşısında ise doğru ilişkide olup olmadıklarına, partnerlerini gerçekten sevip sevmediklerine ya da partnerlerinin kendilerini gerçekten sevip sevmediklerine dair girici düşüncelere daha yatkın hale gelebilecekleri düşünülmektedir. Bu bağlamda, alanyazınla tutarlı olarak araştırmanın bu hipotezi desteklenmiştir.

Araştırmanın bir diğer hipotezi olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ilişki süresi bakımından ne tür bir eğilim gösterdiğini incelemek için yürütülen analizler sonucunda ilişki süresinin (mevcut çalışmada 3 ay ile 20 yıl arasında) uzamasının obsesif kompulsif belirtilerdeki azalma ile anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmüştür. Çalışmaya katılım koşullarında bireylerin en az 3 aydır bir romantik ilişki içerisinde olması belirtilmiştir. Bunun nedeni ilişkinin ilk aylarında görülebilen ilişkiyi ve partneri sorgulamaya yönelik düşüncelerin ve eylemlerin görece normal kabul edilebilecek olmasıdır. Ancak ilişki süreç içerisinde devam ederken bireyin işlevselliğini ve/ya ilişkisini sürdürebilmesini etkileyecek düzeyde romantik ilişkisine dair girici düşüncelere maruz kalması obsesif kompulsif bozukluğun yeni bir belirti türü olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkilendirilmektedir (Doron ve diğ., 2012a, 2014a). Doron ve arkadaşları (2012a, 2014a) çalışmalarında bireylerin birlikte oldukları süreden bağımsız olarak ilişkinin herhangi bir döneminde ilişkilerine dair obsesif kompulsif belirtiler gösterebileceklerini ancak ilişkinin başlangıç dönemlerinin bir risk oluşturabileceğini bildirmişlerdir. Mevcut çalışmada katılımcıların ilişki süreleri %25'lik dilimler şeklinde dört ayrı grupta incelenmiş ve ilişki süresi 3 ay ile 1 yıl arasında olan katılımcıların diğer üç gruptan da ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından farklılaştığı görülmüştür. Bu anlamlılık ölçeğinin tüm alt boyutlarını oluşturan ilişkinin doğruluğu, partner tarafından sevilme ve partnere duyulan sevgi bakımından da korunmuştur. Buna ek olarak, ilişki süresi 1 ile 4 yıl arasında olan katılımcılar ile 10-36 yıl arasında olan katılımcıların da ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler bakımından anlamlı olarak farklılık gösterdiği gözlenmiştir. Genel olarak değerlendirildiğinde ilişki süresinin artışının ilişkiye dair girici düşünce ve kompulsif davranışlardaki azalmayla ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Benlik değerlerine dair yoğun şüphe yaşayan bireylerin romantik partnerlerini tanıma sürecinde ilişkilerine dair daha az güven duygusu hissedebileceklerini ve çelişkili hisleri bir arada deneyimleyebileceklerini ifade edilmiştir (Murray, Holmes, MacDonald ve Ellsworth, 1998, Doron ve diğ. 2012c). İlişki devam ettikçe ilişkiye ve partnere duyulan güvenin artmasıyla birlikte romantik ilişkiye dair deneyimlenen zorlayıcı düşünceler ve imgelerle başa çıkmanın kolaylaşıyor olabileceği düşünülmektedir. Bu konudaki geçmiş çalışmaların bulguları incelendiğinde çoğunlukla mevcut çalışmanın bu bulgusuyla tutarlı oldukları görülmüştür (Toroslu, 2020; Abak,

2019; Trak, 2016). Sonuç olarak, çalışmanın bulgusu ilişki süresi ile romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı farklılık olduğunu belirten araştırma hipotezini desteklemiştir.

Mevcut çalışmanın bu noktaya kadar olan bulguları incelendiğinde romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerde medeni durum, yaş grubu ve ilişki süresi gibi sosyodemografik değişkenler bakımından anlamlı farklılaşmaların görülmesi ilgili değişkenlerin bu alanda yürütülecek gelecek çalışmalarda göz önünde bulundurulabilecek önemli faktörler olabileceğini düşündürmüştür. Sosyodemografik özelliklere dair bulguların değerlendirilmesinin ardından romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilerin yordanmasında etkili olabilecekleri düşünülen araştırmanın temel değişkenlerinin regresyon ve aracılık analizlerinin bulguları ışığında değerlendirilmesine yer verilecektir.

Temel olarak obsesif kompulsif bozukluğun yeni bir belirti türü olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin doğasını ve yordayıcı etmenlerini anlamaya yönelik yürütülen bu çalışmada ilişki süresinin, güvensiz bağlanma örüntülerinin, obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme biçiminin ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonlar üzerindeki yordayıcı gücü hiyerarşik regresyon analizi yoluyla incelenmiştir.

İlk aşamada modele dahil edilen ilişki süresinin romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. İlişki süresinin yordayıcılığını daha sonraki tüm modellerde de anlamlı olarak korumaya devam etmesinden yola çıkarak romantik ilişkiyi hedef alan obsesif kompulsif belirtileri araştırırken göz önünde bulundurulması gereken önemli bir faktör olduğu düşünülmüştür. İlişki süresi ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiler alanyazındaki bulgularla da desteklenerek yukarıda daha detaylı olarak ele alınmıştır.

Kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinin modele dahil edilmesiyle birlikte yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin her ikisinin de romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı ve varyansın açıklanmasına büyük bir katkı yaptıkları görülmüştür. İlişki süresine ek olarak kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri de regresyon eşitliğindeki her modelde yordayıcılıklarını anlamlı olarak

korumaya devam etmişlerdir. Kaygılı bağlanma örüntüsünün romantik ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonları yordama düzeyinin ise kaçınan bağlanma örüntüsünden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu ilgili alanyazınla ve araştırmanın hipotezleriyle oldukça uyumludur. Güvensiz bağlanma örüntülerinin hem genel olarak obsesif kompulsif bozukluk belirtileri hem de romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler ile yakından ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Doron 2012a; Trak, 2017; Yıldırım 2017; Balcı, 2021). Kaygılı bağlanma örüntüsü yakın ilişkiler bazında ele alındığında bireyin diğerlerinden daha sık onay araması ancak bazen onay karşısında bile rahatlayamaması ile karakterizedir (Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007). Bu eğilimler sevilebilir olduğundan emin olmaya yönelik davranışlara, bireyin partnerinin kendisine duyduğu sevgiye ve doğru ilişkide olup olmadığına dair şüphe ve girici düşüncelere daha kolay maruz kalmasına ve bunlar karşısında daha savunmasız hissetmesine yol açıyor olabilir. Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin ise yakın ilişkilerinde karşı tarafı daha kusurlu veya hatalı bulma yoluyla diğerlerine yönelik duygusal yakınlık gereksinimlerini ve diğerlerinin kendilerine yönelik destekleyici/onaylayıcı yaklaşımlarını yok sayıcı bir tutum sergileme eğilimleri söz konusu olabilmektedir (Mikulincer ve Shaver 2003, 2007). Bu eğilimler romantik ilişkilerinde partnerlerini gerçekten sevip sevmediklerine ve doğru ilişki içerisinde olup olmadıklarına dair obsesyon ve kompulsiyonların gelişmesinde ve sürdürülmesinde rol oynuyor olabilir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin alt boyutları ile güvensiz bağlanma örüntüleri arasındaki korelasyonlar incelendiğinde her iki güvensiz bağlanma türünün de tüm alt boyutlarla anlamlı ilişkiler gösterdiği ancak partner tarafından sevilme alt boyutunun diğer alt boyutlara kıyasla kaygılı bağlanma ile en yüksek, kaçınan bağlanma ile ise en düşük düzeyde korelasyonu göstermesi dikkat çekicidir. Bu bulgu bağlanma ve OKB alanyazını üzerinden ele alındığında mevcut çalışmanın bulguları literatürle tutarlılık göstermektedir. Kaygılı bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin diğerleri tarafından seilmeye ve onaylanmaya yönelik yoğun arayışlarına ve terk edilmeye yönelik korkularına karşın kaçınan bağlanan bireyler seilmeye ve onaylanmaya yönelik ihtiyaçlarını yok sayma eğilimi gösterebilmektedirler (Mikulincer ve Shaver, 2003, 2007). Bireylerin benlikleri için daha önemli olarak algıladıkları alanlarda deneyimledikleri girici düşüncelerin obsesyonlara dönüşmelerinin

daha muhtemel oldukları göz önüne alındığında (Rachman, 1993; Doron ve diğ., 2007, 2013) partner tarafından sevilme, partnere duyulan sevgi ya da doğru ilişkide olmaya dair obsesyonel düşünceler bireyin yetişkin bağlanma figürleri olarak görülen romantik partnerlerinden ve romantik ilişkilerinden beklentileriyle uyumludur. Bu beklentilerle uyumlu olarak deneyimlenen girici düşüncelerin obsesyonlara dönüşmesi ve bu obsesyonların yarattığı sıkıntıların giderilmesi adına kompulsif bazı davranışlar gösterilmesi obsesif kompulsif bozuklukta olduğu gibi romantik ilişkiyi hedef alan obsesif kompulsif belirtilerde de söz konusudur (Doron ve diğ. 2012a, 2016a). Bununla tutarlı olarak, OKB'nin bilişsel modelindeki döngüsellik yoluyla kısa süreliğine kompulsiyonlarla engellenebilen obsesif düşüncelerin daha fazla pekişmesi sonucunda bireyin işlevselliği ve ilişki doyumu anlamlı olarak etkilenebilmektedir.

Obsesif kompulsif bozukluğun bilişsel modeliyle ilişkili olarak, OKB'de yaygın olarak görülen işlevsel olmayan inançların romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcılığını görmek amacıyla modele üçüncü aşamada obsesif inanç alanları dahil edilmiştir. Obsesif inançların alt boyutlarından olan mükemmeliyetçilik/kesinlik ve abartılı tehdit öngörüsünün modele anlamlı olarak katkı yaptıkları, abartılı sorumluluk algısı ve düşüncelerin ve kontrolünün önemsenmesinin ise romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin yordanmasında anlamlı bir etkilerinin olmadığı görülmüştür. Bu bulgunun Doron ve arkadaşları (2016b) tarafından yürütülen bir çalışmada ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösteren grubun abartılı sorumluluk algısı ve düşünceye ve düşüncenin kontrolüne verilen önem alt boyutlarında hem OKB hem de kontrol grubundan anlamlı daha yüksek obsesif inanç düzeyi gösterdikleri belirten bulgu ile tam tersi özellik gösterdiği görülmüştür. Aynı çalışmada abartılı tehdit öngörüsü ve mükemmeliyetçilik alanlarındaki obsesif inanç düzeyinin ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler deneyimleyen grupta kontrol grubundan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Ancak söz konusu çalışmada güvensiz bağlanma örüntülerine yönelik bir inceleme yapılmamıştır. Mevcut çalışmadaki model incelendiğinde ilişki süresi ve yetişkin güvensiz bağlanma örüntüleri ise anlamlı olarak ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordamayı sürdürdüğü görülmüştür.

Modelin bu aşamadaki sonuçlarını sonuçlarını örnek üzerinden yorumlamak gerekirse, maruz kaldığı girici düşünceler nedeniyle içinde bulunduğu romantik ilişkinin

kendisi için en doğru ilişki olup olmadığını sorgulayan bir bireyin, hayatta tek bir gerçek aşkın olabileceği (“*the one*”) hakkındaki mükemmeliyetçi inançları ve idealize ettiği romantik ilişki yaşantısına uymayan gerçek hayattaki ilişkisindeki küçük olumsuzlukların bile ilişkisinin doğruluğuna yönelik bir tehdit olarak algılanması daha mümkün gibi görünmektedir. Bireyler ilişkilerine yönelik bu tür girici düşüncelere sahip olmayı ilişkilerinde gerçekten bir sorun olduğuna yönelik abartılı bir tehdit olarak algılıyor ve bunun sonucunda “Acaba partnerimi gerçekten sevmiyor muyum?” gibi düşüncelerle ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlar geliştiriyor olabilirler. Gerçek ya da hayali sorunların girici düşünceler yoluyla ilişkiye yönelik daha fazla tehdit yaratıcı unsurlar olarak görülmesi bireyin sıkıntısını azaltmak için ilişkisi hakkında diğerlerinden ya da partnerinden onay arama, bu düşüncüyü durdurmaya çalışma gibi çeşitli kompulsiyonlara başvurmasına yol açıyor olabilir. Özellikle ilişkisinde kaygılı bağlanma örüntüsü gösteren bir bireyin terk edilmeye yönelik korkusunun varlığı görece daha nötral olan uyaranları kendisi ve ilişkisi için tehlikeli olarak algılama eğilimi ve duygularını düzenleme konusunda partnerinin onay ve desteğine olan ihtiyacı göz önüne alındığında kendisi için stres yaratan düşünceler doğrudan partnerinin ona olan sevgisine dair olduğunda başa çıkılması daha güç algılanıyor ve bu alandaki obsesyonların gelişmesiyle sonuçlanıyor olabilir. Bağlanma kaygısında yaygın görülebilen sevmek ve sevmeye dair ihtiyaçların kesin ve emin olarak karşılanacağına dair beklentilerin her zaman aynı düzeyde karşılanamaması ilişkinin doğruluğuna, partner tarafından yeterince sevilip sevilmediğine yönelik zihne gelen istemsiz düşüncelerin daha ciddi olarak algılanıp romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlarla sonuçlanmasına yol açıyor olabilir. Kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bir birey üzerinden düşünüldüğünde ise örneğin birey partnerinin normal olarak var olan bazı kusurlarını kendisi ve diğerleri için korumaya çalıştığı yüksek standartlar, obsesif inanç alanlarından biri olan mükemmeliyetçi eğilimlerle birleştğinde bireyin partnerini gerçekten sevip sevmediğine dair obsesyonlar geliştirmesinde bir yatkınlık oluşturuyor olabilir. Obsesif inanç alanları ve ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlar arasındaki korelasyonlar incelendiğinde ise tüm inanç alanlarının romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin geneli ve tüm alt boyutlarıyla düşük ila orta düzeyde seyreden anlamlı ilişkiler gösterdikleri görülmüştür. Bazı işlevsel olmayan inançların ve güvensiz bağlanma örüntülerinin

romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlarla ilişkili olduğuna dair mevcut çalışmanın bu bulguları alanyazındaki geçmiş çalışmalarla uyumludur (Doron ve diğ., 2016b; Melli ve diğ., 2015).

