



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK HASTALARINDA OBSESYON,  
KOMPULSİYON VE ENDİŞE İLE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU  
ŞEMALAR, ÜST-BİLİŞ VE DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Berge VELİBAŞOĞLU

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2014



OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK HASTALARINDA OBSESYON,  
KOMPULSİYON VE ENDİŞE İLE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR,  
ÜST-BİLİŞ VE DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ

Berge VELİBAŞOĞLU

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

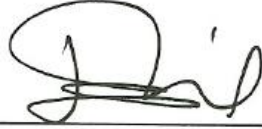
Ankara, 2014

## KABUL VE ONAY

Berge Velibaşoğlu tarafından hazırlanan “Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarında Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişe ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Üst-biliş ve Düşünce Eylem Kaynaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 30 Haziran 2014 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof Dr. Gonca SOYGÜT PEKAK (Başkan)



Prof. Dr. Elif BARIŞKIN(Danışman)



Doç. Dr. Sait ULUÇ

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Yusuf ÇELİK


Enstitü Müdürü

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun ..3.. yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

30 Haziran 2014

  
\_\_\_\_\_

Berge VELİBAŞOĞLU

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim ve meslek hayatım boyunca bana çok şey öğreten, destek olan tez danışmanım ve sevgili hocam Prof. Dr. Elif Barışkın'a sabrı, emeği ve güveni için teşekkür ederim.

Değerli hocalarım Prof. Dr. Ferhunde Öktem, Prof. Dr. İhsan Dağ ve Doç. Dr. Sedat Işıklı'ya, yüksek lisans sürecinde bana öğrettikleri için teşekkür ederim. Tez Savunma Sınavı jüri üyesi Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak'a ve yüksek lisans eğitimim boyunca bana destek olan değerli hocam Doç. Dr. Sait Uluç'a değerli katkılarından dolayı çok teşekkür ederim.

Tez öneri sürecinden itibaren desteklerini her zaman hissettiğim değerli hocalarım Prof. Dr. Aylin Uluşahin, Prof. Dr. Berna Uluğ, Prof. Dr. Kazım Yazıcı, Prof. Dr. Cengiz Kılıç, Prof. Dr. Başaran Demir, Prof. Dr. Elif Anıl Yağcıoğlu, Prof. Dr. Suzan Kara, Prof. Dr. Aygün Ertuğrul ve Yrd. Doç. Dr. Özlem Erden Aki'ye ve özellikle Yrd. Doç. Dr. Koray Başar, Yrd. Doç. Dr. Yavuz Ayhan ve Uzm. Dr. Şeref Can Gürel'e teşekkür ederim. Çalışmaya başladığımdan itibaren bana destek olan çok sevgili arkadaşım Uzm. Dr. Elçin Özçelik Eroğlu'na teşekkür ederim. Veri toplama sürecinde başta Uzm. Dr. Yunuz Emre Sönmez olmak üzere tüm asistan arkadaşlarıma, bölüm sekreterlerimize ve çalışmaya katılan herkese teşekkürü bir borç bilirim.

Yüksek lisans sürecinde tanışmamızdan itibaren sevgilerini ve desteklerini benden esirgemeyen arkadaşlarım Dilay Eldoğan, Gizem Sakarya, Merve Kılıç Yıldız, Burcu İnan, Lale Barlas, Gizem Cesur, Sevim Erol ve Zeynep Ayoğlu'na teşekkür ederim. Ancak özellikle tez yazma sürecinde desteği ve sabrı için Özge Yılmaz Cengiz'e teşekkür ederim. Çalışma hayatım boyunca bana destek olan sevgilerini benden esirgemeyen sevgili arkadaşlarım Uzm. Psk. Tuğba Taşdemir ve Psk. Dr. Talat Demirsöz'e destekleri ve sabırları için çok teşekkür ederim. Son olarak kendisi de zor bir süreç geçiriyor olmasına rağmen bana her türlü desteği sağlayan sevgili arkadaşım Güliz Sayat Gürel'e teşekkürü bir borç bilirim.