Son aşamada modele dahil edilen ruminatif düşünme biçiminin de romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin yordanmasında anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Ruminatif düşünme biçiminin dahil edilmesiyle oluşan son modelde ilişki süresi, güvensiz bağlanma örüntüleri ve abartılı tehdit öngörüsü obsesif inanç alanının romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin açıklanmasında anlamlı birer yordayıcı olmaya devam ettikleri görülmüştür. Ruminatif düşünme eğiliminin ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki yordayıcılığına yönelik oldukça kısıtlı alanyazına bakıldığında mevcut çalışmanın bu bulgusu Abak (2019) tarafından yürütülen çalışma ile uyumluluk göstermektedir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile romantik ilişkiden algılanan doyum arasındaki ilişkiye ruminatif düşünme biçiminin aracılık ettiğini bulgulayan bir çalışma da ilgili değişkenlerin birbirleri üzerinde anlamlı etkileri olduğunu desteklemektedir (Kılıç ve Altınöz, 2021). Ruminatif düşünme biçimi ve obsesif kompulsif bozukluk belirtileri arasında anlamlı ilişkiler görüldüğünü bulgulayan çalışmalar ise görece daha fazladır (Wahl ve diğ., 2019, 2011b; Ulusoy, Yavuz, Kara ve Karadere, 2015). Regresyon analizi sonuçlarını desteklemek üzere ruminatif düşünme biçimi ile ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlar arasındaki korelasyon bulguları da incelendiğinde, ruminatif düşünme eğiliminin romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeğinin geneli ve tüm alt boyutlarıyla anlamlı ilişki gösterdiği görülmüştür. Tüm bu bulgulara dayanarak ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonları incelerken önemli bir faktör olabileceği düşünülmüştür.

Sonuç olarak, regresyon analizinden elde edilen bu bulgular ilişki süresinin negatif yönde, güvensiz bağlanma örüntülerinin, bazı obsesif inanç alanlarının ve ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri pozitif yönde ve anlamlı olarak yordadığını göstermiş ve mevcut çalışmanın bu yöndeki hipotezi desteklenmiştir. Regresyon modelinde anlamlı yordayıcılar olarak bulunan ruminatif düşünme biçiminin ve obsesif inançların kaygılı ve kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir aracılık rollerinin olup olmadığını

incelemek içinse aracılık analizleri yürütülmüştür ve bu analizlerin bulgularının alanyazın ışığında tartışılmasına yer verilecektir. Mevcut çalışmadaki güvensiz bağlanma örüntüleri ve romantik ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin daha önce söz konusu değişkenlerle kurulan bir aracılık modeli üzerinden incelenmemiş olması nedeniyle bulgular daha çok obsesif kompulsif bozukluğun bilişsel modeli çerçevesinde değerlendirilmeye çalışılmıştır.

Oluşturulan ilk modelde kaygılı bağlanma örüntüsü ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin arasındaki ilişkide obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık rolü olup olmadığı incelenmiş ve her iki aracının da yordayıcı ve yordanan değişken arasındaki ilişkiye anlamlı olarak aracılık ettikleri görülmüştür. Bu bağlamda, araştırmanın anlamlı aracılık etkileri hakkındaki bu hipotezi desteklenmiştir. Modeldeki doğrudan etkilere bakıldığında kaygılı bağlanma örüntüsünün obsesif inançlar, ruminatif düşünme biçimi ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenlerinin de romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı oldukları görülmüştür. Ancak aracı değişkenler üzerinden oluşturulan paralel aracılık modeli incelendiğinde kaygılı bağlanmanın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri açıklama düzeyinin arttığı gözlemlenmiştir.

Alanyazında kaygılı bağlanma örüntüsünün hem genel olarak obsesif kompulsif bozukluk hem de romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonların gelişmesinde ve sürdürülmesinde önemli bir faktör olduğunu bildiren çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Doron ve diğ. 2009, 2014a; Trak, 2016; Yıldırım, 2017). Yüksek düzeydeki bağlanma kaygısına ek olarak modeldeki aracı değişkenler olan obsesif inanç alanları ve ruminatif düşünme biçimine yönelik daha yüksek düzeyde bir yatkınlığın ise bireylerin ilişkilerinin doğruluğu, partnerlerini ne kadar sevdikleri ya da partnerleri tarafından ne kadar sevildikleri konularında ilişkilerine yönelik istemsiz ve girici düşüncelere daha yoğun şekilde maruz kalmasıyla sonuçlandığı görülmüştür. Bireyin kendisinin değersiz ve seviemez olduğuna yönelik inanış ve varsayımlarının, OKB ile ilişkilendirilen inanç alanlarıyla bir araya gelmesinin bireyin obsesif kompulsif belirtileri deneyimlemesi ve sürdürmesi bakımından önemli bir faktör olabileceği belirtilmiştir (Doron ve diğ., 2007; Asad ve Dawood, 2015). Buradan hareketle, kaygılı bağlanma gösteren bireylerdeki

onaylanmaya ve terk edilme korkusuna yönelik eğilimler, ilişkilerine dair birçok durumda belirsizliğin her zaman kaçınılması gereken bir durum olduğuna, ilişkilerinde olası bir sorunu önceden öngörebilmenin ve böyle bir durum fark edildiğinde buna engel olmanın gerekli olduğuna, zihinden geçen olumlu ya da olumsuz birçok düşüncenin bir önemi olduğuna veya diğerleri tarafından önemsiz olarak görülebilecek bazı durumların aslında bir tehlikenin sinyali olduğuna dair inançlarıyla birleşiyor ve bireylerin kendi hislerini ve ilişkilerini sorgulamalarına yol açıyor olabilir.

Geçmiş çalışmaların bulgularıyla tutarlı olarak, kaygılı bağlanma örüntüsünde görülen bireyin kendisinin sevimleyeceğine/yetersizliğine karşın diğerlerinin daha iyi/sevimli bireyler olduklarına yönelik inançların obsesif kompulsif bozuklukta görülen mükemmeliyetçilik, düşüncelerin ve kontrolünün önemsenmesi gibi yaygın inançlar aracılığıyla bireyin partneri tarafından yeterince sevimli olup olmadığına dair obsesif düşüncelere ve partnerinden/çevreden bu konuda onay aramaya yönelik kompulsif faaliyetlere yönelmesiyle sonuçlanabileceği düşünülmektedir.

Mevcut çalışmadaki modelden hareketle, bağlanma kaygısı yüksek olan bireylerin romantik ilişkileriyle ilgili olumlu ve olumsuz birçok anıyı ruminatif bir biçimde gözden geçirme yoluyla partnere yönelik kendi hislerinden, partnerinin kendilerine yönelik hislerinden ve doğru ilişkide olduklarından emin olma çabalarının kendilerini bu alandaki istemsiz ve girici şekilde oluşabilecek obsesif meşguliyetlere daha yatkın hale getirebildiği görülmektedir. Mevcut çalışma modeli ve ilgili alanyazın bu hususta tutarlılık göstermektedir. İlişkideki çeşitli yaşantılar karşısında olumsuz duyguları düzenlemekte güçlük yaşamak, terk edilme gibi güvensiz bağlanmaya yönelik korkuların daha fazla deneyimlenmesi ve ilgili olayın sonuçlarını ilişkinin sürdürülebilmesine yönelik bir tehdit olarak algılanması (Mikulincer ve Shaver, 2003), söz konusu durumun üzerine ruminatif bir biçimde düşünme üzerinden ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerdeki artışla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Alanyazında, benlikle ilgili hassas olarak algılanan alanların ve benlik değerinin önemli düzeyde partner ve romantik ilişki üzerinden değerlendirilmesinin kaygılı bağlanma örüntüsü ile bir araya geldiğinde ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilere daha fazla yatkınlık oluşturduğu ve daha şiddetli belirtilerle ilişkili olduğu önceki araştırmalarda da bildirilmiştir (Doron ve diğ., 2013; Trak ve İnöz, 2019). Bu bağlamda, sevimlilik ve yetişkin bağlanma figürü

olan romantik partnerin ihtiyaç duyulan anlarda destek sağlayıp sağlamayacağına dair içsel olarak ikircikli hislere sahip olan, kaygılı bağlanma örüntüsü gösteren bireyin bu düşüncelerini test etmek için zihninde olumlu olumsuz birçok anıyı gözden geçirmesi aracılığıyla zaman içerisinde zihnine istemsizce gelmeye başlayacak olan romantik ilişki ile ilgili obsesif şüphe ve meşguliyetlere daha yatkın olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Oluşturulan ikinci modelde kaçınan bağlanma örüntüsü ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık rolü olup olmadığı incelenmiş ve her iki aracının da yordayıcı ve yordanan değişken arasındaki ilişkiye önceki modelde olduğu gibi anlamlı olarak aracılık ettikleri görülmüştür. Bu bağlamda, araştırmanın anlamlı aracılık etkileri hakkındaki bu hipotezi desteklenmiştir. Modeldeki doğrudan etkilere bakıldığında kaçınan bağlanma örüntüsünün obsesif inançlar, ruminatif düşünme biçimi ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu, obsesif inançlar ve ruminatif düşünme biçimi değişkenlerinin de romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı oldukları görülmüştür. Ancak aracı değişkenler üzerinden oluşturulan paralel aracılık modeli incelendiğinde kaçınan bağlanmanın romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri açıklama düzeyinin arttığı gözlemlenmiştir. Bu model incelendiğinde kaçınan bağlanma düzeyindeki artışın kişide doğrudan romantik ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonları arttırabildiği gibi; kişinin obsesif inanç düzeyi ve ruminatif düşünmeye yönelik eğilimini arttırarak da ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordayabildiği görülmüştür.

Başkalarının niyet ve güvenilirliklerine dair olumsuz algılamaların ve dünyanın tehlikeli ve güvenilmez bir yer olduğuna yönelik inanışların obsesif inanç alanlarıyla bir araya gelmesinin bireyin obsesif kompulsif belirtilere dair bir yatkınlığının gelişmesinde ve belirtilerin şiddetinde önemli rol oynadığı ifade edilmiştir (Doron ve diğ., 2007). Bu bağlamda kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bireylerdeki yakınlık ve duygusal bağ kurmaya yönelik ihtiyaçları bastırma ve bu amaçla çeşitli deaktivasyon stratejilerinin kullanılması, yakınlık kurma ihtiyacı hissedilmeyen bir partnerin birey tarafından gerçekten sevilip sevilmediği ya da mevcut ilişkinin bireyin kendisi için doğru ilişki olup olmadığı konusunda yoğun obsesif meşguliyetler hissetmeye ve bu rahatsızlık hislerini

çeşitli nötralizasyon davranışlarıyla kompulsif bir biçimde gidermeye çalışmaya yol açıyor olabilir. Kaçınan bağlanma örüntüsünün diğerlerinin güvenilmez olduğu ve bu sebeple duygusal bağ kurma gibi ihtiyaçlarını reddetme, bireyin hem kendisi ve hem de diğerleri için yüksek ve gerçekçi olmayan standartlar belirleme gibi eğilimlerle karakterize olduğu göz önüne alındığında (Mikulincer ve Shaver, 2003; Caldwell ve Shaver, 2012), kesinlik/mükemmeliyetçilik gibi obsesif inanç alanları aracılığıyla ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yorduyor olabileceği düşünülmektedir. Partnerin romantik ilişki içerisindeki yakınlık arayışının kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bir bireyin diğer insanlara güvenmeye yönelik yaşadığı zorlukla bir araya gelmesi, bireyin partnerinin talep ettiği o yakınlıkta boğulacağı, kendi iç dünyasını bir başkasına açmasıyla benliğine bir zarar geleceği yönünde abartılı bir tehdit algısı hissetmesi aracılığıyla da ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilere yakınlığı artırıyor olabilir. Daha önce belirtildiği gibi, alanyazında güvensiz bağlanma örüntüleri ve romantik ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisinde obsesif inançların aracı rolünü inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin bir kişilik özelliği olarak ele alındığı bir çalışmada ise hata yapmaya yönelik endişe boyutunun romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri pozitif yönde yordadığı ifade edilmiştir (Melli ve diğ., 2018). Bir başka çalışmada ise mükemmeliyetçilik yine çok boyutlu bir kişilik özelliği olarak ele alınmış ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğin kaygılı ve kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkilere anlamlı olarak aracılık etmediği bulunmuştur (Yıldırım, 2018). Toroslu (2020) tarafından yürütülen çalışmada ise şema alanları üzerinden romantik ilişkiye dair obsesyon ve kompulsiyonlar belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik aracılığıyla incelenmiş ancak belirsizliğe tahammülsüzlük her modelde anlamlı aracılık ederken, mükemmeliyetçiliğin ise hiçbir modelde aracı etkisi olmadığı görülmüştür. Ancak diğer obsesif inanç alanlarının romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle olan ilişkisini araştıran bir çalışma olmaması araştırmanın bu yöndeki bulgusunun alanyazın için önemli olduğunu düşündürmüştür.

Model incelendiğinde kaçınan bağlanma örüntüsü yüksek olan bireylerin partnerlerine yönelik sevgilerine, partnerlerinin kendilerine duydukları sevgiye veya doğru ilişkide olup olmadıklarına dair şüphe ve obsesif meşguliyetlerinin artmasında

romantik ilişkileri ve partnerleriyle ilgili olumlu veya olumsuz birçok anıyı ruminatif bir biçimde gözden geçirmenin aracı rolünün olduğu görülmüştür. Alanyazında ruminasyon kavramı ve güvensiz bağlanma örüntülerine yönelik çalışmalar incelendiğinde bu tekrarlayıcı düşünme biçimi her iki güvensiz bağlanma örüntüsüyle ilişkili olsa da daha çok kaygılı bağlanma ile ilişkisinin ön plana çıktığı görülmektedir (Bugay-Sökmez, Manuoğlu, Coşkun ve Sümer, 2021; Caldwell ve Shaver, 2012; Burnette ve diğ., 2009). Kaçınan bağlanma örüntüsü gösteren bireylerin yakınlık ihtiyaçlarını ve bu yöndeki duygu ve düşüncelerini bastırmaya yönelik deaktivasyon stratejilerine başvurdıkları göz önüne alındığında ruminatif düşünme biçiminin kaygılı bağlanma örüntüsünün karakteristiği ile daha uyumlu olduğu bildirilmiştir (Reynolds, Searight ve Ratwik, 2014; Mikulincer & Shaver, 2008). Ancak bu noktada, kaçınan bağlanma örüntüsünün ruminatif düşünme biçimindeki bir artış aracılığıyla ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordadığını gösteren mevcut çalışmanın bu yöndeki bulgusunun önemli olduğu düşünülmektedir. Ruminatif düşünme biçiminin genel olarak obsesif kompulsif bozukluk belirtileri ve ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkili olduğunu gösteren geçmiş çalışmaların varlığı (Wahl ve diğ., 2019; Ulusoy ve diğ., 2015) göz önüne alındığında olumlu ya da olumsuz içerikten bağımsız olarak tekrarlayıcı bir biçimde düşünme eğilimini yansıtan bu yapının, romantik partneri ile duygusal yakınlık kurmaya ve kendisini açarsa ilişkisinin sonlanacağına dair düşünceleri olan bağlanma kaçınması yüksek bir bireyi ilişkisindeki her türlü yaşantıyı tekrar tekrar gözden geçirme yoluyla romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonlarına daha açık hale getiriyor olabileceği düşünülmektedir. Bağlanma ve yakınlık ihtiyaçlarını reddetme düzeyi yüksek olan bir bireyin içsel olarak partnerini gerçekten sevip sevmediği ya da partneri tarafından gerçekten sevilip sevilmediği, doğru ilişkide olup olmadığı gibi girici düşüncelere, tekrarlayıcı düşünmeye yönelik eğilimi yoluyla daha yatkın hale geliyor olabileceği düşünülmektedir. Kaçınan bağlanma örüntüsünde görülen gerçekten sevilmediğine yönelik inanışın diğerlerini sevmeye ve diğerleri tarafından sevmeye dair isteği bastırmaya yol açması içsel çalışan modeller aracılığıyla yetişkin hayatındaki romantik ilişkiye aktarıldığında bireyin partnerini sevmek ve onun tarafından sevmek konusunda inançlarını tetikleyerek romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilere daha fazla yatkınlık oluşturduğu söylenebilir.

Mevcut çalışmadaki iki model analizi karşılaştırıldığında her ikisinin de anlamlı aracılıklara ve doğrudan etkilere sahip modeller olmalarına karşın kaygılı bağlanma üzerinden kurulan aracılık modelinin ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordama gücünün kaçınan bağlanma üzerinden kurulan modele kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Doron ve arkadaşlarının (2012c) romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin daha çok kaygılı bağlanma örüntüsü ile, partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ise daha çok kaçınan bağlanma örüntüsü ile ilişkili olduğunu belirten ifadeleri göz önüne alındığında çalışmanın bulgularının literatürle tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Güvensiz bağlanma örüntülerinin genel olarak diğer psikopatolojilere olduğu gibi obsesif kompulsif bozukluğa ve bir belirti alanı olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin görülmesine yönelik yatkınlaştırıcı ve/ya sürdürücü etkisi mevcut çalışmada da önceki çalışmalarla tutarlı olarak desteklenmiştir (Doron ve diğ., 2009; Sümer ve diğ., 2009; Mikulincer ve Shaver, 2007). Hem yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin hem de obsesif kompulsif bozukluğun bu alt alanının doğrudan romantik ilişkinin kendisini hedef alıyor olması göz önüne alındığında romantik ilişkiden sağlanan doyumun ve ilişkideki dinamiklerin iki taraf için de önemli ölçüde olumsuz yönde etkilendiği görülmektedir (Banse, 2004; Li & Chan, 2012; Candel & Turliuc, 2019; Doron 2014b).

Özetle, mevcut araştırmanın bulguları ilgili alanyazınla tutarlı olarak kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüsünün, obsesif inanç düzeyinin ve ruminatif düşünme eğiliminin obsesif kompulsif belirtilerle anlamlı olarak ilişkili olduğunu; kaygılı ve kaçınan bağlanma ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin aracılık rollerinin olduğunu ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, alanyazında obsesif kompulsif bozukluğun heterojen yapısını daha anlaşılır kılmaya yönelik yürütülen önceki çalışmalar bazı gelişimsel faktörlerin ve bireyin düşünme süreçlerinin OKB gelişimi üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Obsesif kompulsif bozukluğun yeni bir belirti türü olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, alanyazında son yıllarda çalışılmaya başlanan yeni bir alandır ve bu konudaki sınırlı araştırmalarla yapısı anlaşılmaya çalışılmaktadır. Söz konusu belirtilerin bireylerde suçluluk ve utanç gibi yoğun duygular ve depresyon, stres, anksiyete gibi

duygudurum belirtileri ile yakından ilişkili olması (Doron ve diğ., 2014a) ve bireylerin gerek ilişkilerinde gerekse kişisel yaşantılarındaki işlevselliklerini etkiliyor olabilmesi nedeniyle bu belirtilerin ortaya çıkmasında rolü olabilecek yapıların anlaşılmasının ve gerekli psikoterapi müdahale yöntemlerinin geliştirilebilmesinin bu hususta önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmadaki temel değişkenlerin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki etkilerini ayrı ayrı olarak araştıran çalışmalar ise gerek uluslararası gerek ulusal alanyazında birkaç çalışma ile sınırlıdır. Yetişkin güvensiz bağlanma örüntülerinin, obsesif inançların ve ruminatif düşünme biçiminin romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki etkilerinin doğrudan araştırıldığı bir çalışma ise bulunmamaktadır. Buna ek olarak, OKB'ye özgü inanç alanlarının ve ruminatif düşünmeye yönelik eğilimin OKB'nin yeni bir belirti türü olan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ile güvensiz bağlanma örüntüleri arasındaki aracılık rollerini inceleyen herhangi bir çalışma bulunmaması da çalışmanın ilgili alanyazına olan özgün katkılarından birini oluşturmaktadır. Bu çalışmada romantik ilişkiye yönelik obsesyon ve kompulsiyonların gelişiminde ve sürdürülmesinde kaygılı ve kaçınan güvensiz bağlanma örüntülerinin, bazı obsesif inanç alanlarının ve ruminatif düşünme biçiminin rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmadaki yaş aralığının (18-65 yaş) geniş ve örneklem sayısının yüksek tutulması çalışmanın sonuçlarının genellenebilirliği ve hemen her yaş grubunun temsil edilebilmesi açısından çalışmanın güçlü yanlarından birini oluşturmaktadır. İlişki süresi, yaş ve medeni durum gibi değişkenler ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin arasındaki ilişkilerin anlamlılığının ulusal ve uluslararası bazı geçmiş çalışmalar karşılaştırıldığında farklı sonuçlar veriyor olması romantik ilişkilere dair bazı demografik özelliklerin Türkiye gibi daha kolektivist kültürlerde farklı bir önemi olabileceğini düşündürmüştür. Ancak bu noktada ilişki süresi bakımından mevcut örneklem çok geniş bir aralıkta bulunuyor olmasının (3-420 ay); yaş, ilişki süresi ve medeni durum gibi değişkenlerin birbirleriyle de ilintili olan değişkenler olmasının göz önünde bulundurulması gereken bir faktör olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın en önemli bulgularından biri beşikten mezara sürdürülen bir süreç olarak adlandırılan bağlanma örüntülerinin bireyin kendisi ve diğerleri hakkındaki

düşünüş, inanç ve beklentilerini şekillendiren yapısının bireyi olası tehditlere karşı aşırı tetikte olmaya ve mükemmeliyetçiliğe yönelik obsesif inançlara ve olumlu ya da olumsuz yaşantılar karşısında tekrarlayıcı bir biçimde düşünmeye yönelterek romantik ilişkisine yönelik obsesif kompulsif belirtilerinde anlamlı bir artışa yol açması olmuştur. Çalışmanın bu bulgularının, obsesif kompulsif bozukluğun tedavisinde yaygın olarak kullanılan ve etkili bir tedavi yöntemi olan Bilişsel Davranışçı Terapilerin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin anlaşılmasına ve gerekli tedavi formülasyonlarının oluşturulmasına katkı sağladığı, bu alanda yürütülecek psikoterapötik müdahalelerde bireyin obsesif inançlarının ve ruminasyona yönelik yatkınlıklarının ele alınmasının tedavi başarısında fayda sağlayabileceği düşünülmektedir. Yakın ilişkilerde yaşanan problemlere yönelik yürütülen psikoterapi müdahalelerinden hem bireysel psikoterapi hem de çift psikoterapisinde güvensiz bağlanma örüntüleri daha yoğun olarak ele alınmaktadır ancak mevcut çalışmanın sonucundan hareketle ilişki odaklı obsesif kompulsif sergileyen bir bireyde güvensiz bağlanma örüntülerine ek olarak bireyin genel obsesif inanış düzeyinin ve tekrarlayıcı bir biçimde düşünmeye yönelik yatkınlığının psikoterapist tarafından uygun yöntemlerle irdelenip müdahale edilmesi tedavi başarısındaki artışı sağlayabilir. Bunlara ek olarak araştırmanın bir diğer güçlü yanını, romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olabilecek gelişimsel ve bilişsel faktörlerin bir arada incelenmesinin bu alandaki literatürün geliştirilmesine ve ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin etiyolojisinin ve bilişsel modelinin daha geniş bir perspektiften incelenmesine katkı sağlayabilecek olması oluşturmaktadır.

Mevcut çalışmanın birçok güçlü yanı olmasına karşın bazı kısıtlılıkları da bulunmaktadır. İlk olarak, çalışmanın yöntemi ve kesitsel bir ölçüme dayanıyor olması nedeniyle bulgular arasında bir neden-sonuç ilişkisi çıkarımı yapılamamaktadır. Çalışmadaki tüm verilerin öz bildirime dayalı ölçekler üzerinden toplanması ve depresyon, anksiyete gibi belirtilerin varlığı gibi çalışmanın sonuçlarını etkileyebilecek bazı belirtilerin kontrol edilememiş olması ise çalışmanın bir diğer sınırlılığını oluşturmaktadır. Öz bildirime dayalı ölçekler zaman ve hız açısından fayda sağlasa da katılımcıların maddeleri tam ve doğru olarak anladıklarından ve gerçek tutumlarını yansıttıklarından emin olunamamaktadır. Çalışmaya dair tüm verilerin pandemi koşulları nedeniyle internet üzerinden toplanmış olması ve bu nedenle yalnızca internet erişimi

sağlayabilen kişilere ulaşılabilmiş olması da bir kısıtlılık olarak görülmektedir. Bununla ilişkili olarak, teknoloji kullanımının erken yetişkinlik döneminde daha yaygın olması, bu yaş grubunun daha ileri yaştaki yetişkinlere kıyasla çalışma örnekleminin çoğunluğunu oluşturmasıyla sonuçlanmıştır. Cinsiyet bakımından dağılımın, araştırmacı tarafından yapılan erkek katılımcılara yönelik katılım duyurularına rağmen yeterince dengelenemediği düşünülmektedir. Neredeyse geçmiş tüm çalışmalarda cinsiyete bağlı olarak ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin farklılaşmadığı belirtilmiş ve bu bulgu mevcut çalışmada da desteklenmiş olsa da cinsiyetlerin daha yakın bir orana sahip olmasının bu yöndeki bir bulgu daha güçlü destekleyebileceği düşünülmektedir.