Her zaman yanımda olan, desteklerini benden esirgemeyen, bana her zaman güvenen, bu güne gelmemi sağlayan babam Tefik Bumin Engür, kardeşim Merve Engür ve özellikle en zor anlarımda yetişen annem Nezahat Engür'e sonsuz teşekkür ederim. Dokuz yıldır hayatımın en büyük parçası olan sevgili eşim Tuna Velibaşoğlu'na sevgisi, desteği ve özellikle sabrı için çok teşekkür ederim. Bu çalışmayı, tez sürecinde kaybettiğim anneannem Hamdiye Küçük'e ithaf ediyorum.

## ÖZET

VELİBAŞOĞLU, Berge. *Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarında Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişe ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Üst-biliş ve Düşünce Eylem Kaynaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2014.

Bu çalışmada, Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) tanısı almış bireylerde şema alanları ile obsesif-kompulsif belirtiler ve endişe arasındaki ilişkide düşünce eylem kaynaşması (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-bilişlerin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü incelenmiştir. Ayrıca DEK'in üst-bilişleri yordayıp yordamadığı sorusuna cevap aranmıştır. Hacettepe Üniversitesi Hastanesi Psikiyatri polikliniğine başvuran ve psikiyatri servisinde yatan OKB tanısı almış 96 birey araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği-Kısa Formu (YŞÖ-KF), Üst-bilişler Ölçeği-30 (ÜBÖ-30), Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği (DEKÖ), Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Derecelendirme Ölçeği (YBOKÖ) ve Penn Eyalet Endişe Ölçeği (PEEÖ) kullanılmıştır.

Araştırmanın temel sorularını yanıtlamak için öncelikle düşünce eylem kaynaşması ile üst-bilişler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Aşamalı Regresyon Analizi yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucunda DEK-Ahlakın üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordadığı belirlenmiştir.

Şema alanları ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasındaki ilişkide üst-bilişlerin aracı rolünü belirlemek amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Yapılan analizlerin sonucuna göre zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasında üst-biliş boyutlarının tümünün (olumlu inançlar, olumsuz



inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu saptanmıştır. Son olarak yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Şema alanları ile obsesyonlar arasındaki ilişkide DEK'in aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasında DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide DEK'in aracı rolünü incelemek amacıyla yürütülen analizler sonucunda zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasında DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak OKB tanısı almış kişilerde özellikle zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının ön plana çıktığı görülmektedir. Ayrıca şema alanları ile obsesif-kompulsif belirtiler ve endişe arasındaki ilişkide üst-bilişsel kavramlar olan düşünce eylem kaynaşması ve üst-bilişlerin de rolü olduğu belirlenmiştir. Kuramı destekleyen bu bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Şema alanları, obsesif kompulsif bozukluk, düşünce eylem kaynaşması, üst-biliş.

## ABSTRACT

VELİBAŞOĞLU, Berge. *The Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Thought Action Fusion, Metacognitions and Obsessions, Compulsions, Worry in Obsessive Compulsive Disorder Patients*, Master's Thesis, Ankara, 2014.

This study examined the relationship between schema domains and obsessive-compulsive symptoms and worry. The mediator roles of thought action fusion (moral TAF, likelihood TAF) and metacognitions (positive beliefs, negative beliefs, cognitive confidence, need to control thoughts, cognitive self-consciousness) were also investigated. The sample of the study consisted of 96 OCD patients applying to the outpatient clinic and OCD patients hospitalized in the inpatient psychiatry clinic of Hacettepe University Department of Psychiatry. Demographic data form, Young Schema Questionnaire-Short Form, Metacognitions Questionnaire-30, Thought Action Fusion Scale, Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale and Penn State Worry Questionnaire were used to measure the above mentioned variables.