Örneklem grubunun klinik olmayan bir gruptan oluşuyor olması ve kullanılan ölçeklerde normal düzey ile psikopatoloji düzeyi arasındaki ayrımı işaret eden kesme puanlarının olmaması bireyler arasındaki farklılaşmaların ne düzeyde olduğunu net olarak ortaya koyamama bakımından bir sınırlılık olarak düşünülmektedir. Bu bakımdan psikopatoloji düzeyinde belirtisi olmayan bir örneklem grubu romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtileri yeterince sergilemiyor da olabilir. OKB'nin bu belirti türü henüz DSM gibi resmi bir tanı sistemine girmemiştir ancak gelecek çalışmalarda bu alanda sıkıntı düzeyi yüksek bireylerle yürütülecek çalışmaların ilgili alanyazın için yararlı olacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak mevcut çalışma yalnızca romantik ilişkisi olan katılımcılardan oluşmaktadır ancak Doron ve arkadaşları(2014a) ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtilerin bir ilişkinin bitmesi sonrasında ya da ilişkiye başlamadan önce de deneyimlenebileceğini belirtmişlerdir. Bu bağlamda, gelecek çalışmalarda romantik ilişki içerisinde olan bireylere ek olarak romantik ilişkisi bulunmayan bireylerin de incelenmesi yararlı olabilir.

Çalışmada oluşturulan aracılık modelinde obsesif inançlar değişkeni modele toplam puan üzerinden dahil edilmiş ve obsesif inançların hangi alt boyutlarının güvensiz bağlanma örüntüleri ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiye aracılık ettiği net olarak değerlendirilmemiştir. Ancak regresyon analizinde anlamlı olarak yordayıcılığı bulunan abartılı tehdit öngörüsü ve mükemmeliyetçilik gibi alanların anlamlı yordayıcılıklarda etkili olabilecekleri düşünülmektedir. Gelecek araştırmalarda bu değişkenler arasındaki ilişkiye hangi obsesif inanç alt alanlarının aracılık ediyor olduğu incelenebilir.

Mevcut çalışmanın sınırlılıklarında hareketle, gelecekte yürütülecek araştırmalarda romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin anlaşılmasında gelişimsel ve bilişsel faktörlerin nedensel çıkarımlara imkân verebilecek araştırma desenleriyle ve boylamsal yöntemlerle yürütülmesinin fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerin yeni çalışılmaya başlanmış bir konu olması nedeniyle alanyazında bu konuda ciddi boşluklar bulunmaktadır. Yürütülecek çalışmalarda cinsiyet ve ilişki süresi gibi değişkenler bakımından örneklemin daha dengeli dağılmasının ve romantik ilişki içerisinde olmayan bireylerin ya da romantik ilişki içerisindeki bireylerin partnerlerinin de ilişki odaklı obsesif kompulsif belirti düzeyinin incelenmesinin alanyazın için önemli çıkarımlara imkan verebileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak genel OKB belirtilerinin, düşünceylem kaynaşması gibi diğer inanç alanlarının da sorgulanmasının ve romantik ilişkiye dair obsesif kompulsif belirtilerin ne düzeyde ego-distonik olarak algılandığının araştırılmasının ilgili alanyazına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Daha önce de bahsedildiği gibi psikoterapi müdahaleleri planlanırken bağlanmaya yönelik kaygı ve kaçınma örüntülerinin terapi ortamında ele alınmasının, bireyin düşünme süreçlerinin yapısının ve içeriklerinin, çarpıtılmış bazı inançların varlığının sorgulanıp bireyin bu alanlarda farkındalığının geliştirilmesinin gerek bireyin kendisi gerekse romantik ilişkisi için yararlı olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Abak, E. (2019). *Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.
- Abbey, R. D., Clopton, J. R., & Humphreys, J. D. (2007). Obsessive-compulsive disorder and romantic functioning. *Journal of Clinical Psychology*, 63(12), 1181-1192. <https://doi.org/10.1002/jclp.20423>
- Abramowitz, J. S., McKay, D., & Taylor, S. (2008). *Clinical handbook of obsessive-compulsive disorder and related problems*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Abramowitz, J. S., Taylor, S., & McKay, D. (2009). Obsessive-compulsive disorder. *The Lancet*, 374(9688), 491-499. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(09\)602403](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(09)602403)
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale NJ:Lawrence Erlbaum.
- Akhlaghi, H. (2018). The relationship between attachment style, defense mechanisms and rumination with obsessive beliefs in women. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 6(4), 197-216.
- Aksoy-Poyraz, C., Turan Ş., Usta-Sağlam, N. G., Çetiner-Batun, G., Yassa, A., & Duran A. (2015). Factors associated with the duration of untreated illness among patients with obsessive compulsive disorder. *Comprehensive Psychiatry*. 58, 88-93.
- Aksöz-Efe, İ. (2018). Olumsuz yaşam olayları, psikolojik danışma hizmeti alma, ruminasyon ve stres arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 51(2), 95-119. <https://doi.org/10.30964/auebfd.425619>
- Albert, U., Barbaro, F., Bramante, S., Rosso, G., De Ronchi, D., & Maina, G. (2019). Duration of untreated illness and response to SRI treatment in obsessive compulsive disorder. *European Psychiatry*, 58, 19–26. <http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2019.01.017>

- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., Rose, D. T., Robinson, M. S., & Lapkin, J. B. (2000). The temple-wisconsin cognitive vulnerability to depression project: Lifetime history of axis I psychopathology in individuals at high and low cognitive risk for depression. *Journal of abnormal psychology, 109*(3), 403.
- Alonso, P., Mencho'n, J. M., Mataix-Cols, D., Pifarre', J., Urretavizcaya, M., Crespo, J. M., Jimenez, S., Vallejo, G., & Vallejo, J. (2004). Perceived parental rearing style in obsessive-compulsive disorder: Relation to symptom dimensions. *Psychiatry Research, 127*, 267– 278.
- Altıntaş, E., & Özçürümez, G. (2015). Obsesif kompulsif bozukluk tanılı hastaların cinsiyet farklılığı açısından değerlendirilmesi. *Cukurova Medical Journal, 40*(3), 409-417.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabı, beşinci baskı (DSM-5)* (Çev. Köroğlu, E.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469-480.
- Asad, S., & Dawood, S. (2015). Attachment orientation, obsessive beliefs, and symptom severity in patients with obsessive compulsive disorder. *Pakistan Journal of Psychological Research, 30*(2), 207-223.
- Bakçepinar, E. (2019). *Romantik ilişki ve partner temalı obsesyon ve kompulsiyonların şema alanları açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Balcı, E. S. (2021). *The predictive role of insecure attachment styles on relationship centered and partner focused obsessive compulsive symptoms: the mediator role of relationship satisfaction and intention of infidelity*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.

- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117(3), 497-529.
- Berant, E., Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). Attachment style and mental health: A 1-year follow-up study of mothers of infants with congenital heart disease. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(8), 956-968.
- Beşiroğlu, L., Cilli, A. S., & Aşkın, R. (2004). The predictors of health care seeking behavior in obsessive-compulsive disorder. *Comprehensive psychiatry*, 45(2), 99-108. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2003.12.010>
- Birnbaum, G. E., Orr, I., Mikulincer, M., & Florian, V. (1997). When marriage breaks up: Does attachment style contribute to coping and mental health? *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(5), 643-654. <https://doi.org/10.1177/0265407597145004>
- Bolt, O. C. (2015). An investigation of mechanisms underlying the association between adult attachment insecurity and romantic relationship dissatisfaction (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Canterbury Christ Church University, United Kingdom.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York, NY: Basic Books. (Orijinal çalışma, 1969.)
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Sadness and depression*. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York, NY: Basic Book.
- Bowlby, J. (1988). *Secure base: Clinical applications of attachment theory*. Tavistock/Routledge.

- Brandes, O., Stern, A., & Doron, G. (2020). "I just can't trust my partner": Evaluating associations between untrustworthiness obsessions, relationship obsessions and couples violence. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24, 1-8.
- Brennan, K., Clark, C., & Shaver, P. (1998). Self report measurement of adult attachment. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford Press.
- Brinker, J. K., & Dozois, D. J. (2009). Ruminative thought style and depressed mood. *Journal of clinical psychology*, 65(1), 1–19. <https://doi.org/10.1002/jclp.20542>
- Bugay, A., & Erdur- Baker, Ö. (2011). Ruminasyon düzeyinin toplumsal cinsiyet ve yaşa göre incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 191-201. <https://doi.org/10.17066/pdrd.50586>
- Bugay-Sökmez, A., Manuoğlu, E., Coşkun, M., & Sümer, N. (2021). Predictors of rumination and co-rumination: the role of attachment dimensions, self compassion and self esteem. *Current Psychology*, 1-12.
- Burnette, J. L., Davis, D. E., Green, J. D., Worthington Jr, E. L., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 276-280.
- Butler, L. D., & Nolen-Hoeksema, S. (1994). Gender differences in responses to depressed mood in a college sample. *Sex Roles: A Journal of Research*, 30(5-6), 331-346. <https://doi.org/10.1007/BF01420597>
- Caldwell, J. & Shaver, P. (2012). Exploring the cognitive-emotional pathways between adult attachment and ego resiliency. *Individual Differences Research*, 105, 141-152.
- Calmes, C. A., & Roberts, J. E. (2007). Repetitive thought and emotional distress: Rumination and worry as prospective predictors of depressive and anxious symptomatology. *Cognitive Therapy and Research*, 31(3), 343-356. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9026-9>

- Candel, O. S., & Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190–199. <https://doi:10.1016/j.paid.2019.04.037>
- Caselli, G., Ferretti, C., Leoni, M., Rebecchi, D., Rovetto, F., & Spada, M. M. (2010). Rumination as a predictor of drinking behaviour in alcohol abusers: A prospective study. *Addiction*, 105(6), 1041-1048.
- Cavedo, L. C., & Parker, G. (1994). Parental bonding instrument: Exploring for links between scores and obsessionality. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 29(2), 78-82.
- Cerea, S., Ghisi, M., Bottesi, G., Carraro, E., Broggio, D., & Doron, G. (2020). Reaching reliable change using short, daily, cognitive training exercises delivered on a mobile application: The case of relationship obsessive compulsive disorder (ROCD) symptoms and cognitions in a subclinical cohort. *Journal of affective disorders*, 276, 775–787. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.043>
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive-Behavioural Therapy for OCD*. New York, NY: Guilford Press.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). Cognitive theory and therapy of anxiety and depression: Convergence with neurobiological findings. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(9), 418- 424. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2010.06.007>
- Clark, D. A., & Purdon, C. (1993). New perspectives for a cognitive theory of obsessions. *Australian Psychologist*, 28, 161-167. doi:10.1080/00050069308258896
- Clark, D. A. (2001). Cognitive perspective on social phobia: In Crozier W.R., & Alden L.E. (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pp. 405-431). New York: John Wiley & Sons.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis* (2. Baskı). Hillsdale NJ: Erlbaum.
- Conway, M., Csank, P. A., Holm, S. L., & Blake, C. K. (2000). On assessing individual differences in rumination on sadness. *Journal of Personality Assessment*, 75(3), 404-425

- Çağın, Ö., & Dağ, İ. (2009). Are obsessive beliefs and interpretative bias of intrusions predictors of obsessive compulsive symptomatology? A study with a Turkish sample. *Social Behavior and Personality*, 37, 355-364.
- Çilli, A. S., Telcioğlu, M., Aşkın, R., Kaya, N., Bodur, S. ve Kucur, R. (2004). Twelve month prevalence of obsessive-compulsive disorder in Konya, Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 45(5), 367-374.
- Dagan, O., Facompré, C. R., & Bernard, K. (2018). Adult attachment representations and depressive symptoms: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 236, 274–290. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.091>
- Dell'Osso, B., Benatti, B., Hollander, E., Fineberg, N., Stein, D. J., Lochner, C., Nicolini, H., Lanzagorta, N., Palazzo, C., Altamura, A. C., Marazziti, D., Pallanti, S., Van Ameringen, M., Karamustafalioglu, O., Drummond, L. M., Hranov, L., Figee, M., Grant, J. E., Zohar, J., Denys, D., ... Menchon, J. M. (2016). Childhood, adolescent and adult age at onset and related clinical correlates in obsessive-compulsive disorder: A report from the international college of obsessive-compulsive spectrum disorders (ICOCS). *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 20(4), 210–217. <https://doi.org/10.1080/13651501.2016.1207087>
- de Mathis, M. A., do Rosario, M. C., Diniz, J. B., Torres, A. R., Shavitt, R. G., Ferrão, Y. A., Fossaluza, V., de Bragança Pereira, C. A., & Miguel, E. C. (2008). Obsessive-compulsive disorder: Influence of age at onset on comorbidity patterns. *European Psychiatry: The Journal of the Association of European Psychiatrists*, 23(3), 187–194. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2008.01.002>
- Demet, M. M., Deveci A., Deniz, F. Taşkın E. O., Şimşek E., Yurtsever F. (2005). Obsesif kompulsif bozuklukta sosyodemografik özellikler ve fenomenoloji. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 133-144.
- Doron, G., & Derby, D. (2017). Assessment treatment of relationship-related OCD symptoms (ROCD): A modular approach. In J. Abramowitz, D. McKay, & E. Storch (Eds.), *Handbook of obsessive-compulsive disorder across the lifespan* (pp. 547-564). New Jersey: John Wiley & Sons

- Doron, G., Derby, D., Szepsenwol, O., Nahaloni, E., & Moulding, R. (2016b). Relationship obsessive-compulsive disorder: Interference, symptoms and maladaptive beliefs. *Front Psychiatry*, 7, 58. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2016.00058>
- Doron, G., Derby, D., & Szepsenwol, O. (2014a) Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3, 169-180.
- Doron, G., Derby, D., Szepsenwol, O., & Talmor, D. (2012b). Flaws and all: Exploring partner-focused obsessive-compulsive symptoms. *Journal of Obsessive Compulsive and Related Disorders*, 1, 234-43.
- Doron, G., Derby, D., Szepsenwol, O., & Talmor, D. (2012a). Tainted love: Exploring relationship-centered obsessive compulsive symptoms in two non-clinical cohorts. *Journal of Obsessive Compulsive and Related Disorders*, 1, 16-24.
- Doron, G., & Kyrios, M. (2005). Obsessive compulsive disorder: a review of possible specific internal representations within a broader cognitive theory. *Clinical psychology review*, 25(4), 415-432. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.02.002>
- Doron, G., Kyrios, M., Moulding, R., Nedeljkovic, M., & Bhar, S. (2007b). 'We do not see things as they are, we see them as we are': Assessing a multidimensional world-view model of obsessive compulsive disorder (OCD). *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 23, 221-235.
- Doron, G., Kyrios, M., & Moulding, R. (2007a). Sensitive domains of self-concept in obsessive-compulsive disorder (OCD): Further evidence for a multidimensional model of OCD. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 433-444.
- Doron, G., Mizrahi, M., Szepsenwol, O., & Derby, D. (2014b). Right or flawed: Relationship obsessions and sexual satisfaction. *The Journal of Sexual Medicine*, 11(9), 2218-2224. <https://doi.org/10.1111/jsm.12616>
- Doron, G., Moulding, R., Kyrios, M., Nedeljkovic, M., & Mikulincer, M. (2009). Adult attachment insecurities are related to obsessive compulsive phenomena. *Journal*

- of *Social and Clinical Psychology*, 28(8), 1022–1049.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.8.1022>.
- Doron, G., Moulding, R., Nedeljkovic, M., Kyrios, M., Mikulincer, M., & Sar-El, D. (2012d). Adult attachment insecurities are associated with obsessive compulsive disorder. *Psychology and Psychotherapy*, 85(2), 163–178.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02028.x>
- Doron, G., Szepsenwol, O., Derby, D. S., & Nahaloni, E. (2012c). Relationship-related obsessive compulsive phenomena: The case of relationship-centred and partner focused obsessive compulsive symptoms. *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*, 1, 71-82.
- Doron, G., & Szepsenwol, O., Karp, E., & Gal, N. (2013). Obsessing about intimate relationships: Testing the double relationship-vulnerability hypothesis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44, 433-440.
- Doron, G., & Szepsenwol, O. (2015). Partner-focused obsessions and self-esteem: An experimental investigation. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 49, 173-179. 10.1016/j.jbtep.2015.05.007.
- Ein-Dor, T., Doron, G., Solomon, Z., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Together in pain: Attachment-related dyadic processes and posttraumatic stress disorder. *Journal of Counseling Psychology*, 57(3), 317-327. doi:10.1037/a0019500
- Eisen, J. L., Mancebo, M. A., Pinto, A., Coles, M. E., Pagano, M. E., Stout, R., & Rasmussen, S. A. (2006). Impact of obsessive-compulsive disorder on quality of life. *Comprehensive psychiatry*, 47(4), 270–275.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2005.11.006>
- Elphinston, R. A., Feeney, J. A., Noller, P., Connor, J. P., & Fitzgerald, J. (2013). Romantic jealousy and relationship satisfaction: The costs of rumination. *Western Journal of Communication*, 77(3), 293- 304.
doi:10.1080/10570314.2013.770161
- Erdur-Baker, Ö., Özgülük, S. B., Turan, N., & Demirci-Danışık, N. (2009). Rumination and anger/anger expression styles as risk factors for psychological symptoms of adolescents. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 32(9), 43-53.

- Faber, A., Dubé, L., & Knäuper, B. (2018). Attachment and eating: A meta-analytic review of the relevance of attachment for unhealthy and healthy eating behaviors in the general population. *Appetite*, 123, 410–438. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.10.043>
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. doi:10.1037/0022-3514.58.2.281
- Fineberg, N. A., Fourie, H., Gale, T. M., & Sivakumaran, T. (2005). Comorbid depression in obsessive compulsive disorder (OCD): Symptomatic differences to major depressive disorder. *Journal of Affective Disorders*, 87(2-3), 327-330. doi:10.1016/j.jad.2005.04.004
- Fineberg, N. A., Hengartner, M. P., Bergbaum, C. E., Gale, T. M., Gamma, A., Ajdacic Gross, V., Rössler, W., & Angst, J. (2013a). A prospective population-based cohort study of the prevalence, incidence and impact of obsessive-compulsive symptomatology. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 17, 170-178. doi:10.3109/13651501.2012.755206
- Fineberg, N. A., Hengartner, M. P., Bergbaum, C., Gale, T., Rössler, W., & Angst, J. (2013b). Remission of obsessive-compulsive disorders and syndromes; evidence from a prospective community cohort study over 30 years. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 17, 179-187. doi:10.3109/13651501.2013.777744
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154
- Fraley, R. C., Vicary, A. M., Brumbaugh, C. C., & Roisman, G. I. (2011). Patterns of stability in adult attachment: An empirical test of two models of continuity and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 974-992. doi:10.1037/a0024150
- Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). What do patients do with their obsessive thoughts?. *Behaviour research and therapy*, 35(4), 335-348.

- Frost, R. O., & Steketee, G. (Eds.). (2002). *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment, and treatment*. Elsevier.
- Fullana, M. A., Mataix-Cols, D., Caspi, A., Harrington, H., Grisham, J. R., Moffitt, T. E., & Poulton, R. (2009). Obsessions and compulsions in the community: prevalence, interference, help-seeking, developmental stability, and co-occurring psychiatric conditions. *The American Journal of Psychiatry*, 166(3), 329–336. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.08071006>
- Fullana, M. A., Vilagut, G., Rojas-Farreras, S., Mataix-Cols, D., de Graaf, R., Demyttenaere, K., Haro, J. M., de Girolamo, G., Lépine, J. P., Matschinger, H., Alonso, J., & ESEMeD/MHEDEA 2000 investigators (2010). Obsessive compulsive symptom dimensions in the general population: results from an epidemiological study in six European countries. *Journal of Affective Disorders*, 124(3), 291–299. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.11.020>
- Ghomian, S., Shaeiri, M., & Farahani, H. (2019). Psychometric features of relationship obsessive-compulsive inventory: A scale in the field of relationship obsessive-compulsive disorder. *International Journal of Behavioral Sciences*, 12(4), 154-161.
- Gilboa-Schechtman, E., Franklin, M. E., & Foa, E. B. (2000). Anticipated reactions to social events differences among individuals with generalized social phobia, obsessive compulsive disorder and non anxious controls. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 731-746.
- Givertz, M., Wosidlo, A., Segrin, C., & Knutson, K. (2013). Direct and indirect effects of attachment orientation on relationship quality and loneliness in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(8), 1096–1120.
- Guehl, D., Benazzouz, A., Aouizerate, B., Cuny, E., Rotgé, J. Y., Rougier, A., Tignol, J., Bioulac, B., & Burbaud, P. (2008). Neuronal correlates of obsessions in the caudate nucleus. *Biological psychiatry*, 63(6), 557–562. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2007.06.023>
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71, 690-694.

- Harrington, J. A., & Blankenship, V. (2002). Ruminative thoughts and their relation to depression and anxiety. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(3), 465-485. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2002.tb00225.x>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2. baskı). New York, NY: The Guilford Press.
- Hazan, C., & Selcuk, E. (2015). Normative processes in romantic attachment: Introduction and overview. In V. Zayas ve C. Hazan (Eds.), *Bases of adult attachment: Linking brain, mind and behavior* (pp. 3-8). New York, NY: Springer.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Heyman, I., Fombonne, E., Simmons, H., Ford, T., Meltzer, H., & Goodman, R. (2001). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in the british nationwide survey of child mental health. *The British Journal of Psychiatry : the Journal of Mental Science*, 179, 324–329. <https://doi.org/10.1192/bjp.179.4.324>
- Hibbs, E. D., Hamburger, S. D., Lenane, M., Rapoport, J. L., Kruesi, M. J. P., Keysor, C. S., & Goldstein, M. J. (1991). Determinants of expressed emotion in families of disturbed and normal children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 32, 757–770.
- Hou, W. K., & Ng, S. M. (2014). Emotion-focused positive rumination and relationship satisfaction as the underlying mechanisms between resilience and psychiatric symptoms. *Personality and Individual Differences*, 71, 159–164. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.07.032>.
- Jakubovski, E., Pittenger, C., Torres, A. R., Fontenelle, L. F., do Rosario, M. C., Ferrão, Y. A., de Mathis, M. A., Miguel, E. C., & Bloch, M. H. (2011). Dimensional correlates of poor insight in obsessive-compulsive disorder. *Progress in Neuro-*

- Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 35(7), 1677–1681.
<https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2011.05.012>
- Jostmann, N. B., Karremans, J., & Finkenauer, C. (2011). When love is not blind: Rumination impairs implicit affect regulation in response to romantic relationship threat. *Cognition and Emotion*, 25(3), 506-518.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2010.541139>
- Julien, D., O'Connor, K. P., Aardema, F., & Todorov, C. (2006). The specificity of belief domains in obsessive-compulsive symptom subtypes. *Personality and Individual Differences*, 41(7), 1205-1216.
- Kabiri, M., Neshat-Doost, H. T., & Mehrabi, H. A. (2017). The mediating role of relationship obsessive-compulsive disorder in relation to attachment styles and marital quality in women. *Journal of Research & Health*, 7(5), 1065- 1073.
- Karakuş G., & Tamam L. (2017). Yatarak tedavi gören obsesif kompulsif bozukluk hastalarının klinik özellikleri. *Çukurova Medical Journal*, 42(1), 140-146.
- Karamustafalıoğlu, O., Ceylan, Y. C., Bakım B., Gönenli-Toker S., Bozkurt S., Göksan B., Ögütçen Ö., & Akpınar A. (2009). Obsesif kompulsif bozukluk hastalarında sosyodemografik özellikler ve komorbidite. *Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Bülteni*, 43. 112-116.
- Karatepe, H. T., Yavuz, F. K. ve Türkcan, A. (2013). Ruminatif düşünme biçimi ölçeği'nin türkçe geçerlilik ve güvenilirliği. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 23(3), 231-41.
- Karno, M., Golding, J. M., Sorenson, S. B., & Burnam, M. A. (1988). The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in five US communities. *Archives of General Psychiatry*, 45, 1094-1099.
doi:10.1001/archpsyc.1988.01800360042006
- Kempe, P. T., van Oppen, P., de Haan, E., Twisk, J. W., Sluis, A., Smit, J. H., van Dyck, R., & van Balkom, A. J. (2007). Predictors of course in obsessive compulsive disorder: Logistic regression versus cox regression for recurrent events. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 116(3), 201–210.
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2007.00997.x>

- Kılıç, N., & Altınok, A. (2021). Obsession and relationship satisfaction through the lens of jealousy and rumination. *Personality and Individual Differences*, 179, [110959]. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110959>
- Kim, S. J., & Kim, C. H. (2006). The genetic studies of obsessive-compulsive disorder and its future directions. *Yonsei Medical Journal*, 47(4), 443–454. <https://doi.org/10.3349/ymj.2006.47.4.443>
- Kim, S., Yu, B. H., Lee, D. S., & Kim, J. H. (2012). Ruminative response in clinical patients with major depressive disorder, bipolar disorder, and anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 136(1-2), 77–81. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.06.034>
- Kirkpatrick, L. A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four year prospective study. *Personal relationships*, 1(2), 123-142.
- Koran L. M. (2000). Quality of life in obsessive-compulsive disorder. *The Psychiatric Clinics of North America*, 23(3), 509–517. [https://doi.org/10.1016/s0193-953x\(05\)70177-5](https://doi.org/10.1016/s0193-953x(05)70177-5)
- Kring, A.M. Johnson, S. L., Davison, G.C., & Neale, J.M. (2017). *Anormal Psikolojisi* (12. Baskı) (M. Şahin, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kumar, S. A., & Mattanah, J. F. (2016). Parental attachment, romantic competence, relationship satisfaction, and psychosocial adjustment in emerging adulthood. *Personal Relationships*, 23(4), 801-817.
- LaSalle, V. H., Cromer, K. R., Nelson, K. N., Kazuba, D., Justement, L., & Murphy, D. L. (2004). Diagnostic interview assessed neuropsychiatric disorder comorbidity in 334 individuals with obsessive compulsive disorder. *Depression & Anxiety*, 19(3). 163-173.
- Lee, H. J., & Kwon, S. M. (2003). Two different types of obsession: autogenous obsessions and reactive obsessions. *Behaviour research and therapy*, 41(1), 11-29. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00101-2](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00101-2)
- Lensi, P., Cassano, G. B., Correddu, G., Ravagli, S., Kunovac, J. L., & Akiskal, H. S. (1996). Obsessive-compulsive disorder: Familial-developmental history, symptomatology, comorbidity and course with special reference to gender

- related differences. *The British Journal of Psychiatry*, 169(1), 101-107.
<https://doi.org/10.1192/bjp.169.1.101>
- Lewis, R. J., Millettich, R. J., Derlega, V. J., & Padilla, M. A. (2014). Sexual minority stressors and psychological aggression in lesbian women's intimate relationships: The mediating roles of rumination and relationship satisfaction. *Psychology of Women Quarterly*, 38(4), 535–550.
<https://doi.org/10.1177/0361684313517866>.
- Lind, C., & Boschen, M. J. (2009). Intolerance of uncertainty mediates the relationship between responsibility beliefs and compulsive checking. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 1047-1052.
- Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42, 406-419. doi: 10.1002/ejsp.1842
- Lochner, C., & Stein, D. J. (2003). Heterogeneity of obsessive-compulsive disorder: A literature review. *Harvard Review of Psychiatry*, 11(3), 113-132.
- Lopatka, C., & Rachman, S. (1995). Perceived responsibility and compulsive checking: An experimental analysis. *Behaviour research and therapy*, 33(6), 673–684.
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00089-3](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00089-3)
- Lopez, A. D., & Murray, C. C. (1998). The global burden of disease, 1990-2020. *Nature Medicine*, 4(11), 1241–1243. <https://doi.org/10.1038/3218>
- Lyubomirsky, S., Caldwell, N. D., & Nolen-Hoeksema, S. (1998). Effects of ruminative and distracting responses to depressed mood on retrieval of autobiographical memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 166-177.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.166>
- Lyubomirsky, S., & Nolen-Hoeksema, S. (1995). Effects of self-focused rumination on negative thinking and interpersonal problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 176-190.
- Macy, A. S., Theo, J. N., Kaufmann, S. C., Ghazzaoui, R. B., Pawlowski, P. A., Fakhry, H. I., Cassmassi, B. J., & IsHak, W. W. (2013). Quality of life in obsessive compulsive disorder. *CNS Spectrums*, 18(1), 21–33.
<https://doi.org/10.1017/S1092852912000697>

- Malik, S., Wells, A., & Wittkowski, A. (2015). Emotion regulation as a mediator in the relationship between attachment and depressive symptomatology: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 172, 428–444. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.007>
- Mancini, F., D'Olimpio, F., Del Genio, M., Didonna, F., & Prunetti, E. (2002). Obsessions and compulsions and intolerance for uncertainty in a non-clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 16, 401-411.
- Marcks, B. A., Weisberg, R. B., Dyck, I., & Keller, M. B. (2011). Longitudinal course of obsessive-compulsive disorder in patients with anxiety disorders: A 15-year prospective follow-up study. *Comprehensive Psychiatry*, 52, 670-677. doi:10.1016/j.comppsy.2011.01.001
- Martin, L. L. & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. *Advances in Social Cognition*, 9, 1-47.
- Manos, R. C., Cahill, S. P., Wetterneck, C. K., Conelea, C. A., Ross, A. R., & Riemann, B. C. (2010). The impact of experiential avoidance and obsessive beliefs on obsessive compulsive symptoms in a severe, clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 700-708.
- Melli, G., Bulli, F., Doron, G., & Carraresi, C. (2018). Maladaptive beliefs in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): Replication and extension in a clinical sample. *Journal of obsessive-compulsive and related disorders*, 18, 47-53.
- Melli, G., Carrares, C., & Doron, G. (2015). *The role of perfectionism in relationship obsessive-compulsive disorder (ROCD)*. Konferans Sunumu, 45. EACBT, İsrail.
- Merkel, W. T., Pollard, C. A., Wiener, R. L., & Staebler, C. R. (1993). Perceived parental characteristics of patients with obsessive-compulsive disorder, depression, and panic disorder. *Child Psychiatry and Human Development*, 24, 49–57.
- Michael, T., Halligan, S. L., Clark, D. M., & Ehlers, A. (2007). Rumination in posttraumatic stress disorder. *Depression and anxiety*, 24(5), 307-317.
- Miguel, E. C., Leckman, J. F., Rauch, S., do Rosario-Campos, M. C., Hounie, A. G., Mercadante, M. T., Chacon, P., & Pauls, D. L. (2005). Obsessive-compulsive

- disorder phenotypes: Implications for genetic studies. *Molecular Psychiatry*, 10(3), 258–275. <https://doi.org/10.1038/sj.mp.4001617>
- Mikulincer, M., Dolev, T., & Shaver, P. R. (2004). Attachment-related strategies during thought suppression: Irony rebounds and vulnerable self-representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 940–956. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.6.940>
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143–165). The Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. (Vol. 35, pp. 53–152). Academic Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2008). Adult attachment and affect regulation. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 503–531). The Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11, 11–15. doi:10.1016/j.wpsyc.2012.01.003
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation & Emotion*, 27, 77–102.
- Monteleone, A. M., Castellini, G., Ricca, V., Volpe, U., De Riso, F., Nigro, M., Zamponi, F., Mancini, M., Stanghellini, G., Monteleone, P., Treasure, J., & Maj, M. (2017). Embodiment mediates the relationship between avoidant attachment and eating disorder psychopathology. *European Eating Disorders Review : The Journal of the Eating Disorders Association*, 25(6), 461–468. <https://doi.org/10.1002/erv.2536>

- Moulding, R., Anglim, J., Nedeljkovic, M., Doron, G., Kyrios, M., & Ayalon, A. (2011). The Obsessive Beliefs Questionnaire (OBQ): examination in nonclinical samples and development of a short version. *Assessment*, 18(3), 357–374. <https://doi.org/10.1177/1073191110376490>
- Morrison, J. (2017). *DSM-5'i kolaylaştıran: Klinisyenler için tanı rehberi* (H. U. Kural, Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık (Özgün çalışma, 2014).
- Murphy, D. L., Timpano, K. R., Wheaton, M. G., Greenberg, B. D., & Miguel, E. C. (2010). Obsessive-compulsive disorder and its related disorders: A reappraisal of obsessive compulsive spectrum concepts. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 12(2), 131-148.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., MacDonald, G., & Ellsworth, P. C. (1998). Through the looking glass darkly? When self-doubts turn into relationship insecurities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1459–1480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1459>
- Myers, S. G., Fisher, P. L., & Wells, A. (2008). Belief domains of the obsessive beliefs questionnaire-44 (OBQ 44) and their specific relationship with obsessive-compulsive symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 475-484.
- Myhr, G., Sookman, D., & Pinard, G. (2004). Attachment security and parental bonding in adults with obsessive-compulsive disorder: A comparison with depressed out patients and healthy controls. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109, 447-456.
- National Collaborating Centre for Mental Health (UK). (2006). *Obsessive-Compulsive Disorder: Core Interventions in the Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder and Body Dysmorphic Disorder*. British Psychological Society.
- Nestadt, G. & Samuels, J., (1997). Epidemiology and genetics of obsessive-compulsive disorder. *International Review of Psychiatry*, 9(1), 61-72. doi:10.1080/09540269775592
- Nestadt, G., Samuels, J., Riddle, M., Bienvenu, O. J., III, Liang, K. Y., LaBuda, M., Walkup, J., Grados, M., & Hoehn-Saric, R. (2000). A family study of obsessive-compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 57, 358-363.
- Newth, S., & Rachman, S. (2001). The concealment of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 39(4), 457–464. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(00\)00006-1](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(00)00006-1)

- Nielsen, S., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K. B., Hageman, I., Vangkilde, S., & Daniel, S. (2017). Adult attachment style and anxiety - The mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 218, 253–259.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.047>
- Nolen-Hoeksema S. (1987). Sex differences in unipolar depression: evidence and theory. *Psychological Bulletin*, 101(2), 259–282.
- Nolen-Hoeksema S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569–582.
<https://doi.org/10.1037//0021-843x.100.4.569>
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(1), 115-121.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.61.1.115>
- Nolen-Hoeksema, S., Stice, E., Wade, E., & Bohon, C. (2007). Reciprocal relations between rumination and bulimic, substance abuse, and depressive symptoms in female adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(1), 198-207.
<http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.116.1.198>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Obsessive-Compulsive Cognitions Working Group (1997). Cognitive assessment of obsessive-compulsive disorder. *Behavior Research and Therapy*, 35, 667-681.
- Obsessive-Compulsive Cognitions Working Group (2001). Development and initial validation of the obsessive beliefs questionnaire and the interpretation of intrusions inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 987-1006.
- Obsessive-Compulsive Cognitions Working Group (2003). Psychometric validation of the obsessive beliefs questionnaire and the interpretation of intrusions inventory: Part I. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 863-878.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (2005). Psychometric validation of the obsessive belief questionnaire and interpretation of intrusions inventory

- Part 2: Factor analyses and testing of a brief version. *Behaviour Research and Therapy*, 43(11), 1527–1542.
- O'Connor, M., & Elklit, A. (2008). Attachment styles, traumatic events, and PTSD: A cross-sectional investigation of adult attachment and trauma. *Attachment & Human Development*, 10(1), 59–71. <https://doi.org/10.1080/14616730701868597>
- Owens, G., Crowell, J. A., Pan, H., Treboux, D., O'Connor, E., & Waters, E. (1995). The prototype hypothesis and the origins of attachment working models: Adult relationships with parents and romantic partners. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 60(2-3), 216-233. <https://doi.org/10.2307/1166180>
- Ökten, M. (2016). *Modeling the relationship between romantic jealousy and relationship satisfaction: The mediator roles of rumination, co-rumination and self-compassion*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Öneker, T. (2017). *OKB tanısı almamış beliren yetişkinlikte obsesif-kompulsif belirtilerin ve belirti şiddetlerin cinsiyet açısından dağılımının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çag Üniversitesi, Mersin.
- Öztürk M. O., & Uluşahin A. (2018). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (15. Baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Pallanti, S., Grassi, G., Sarrecchia, E. D., Cantisani, A., & Pellegrini, M. (2011). Obsessive compulsive disorder comorbidity: Clinical assessment and therapeutic implications. *Frontiers in Psychiatry*, 2, 1-11. doi:10.3389/fpsy.2011.00070
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2001). Metacognitive beliefs about rumination in recurrent major depression. *Cognitive and Behavioral Practice*, 8(2), 160-164. [https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(01\)80021-3](https://doi.org/10.1016/S1077-7229(01)80021-3)
- Papageorgiou C, Wells A. (2004a). Nature, functions and beliefs about depressive rumination. In Papageorgio C, & Wells A. (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, theory and treatment* (pp. 4-17). West Sussex: John Wiley and Sons
- Papageorgiou C, Wells A. (2004b). Rumination, depression, and metacognition: the S-REF Model. In Papageorgio C, & Wells A. (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, theory and treatment* (pp. 125-153). West Sussex: John Wiley and Sons

- Pauls, D. L. (2008). The genetics of obsessive compulsive disorder: a review of the evidence. *American Journal of Medical Genetics Part C: Seminars in Medical Genetics* 148(2), 133-139. <https://doi.org/10.1002/ajmg.c.30168>
- Pauls D. L. (2010). The genetics of obsessive-compulsive disorder: A review. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 12(2), 149–163. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2010.12.2/dpauls>
- Pittenger, C., Bloch, M. H., & Williams, K. (2011). Glutamate abnormalities in obsessive compulsive disorder: neurobiology, pathophysiology, and treatment. *Pharmacology & Therapeutics*, 132(3), 314–332. <https://doi.org/10.1016/j.pharmthera.2011.09.006>
- Preacher, K. J. & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior, Research, Methods, Instruments and Computers* , 40, 879-891.
- Purdon, C., & Clark, D. A. (1993). Obsessive intrusive thoughts in nonclinical subjects. Part I. Content and relation with depressive, anxious and obsessional symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 31(8), 713–720. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90001-b](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90001-b)
- Purdon, C., & Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 102-110.
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (2002). The need to control thoughts. In R. O. Frost & G. Steketee (Eds.), *Cognitive approaches to obsessions and compulsions. Theory, assessment and treatment*. Oxford, UK: Elsevier.
- Purdon, C., & Clark, D.A. (2005). *Takıntılarla başa çıkma: Obsesif-kompulsif bozukluğunuzu kontrol altına almanın yolları* (Çev. Gündoğdu, A. ve İşçen P.). İstanbul: Psikonet.
- Rachman, S. (1993). Obsessions, responsibility and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 31(2), 149-154.
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 35(9), 793–802.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behavior Research and Therapy*, 36, 385-401

- Rachman, S. (2002). A cognitive theory of compulsive checking. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 625-639.
- Rachman S., (2003). *The treatment of obsessions* (1. Baskı). New York: Oxford University
- Raines, A. M., Vidaurri, D. N., Portero, A. K., & Schmidt, N. B. (2017). Associations between rumination and obsessive-compulsive symptom dimensions. *Personality and Individual Differences*, 113, 63-67.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.001>
- Ravi Kishore, V., Samar, R., Janardhan Reddy, Y. C., Chandrasekhar, C. R., & Thennarasu, K. (2004). Clinical characteristics and treatment response in poor and good insight obsessive-compulsive disorder. *European Psychiatry : The Journal of the Association of European Psychiatrists*, 19(4), 202–208.
<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2003.12.005>
- Reuther, E. T., Davis, T. E., Rudy, B. M. & Jenkins, W. S. (2013). Intolerance of uncertainty as a mediator of the relationship between perfectionism and obsessive compulsive symptoms severity. *Depression and Anxiety*, 30(8), 773-777.
- Reynolds, S., Searight, H. R., & Ratwik, S. (2014). Adult attachment styles and rumination in the context of intimate relationships. *North American Journal of Psychology*, 16(3), 495-506.
- Rickelt, J., Viechtbauer, W., Lieverse, R., Overbeek, T., van Balkom, A. J., van Oppen, P., van den Heuvel, O. A., Marcelis, M., Eikelenboom, M., Tibi, L., & Schruers, K. R. (2016). The relation between depressive and obsessive-compulsive symptoms in obsessive-compulsive disorder: Results from a large, naturalistic follow-up study. *Journal of Affective Disorders*, 203, 241–247.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.009>
- Rivière, J., & Douilliez, C. (2017). Perfectionism, rumination, and gender are related to symptoms of eating disorders: A moderated mediation model. *Personality and Individual Differences*, 116, 63-68.

- Robinson, D., Wu, H., Munne, R. A., Ashtari, M., Alvir, J. M., Lerner, G., Koreen, A., Cole, K., & Bogerts, B. (1995). Reduced caudate nucleus volume in obsessive compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 52(5), 393–398.
- Roelofs, J., Rood, L., Meesters, C., te Dorsthorst, V., Bögels, S., Alloy, L. B., & Nolen Hoeksema, S. (2009). The influence of rumination and distraction on depressed and anxious mood: a prospective examination of the response styles theory in children and adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 18(10), 635–642. <https://doi.org/10.1007/s00787-009-0026-7>
- Rosa-Alcázar, A. I., Sánchez-Meca, J., Gómez-Conesa, A., & Marín-Martínez, F. (2008). Psychological treatment of obsessive-compulsive disorder: a meta analysis. *Clinical Psychology Review*, 28(8), 1310–1325. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.07.001>
- Ruscio, A., D., Stein, Chiu, W., & Kessler, R. (2010). The epidemiology of obsessive compulsive disorder in the national comorbidity survey replication. *Molecular Psychiatry*, 15(1), 53-63.
- Rowa, K., Purdon, C., Summerfeldt, L. J., & Antony, M. M. (2005). Why are some obsessions more upsetting than others?. *Behaviour Research and Therapy*, 43(11), 1453–1465. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.11.003>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Sadock, B., Sadock, V., & Ruiz, P. (2015). *Synopsis of Psychiatry*, USA: Wolters Kluwer.
- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 571-583. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(85\)90105-6](https://doi.org/10.1016/0005-7967(85)90105-6)
- Salkovskis, P. M. (1989). Cognitive-behavioral factors and the persistence of intrusive thoughts in obsessional problems. *Behaviour Research and Therapy*; 27, 6, 677-682.

- Salkovskis, P. M. (1999). Understanding and treating obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 29-52.
doi:10.1016/S0005-7967(99)00049-2
- Salkovskis, P. M., Wroe, A. L., Gledhill, A., Morrison, N., Forrester, E., Richards, C., Reynolds, M., & Thorpe, S. (2000). Responsibility attitudes and interpretations are characteristic of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 347-372.
- Schimmenti, A., & Bifulco, A. (2013). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: The role of attachment styles. *Child and Adolescent Mental Health*, 20(1), 41-48. <https://doi.org/10.1111/CAMH.12051>
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., & Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Senkars, S., McEwan, T. E., Skues, J., & Ogloff, J. R. P. (2016). Development of a relational rumination questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 90, 27-35. doi:10.1016/j.paid.2015.10.032
- Shafran, R., Thordarson, D. S., & Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379-391.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161.
- Siegle, G. J., Moore, P. M., & Thase, M. E. (2004). Rumination: One construct, many features in healthy individuals, depressed individuals, and individuals with lupus. *Cognitive Therapy and Research*, 28(5), 645-668.
<https://doi.org/10.1023/B:COTR.0000045570.62733.9f>
- Skoog, G., & Skoog, I. (1999). A 40-year follow-up of patients with obsessive compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 56(2), 121-127.
doi:10.1001/archpsyc.56.2.121.
- Storch, E. A., Abramowitz, J., & Goodman, W. K. (2008). Where does obsessive-compulsive disorder belong in DSM-V?. *Depression and Anxiety*, 25(4), 336-347. <https://doi.org/10.1002/da.20488>

- Srivastava, S., Bhatia, M. S., Thawani, R., & Jhanjee, A. (2011). Quality of life in patients with obsessive compulsive disorder: A longitudinal study from India. *Asian Journal of Psychiatry*, 4(3), 178–182. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2011.05.008>
- Sroufe, L. A., Egeland, B., & Kreutzer, T. (1990). The fate of early experience following developmental change: Longitudinal approaches to individual adaptation in childhood. *Child Development*, 61, 1363–1373.
- Subramaniam, M., Soh, P., Vaingankar, J. A., Picco, L., & Chong, S. A. (2013). Quality of life in obsessive-compulsive disorder: Impact of the disorder and of treatment. *CNS Drugs*, 27(5), 367–383. <https://doi.org/10.1007/s40263-013-0056-z>
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., & Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63). 38-45.
- Szeszko, P. R., Ardekani, B. A., Ashtari, M., Malhotra, A. K., Robinson, D. G., Bilder, R. M., & Lim, K. O. (2005). White matter abnormalities in obsessive compulsive disorder: A diffusion tensor imaging study. *Archives of General Psychiatry*, 62(7), 782–790. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.7.782>
- Szeszko, P. R., Robinson, D., Alvir, J. M., Bilder, R. M., Lencz, T., Ashtari, M., Wu, H., & Bogerts, B. (1999). Orbital frontal and amygdala volume reductions in obsessive compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 56(10), 913-919. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.56.10.913>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Using multivariate statistics* (six edition). (Çev. Baloğlu M.) Ankara: Nobel. (Original work published: 2013).
- Taylor S. (2011). Early versus late onset obsessive-compulsive disorder: Evidence for distinct subtypes. *Clinical Psychology Review*, 31(7), 1083–1100. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.06.007>
- Taylor, S., Coles, M. E., Abramowitz, J. S., Wu, K. D., Olatunji, B. O., Timpano, K. R., McKay, D., Kim, S., Carmin, C., & Tolin, D. F. (2010). How are dysfunctional beliefs related to obsessive-compulsive symptoms? *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 24, 165-176.

- Taylor, S., Mckay, D., & Abramowitz, J. S. (2005). Hierarchical structure of dysfunctional beliefs in obsessive-compulsive disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 34, 216-228.
- Thordarson, D. S., Shafran, R. (2002). Importance of thought. In R. O. Frost, G. Steketee (Eds.), *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment and treatment*. Amsterdam: Pergamon Press.
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D., & Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 233- 242.
- Topper, M., Emmelkamp, P. M., Watkins, E., & Ehrling, T. (2017). Prevention of anxiety disorders and depression by targeting excessive worry and rumination in adolescents and young adults: A randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 90, 123–136. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.12.015>
- Toroslul, B. (2020). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ile romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Torres, A. R., Prince, M. J., Psych, M. R. C., Bebbington, P. E., Bhugra, D., Brugha, T. S., & Meltzer, H. (2006). Obsessive-compulsive disorder: Prevalence, comorbidity, impact, and help-seeking in the british national psychiatric morbidity survey of 2000. *American Journal of Psychiatry*, 163(11), 1978-1985.
- Trak, E. (2016). *Hatırlanan ebeveyn ilgisi, yetişkin bağlanma biçimleri ve partnere bağlı benlik değerinin romantik ilişki ve partner temalı obsesif kompulsif bozukluk semptomları ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Trak, E., & İnözü, M. (2017). Yeni bir obsesif-kompulsif semptom içeriği: Romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeği ile partnere ilişkin obsesif-kompulsif belirti ölçeği'nin Türkçe formlarının psikometrik özellikleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 171-185.
- Trak, E., & Inozu, M. (2019). Developmental and self-related vulnerability factors in relationship-centered obsessive compulsive disorder symptoms: A moderated

- mediation model. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 121-128. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.03.004>
- Tran, S., & Simpson, J. A. (2009). Prerelationship maintenance behaviors: The joint roles of attachment and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(4), 685–698.
- Tükel, R., Polat, A., Genç, A., Bozkurt, O., & Atlı, H. (2004). Gender-related differences among turkish patients with obsessive-compulsive disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 45(5), 362-366. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2004.06.006>
- Ulusoy, S., Yavuz, K. F., Kara, T., & Karadere, M. E. (2015). Obsesif kompulsif bozuklukta üst-bilişsel süreçler ve duygusal şemaların rolü. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 173-183.
- Wahl, K., Ertle, A., Bohne, A., Zurovski, B., & Kordon, A. (2011a). Relations between a ruminative thinking style and obsessive–compulsive symptoms in non-clinical samples. *Anxiety, Stress, and Coping*, 24(2), 217–225. <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.482985>.
- Wahl, K., Schönfeld, S., Hissbach, J., Küsel, S., Zurovski, B., Moritz, S., Hohagen, F., & Kordon, A. (2011). Differences and similarities between obsessive and ruminative thoughts in obsessive-compulsive and depressed patients: a comparative study. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 42(4), 454–461. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2011.03.002>
- Wahl, K., van den Hout, M., & Lieb, R. (2019). Rumination on unwanted intrusive thoughts affects the urge to neutralize in nonclinical individuals. *Journal of Obsessive Compulsive and Related Disorders*, 20, 4-12. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.02.002>
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684-689.
- Wells, A., & Matthews, G. (1996). Modelling cognition in emotional disorder: The S-REF model. *Behavior Research and Therapy*, 34 (11-12), 881-888.

- Wheaton, M. G., Abramowitz, J. S., Berman, N. C., Riemann, B. C. & Hale, L. R. (2010). The relationship between obsessive beliefs and symptom dimensions in obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 949-954.
- Williams, M. T., Chapman, L. K., Simms, J. V., & Tellawi, G. (2017). Cross-cultural phenomenology of obsessive-compulsive disorder. *Handbook of Obsessive Compulsive Disorder Across the Lifespan* (56-74). New Jersey: Wiley.
- Wittchen, H. U., & Jacobi, F. (2005). Size and burden of mental disorders in Europe – A critical review and appraisal of 27 studies. *European Neuropsychopharmacology*, 15, 357-376. doi:10.1016/j.euroneuro.2005.04.012
- Woodhouse, S., Ayers, S., & Field, A. P. (2015). The relationship between adult attachment style and post-traumatic stress symptoms: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 35, 103–117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.07.002>
- Yıldırım, B. (2017). *The influence of attachment styles, personality characteristics, social comparison, and reassurance seeking on ROCD symptoms*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Yıldırım, B. (2018). *Beliren yetişkinlikte romantik ilişki temalı ve eş odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişimsel yordayıcıları: Özerklik, bağlanma ve mükemmeliyetçilik*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yılmaz, A. E (2015). Endişe ve ruminasyonun kaygı ve depresyon belirtileri üzerindeki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 107-115.
- Yoldascan, E., Ozenli, Y., Kutlu, O., Topal, K., & Bozkurt, A. I. (2009). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in Turkish university students and assessment of associated factors. *BMC Psychiatry*, 9, 40. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-9-40>
- Yorulmaz, O., Gençöz, T., & Woody, S. (2009). OCD cognitions and symptoms in different religious contexts. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 401-406
- Yorulmaz, O., Karancı, A N., & Tekok-Kılıç, A. (2006). What are the roles of perfectionism and responsibility in checking and cleaning compulsions? *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 312-27.

Yorulmaz, O., Güngör, D., & Gökdağ, C. (2019). Obsesif inançlar anketi: Kısa formların türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Turkish Journal of Psychiatry*, 30(3), 191-199.



EK A

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sizi Prof. Dr. Haluk ARKAR tarafından yürütülen “Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünce Biçiminin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisi” başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsizsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacı ile kullanılacaktır.

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Katılımcı Kodu: _____

Tarih: _____

Sizden, diğer ölçekleri cevaplandırmadan önce öncelikle aşağıda kişisel bilgilerinizle ilgili olan soruları cevaplandırmanızı rica ediyoruz.

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz:

Kadın () Erkek ()

3. Eğitim durumunuz: (Lütfen en son mezun olduğunuz okulu işaretleyiniz)

İlkokul Mezunu ()

Ortaokul Mezunu ()

Lise Mezunu ()

Üniversite Mezunu ()

Lisansüstü ()

4. Partnerinizin/eşinizin eğitim durumu: (Lütfen en son mezun olduğu okulu işaretleyiniz)

İlkokul Mezunu ()

Ortaokul Mezunu ()

Lise Mezunu ()

Üniversite Mezunu ()

Lisansüstü ()

5. Sosyoekonomik gelir düzeyiniz:

Düşük ()

Orta ()

Üst ()

6. Hayatınızın büyük çoğunluğunu geçirdiğiniz şehir türü:

Köy/Kasaba ()

İlçe ()

İl ()

Büyükşehir ()

7. İlişki Durumunuz:

Flört/Sevgili ()

Sözlü/Nişanlı ()

Evli ()

8. Şu anda devam eden romantik ilişkinizin süresini yazınız. Lütfen ay veya yıl olarak belirtiniz. (Örnek: 5 ay, 3 yıl, 3 yıl 5 ay vb.) (İlişkinizin başlangıç tarihini de yazabilirsiniz.)

9. İçinde bulunduğunuz romantik ilişkiden memnuniyet düzeyiniz?

Hiç memnun değilim ()

Biraz memnunum ()

Kararsızım ()

Memnunum ()

Çok memnunum ()

10. Çocuğunuz var mı?

Evet () Kaç tane? _____ Hayır ()

11. Daha önce herhangi bir psikiyatrik tanı aldınız mı?

Evet () Hayır ()

*Cevabınız evet ise belirtiniz: _____

12. Şu anda kullandığınız psikiyatrik bir ilaç var mı?

(Eğer bu tür bir ilaç kullanıyorsanız lütfen bu ilacın ne olduğunu belirtiniz.)

Evet, () kullandığım ilacın adı: _____. Hayır ()



EK B

YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyula ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Hiç Kararsızım/ Tamamen
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7

14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeliendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7

33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7



EK C

OBSESİF İNANIŞLAR ANKETİ-20

Bu envanterde, insanların zaman zaman takındıkları bir dizi tutum ve inanış sıralanmıştır. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve ifadeye ne kadar katılıp katılmadığınızı belirtiniz. Her bir ifade için, *nasıl düşündüğünüzü en iyi tanımlayan* cevaba karşılık gelen rakamı seçiniz. İnsanlar birbirinden farklı olduğu için envanterde doğru veya yanlış cevap yoktur. Sunulan ifadenin, tipik olarak yaşama bakış açınızı yansıtır yansıtmadığına karar vermek için sadece çoğu zaman nasıl olduğunuzu göz önünde bulundurunuz.

Derecelendirme için aşağıdaki ölçeği kullanınız:

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum

Derecelendirme yaparken, ölçekteki orta değeri işaretlemekten (4) kaçınmaya çalışınız; bunun yerine, inanış ve tutumlarınızla ilgili ifadeye genellikle katılıp katılmadığınızı belirtiniz.

1. Bir şeyden <u>tamamıyla</u> emin değilsem, kesin hata yaparım	
2. Değerli biri olmam için yaptığım her şeyde mükemmel olmalıyım	
3. Zarar verme/görme olasılığı çok az olsa bile, ne yapıp edip onu engellemeliyim	
4. Bana göre, kötü/uygunsuz dürtülere sahip olmak aslında onları gerçekleştirmek kadar kötüdür	
5. Bir tehlikeyi önceden görmeme karşın bir harekette bulunmazsam, herhangi bir sonuç için suçlanacak kişi konumuna ben düşerim	
6. Her türlü günlük aktivitede, zarar vermeyi engellemede başarısız olmak kasten zarar vermek kadar kötüdür	
7. Benim için, zararı önlememek zarar vermek kadar kötüdür	
8. Bir hata yaparsam üzüntülü olmalıyım	
9. Benim için, her şey mükemmel olmazsa işler yolunda sayılmaz	
10. Müstehcen düşüncelerin aklımdan geçmesi çok kötü bir insan olduğum anlamına gelir	
11. İlave önlemler almazsam, ciddi bir felaket yaşama veya felakete neden olma ihtimalim, diğer insanlara kıyasla daha fazladır	
12. Diğer insanlara kıyasla, kendime veya başkalarına kazara zarar vermem daha muhtemeldir	
13. Kötü düşüncelere sahip olmak tuhaf veya anormal biri olduğum anlamına gelir	
14. Dikkatli olsam da kötü şeylerin olabileceğini sıklıkla düşünürüm	
15. İstenmeyen biçimde zihnimde beliren düşünceler, kontrolü kaybettiğim anlamına gelir	
16. Dikkatli olmadığım takdirde zarar verici hadiseler yaşanabilir	
17. Bir şey tam anlamıyla doğru yapılınca kadar üzerinde çalışmaya devam etmeliyim	
18. Benim için bir felaketi önlemekte başarısız olmak ona sebep olmak kadar kötüdür	
19. Kötü bir düşünceye sahip olmak, ahlaki açıdan kötü bir şekilde davranmaktan çok da farklı değildir	
20. Ne yaparsam yapayım, yaptığım iş yeterince iyi olmayacaktır	

EK D

RUMİNATİF DÜŞÜNME BİÇİMİ ÖLÇEĞİ

Bu anket insanların düşünceleriyle ilgili ifadeler içermektedir. Hepimizin düşüncelerinin özellikleri farklıdır ve bu nedenle doğru veya yanlış cevap yoktur. Lütfen her cümleyi dikkatle okuyunuz ve her biri için, ifadelerin sizi ne kadar tarif ettiğini cümlelerin başındaki boşluğa yazınız.

(Hiç) 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 (Çok iyi)

1. ____ Zihnimin sürekli bazı şeyleri tekrar tekrar gözden geçirdiğini fark ederim.
2. ____ Bir sorunum olduğunda bu durum uzun süre zihnimi kemirir.
3. ____ Gün boyu bazı düşüncelerin tekrar tekrar zihnime üşüşüğünü fark ederim.
4. ____ Bazı şeyleri sürekli düşünmekten kendimi alamam.
5. ____ Birileriyle karşılaşma öncesinde olabilecek bütün senaryoları ve konuşmaları zihnimde canlandırıyorum.
6. ____ Önceden yaşadığım hoşuma giden olayları hayalimde tekrar canlandırmaya yatkınım.
7. ____ Kendimi, gün içerisinde “Keşke yapsaydım” dediğim şeyleri hayal ederken bulurum.
8. ____ Kötü geçtiğini düşündüğüm bir görüşme sonrasında, “keşke şöyle davransaydım” dediğim farklı senaryolar hayal ederim.
9. ____ Karmaşık bir problemi çözmeye çalışırken çözüme ulaşmak yerine problemin başına döndüğümü fark ederim.

10. ____ Yaklaşan önemli bir olay varsa, bu durumu o kadar çok düşünürüm ki sonunda sinirli ve mutsuz bir hale gelirim.
11. ____ İstenmeyen düşünceleri zihnimden bir türlü atamam.
12. ____ Bir problem hakkında saatlerce düşünsem de sorunu açıkça anlamak için biraz daha zamana ihtiyaç duyarım.
13. ____ Hakkında ne kadar düşünürsem düşüneyim, bazı sorunlarla ilgili net bir çözüme ulaşmam benim için çok zordur.
14. ____ Bazen bir şeyler hakkında saatlerce oturup düşündüğüm olur.
15. ____ Bir meseleyi çözmeye çalışırken, zihnimde farklı noktalara dağılan uzun bir tartışma yaşar gibi olurum.
16. ____ Oturup geçmişteki güzel olayları hatırlamak hoşuma gider.
17. ____ Heyecan verici bir olayı beklerken, bu olay ile alakalı düşünceler, o anda yaptığım işi engeller.
18. ____ Bazen, bir konuşma sırasında bile, alâkasız düşüncelerin zihnime hücum ettiği olur.
19. ____ Yakın zamanda önemli bir görüşme yapacaksam, zihnimde sürekli olarak bunu tekrar etme eğilimim vardır.
20. ____ Önemli bir olay yaklaşıyorsa bununla ilgili düşünmekten kendimi alamam.

EK E

ROMANTİK İLİŞKİ OBSESYON ve KOMPULSİYONLARI ÖLÇEĞİ

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

Rakamlar aşağıda görülen sözlü ifadelere denk gelmektedir:

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

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

EK F
ETİK KURUL ONAY BELGESİ



EGE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU
KARAR BELGESİ

YÜRÜTÜCÜNÜN ADI SOYADI / KURUMU	Prof. Dr. Haluk ARKAR / Edebiyat Fakültesi	
DANIŞMANIN ADI SOYADI / KURUMU	-	
DİĞER ARAŞTIRMACILAR	Arş. Gör. Aslıhan TUNÇEL / Sosyal Bilimler Enstitüsü	
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	☒ Yüksek Lisans Tezi ☐ Doktora Tezi ☐ Özgün Araştırma	
ARAŞTIRMANIN BAŞLIĞI	Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünce Biçiminin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisi	
BİLİRKİŞİ GÖRÜŞÜ	Yok	
KARARIN ALINDIĞI TOPLANTI TARİHİ	04.11.2020	
TOPLANTI / KARAR SAYISI	13 / 02	PROTOKOL NO: 678
KARAR	Araştırma, OYBİRLİĞİ ile etik açıdan uygun bulunmuştur.	

Prof. Dr. Mehmet ERSAN

Kurul Başkanı

Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Hülya YILMAZ
Kurul Başkan Yardımcısı
(Toplantıda bulunmadı.)

Prof. Dr. Fazlı GÖKÇEK
Kurul Üyesi
Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Sonia AMADO
Kurul Üyesi
Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Mustafa MUTLUER
Kurul Üyesi

Prof. Dr. Metin KARADAĞ
Kurul Üyesi
Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

Prof. Dr. Nadim MACİT
Kurul Üyesi
Elektronik onaylıdır (online toplantı yolu ile)

EK G
BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU



EGE ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA ve YAYIN ETİĞİ KURULLARI (EGEBAYEK)

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi Prof. Dr. Haluk ARKAR tarafından yürütülen “Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünce Biçiminin Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler Üzerindeki Etkisi” başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek kişisel bilgiler tamamen gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacı ile kullanılacaktır.

1. Araştırmayla İlgili Bilgiler:

- a. Araştırmanın Amacı: Yetişkin Bağlanma Örüntüleri, Obsesif İnançlar ve Ruminatif Düşünce Biçimi ve Romantik İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler arasındaki ilişkileri incelemek ve romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordayan faktörleri ortaya koymak
- b. Araştırmanın İçeriği: Çevrimiçi anket yoluyla hazırlanan ölçüm araçlarının 18-65 yaş arasında en az 1 aydır romantik bir ilişki içerisinde bulunan gönüllü katılımcılara uygulanması ve ölçümlenen faktörlerin değerlendirilmesi

- c. Araştırmanın Nedeni: ☐ Özgün araştırma ☒ Tez çalışması
- d. Araştırmanın Öngörülen Süresi (*Araştırma takviminde öngörülen süredir*): (Ekim 2020 – Haziran 2021)
- e. Araştırmaya Katılması Beklenen Katılımcı/Gönüllü Sayısı:300
- f. Araştırmanın Yapılacağı Yer(ler): Çevrimiçi Anket Platformu

Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. **Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı.** Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Kendi el yazısı ile)

Adı-Soyadı:

.....

İmzası:

(Varsa) Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin;

Veli veya Vasisinin (kendi el yazısı ile)

Adı-Soyadı:

.....

İmzası:

Not: Bu form, iki nüsha halinde düzenlenir. Bu nüshalardan biri imza karşılığında gönüllü kişiye verilir, diğeri araştırmacı tarafından saklanır.

EK H

ÇEVİRİMİÇİ BİLGİLENDİRME FORMU

Değerli katılımcımız,

Bu araştırma, Prof. Dr. Haluk Arkar danışmanlığında Ege Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Aslıhan Tunçel tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmanın temel amacı, bireylerin romantik ilişki deneyimlerine dair farklılıkları ve bu farklılıklara yol açabilecek belirli faktörleri incelemektir. Bu araştırmaya katılım için 18-65 yaş aralığında ve en az 3 aydır romantik ilişki içerisinde (flört/sevgili/sözlü/nişanlı/evli) olmanız gerekmektedir.

Uygulamanın 15-20 dakika sürmesi beklenmektedir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgilerin geçerli sayılabilmesi açısından anketin sorularına verdiğiniz yanıtların sizi en iyi yansıtacak şekilde olması önemlidir. Bu nedenle lütfen soruları eksiksiz ve size en uygun olan şekilde cevaplayınız.

Çalışma içerisinde ad, soyad, T.C. kimlik numarası gibi kimliğinizi belirtecek bir bilgi istenmemektedir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar ise yalnızca bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak ve bireysel olarak değerlendirilmeyecektir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çıkma hakkına sahipsiniz.

Bu tez çalışması Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulu tarafından incelenmiş ve onaylanmıştır.

Bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz. Araştırmamıza katıldığınız ve zaman ayırdığınız için teşekkür ederiz.

Arş. Gör. Aslıhan Tunçel
Ege Üniversitesi
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

☐ Okudum, anladım. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimde olduğu kadar tez yazım sürecim boyunca değerli katkıları ve bu alandaki deneyimiyle akademik gelişimime destek olan sevgili danışmanım Prof. Dr. Haluk Arkar'a çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca klinik psikoloji alanındaki yetkinliği ile kendisinden pek çok şey öğrenme fırsatı bulduğum değerli hocam Doç. Dr. Serap Tekinsav Sütcü'ye teşekkür ederim. Tez savunma jürimde yer almayı kabul eden Doç. Dr. Cennet Şafak Öztürk'e değerli geribildirimleri ve destekleyici tutumu için çok teşekkür ederim.

Lisans eğitimimin başından beri hedeflediğim bu alanda uzmanlaşma sürecimde akademik gelişimime katkıda bulunan, etik değerlere olan hassasiyetleriyle olumlu birer rol model olan tüm hocalarıma ve değerli meslektaşlarıma minnettarım.

Hayatımın her anında desteğini bir telefon uzağımda hissettiğim, hayatımızın her dönemecine birlikte tanıklık ettiğimiz dostum Tuba'ya; ODTÜ günlerinden beri sıcaklığıyla beni sarıp sarmalayan Mehtap'a; tez süreci dahil olmak üzere yüksek lisans sürecinin keyifli ve sancılı her anını birlikte paylaştığımız, Ege'nin bana kazandırdığı canım Başak'a ve önceki yıllarda olduğu gibi bu zorlu süreçte de bana inanarak motivasyonumu yüksek tutmamı sağlayan, bu yolculuktaki en büyük destekçim Emek'e sevgisi ve anlayışı için çok teşekkür ederim.

Son olarak, hayatımın her döneminde yapabileceklerime inanarak elimden gelenin en iyisini yapmaya çabaladığım için kendime; başarabileceklerime inanmamda her zaman en büyük desteği ve cesareti sağlayan sevgili annem, babam ve kardeşime; hem başarılarımda hem de ihtiyaç duyduğum anlarda yanımda olduklarını hissettiren herkese sonsuz teşekkürlerimle...

ÖZGEÇMİŞ

2013 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nü (Ankara Kampüsü) kazanarak üniversite eğitimime başladım ve 2018 yılında yüksek onur derecesi ile mezun oldum. Aynı yıl Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans programına kabul edildim. Yaklaşık bir yıl süre ile özel bir danışmanlık merkezinde yarı zamanlı psikolog olarak görev aldım. 2020 yılında yüksek lisans eğitimim devam ettiği sırada Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Öncelikli Alanlar kapsamında araştırma görevlisi olarak çalışmaya başladım. Şu anda yüksek lisans eğitimim kapsamında görevlendirme ile Ege Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı'nda araştırma görevlisi olarak çalışmaya devam etmekteyim.