The results of Stepwise Regression Analysis, which was carried out in order to answer the basic questions of the study, point out that moral TAF predicts metacognitions (positive beliefs, negative beliefs, cognitive confidence, need to control thoughts, cognitive self-consciousness). Hierarchical regression analysis were performed to assess the mediator role of metacognitions between obsessions, compulsions and worry. According to the analysis, negative beliefs and cognitive confidence mediate between domains of impaired autonomy, disconnection and rejection and obsessions. Besides positive beliefs and cognitive confidence mediate between domains of impaired autonomy, disconnection and rejection and compulsions. The relationship between the domains of impaired autonomy, disconnection and rejection, other-directedness and worry were mediated by all metacognition (positive beliefs, negative beliefs, cognitive confidence, need to control thoughts, cognitive self-consciousness). Furthermore the relationship between the domain of impaired limits and worry were mediated by negative beliefs, need to control thoughts and cognitive self-consciousness. Positive

beliefs, negative beliefs, need to control thoughts and cognitive self-consciousness mediate between the domain of overvigilance and inhibition and worry.

Results of hierarchical regression analysis showed that the relationship between the domain of impaired autonomy and compulsions were mediated by moral TAF. Additionally, moral and likelihood TAF mediate the relationship between the domains of impaired autonomy, disconnection and rejection, other-directedness and worry.

Overall the study showed that domains of impaired limits and disconnection and rejection play an important role in OCD. Moreover it's stated that TAF and metacognitions mediate the relationship between schema domains and obsessive-compulsive symptoms and worry. The results are discussed in the light of the literature.

**Keywords:** Schema domains, obsessive compulsive disorder, thought action fusion, metacognition.

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
<b>KABUL VE ONAY</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLDİRİM</b> .....	<b>ii</b>
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>ix</b>
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ŞEKİLLER DİZİNİ</b> .....	<b>xx</b>
<b>EKLER DİZİNİ</b> .....	<b>xxiii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. ŞEMA MODELİ VE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR....	1
1.1.1. Şema Kavramı.....	1
1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar.....	3
1.1.3. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar.....	4
1.1.4. Şema İşlemleri.....	9
1.1.5. Uyumsuz Başa Çıkma Biçimleri.....	10
1.1.6. Şema Modları.....	10
1.1.7. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Psikopatoloji İlişkisi.....	11

1.2. OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK.....	15
1.2.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğunun Tanısı ve Alt Tipleri.....	16
1.2.2. Yaygınlık, Klinik Seyir ve Eşanı.....	17
1.2.3. Düşünce Eylem Kaynaşması.....	19
1.2.3.1. Düşünce Eylem Kaynaşması ve Obsesif Kompulsif Bozukluk İlişkisi.....	21
1.2.4. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Üst-biliş Modeli.....	23
1.2.4.1. Üst-biliş ve Obsesif Kompulsif Bozukluğun İlişkisi.....	26
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	28
<b>2. YÖNTEM.....</b>	<b>29</b>
2.1. ÖRNEKLEM.....	29
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	32
2.2.1. Demografik Bilgi Formu.....	33
2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ KF-3).....	33
2.2.3. Üst-bilişler Ölçeği-30 (ÜBÖ-30).....	34
2.2.4. Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği (DEKÖ).....	36
2.2.5. Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Derecelendirme Ölçeği.....	36
2.2.6. Penn Eyalet Endişe Ölçeği (PEEÖ).....	37
2.3. İŞLEM.....	38
<b>3. BULGULAR.....</b>	<b>39</b>

3.1. ÖLÇÜMLER ARASI KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	39
3.2. DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ÜST-BİLİŞLERİ YORDAMASINA İLİŞKİN REGRESYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	44
3.3. ŞEMA ALANLARI İLE OBSESYON, KOMPULSİYON VE ENDİŞE ARASINDA ÜST-BİLİŞLERİN ARACI (MEDİATOR) ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER.....	46
3.3.1. Aracı Değişken (Mediator) Analizinin İlk Üç Ölçütüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....	47
3.3.2. Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	55
3.3.3. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	60
3.3.4.Şema Alanları ile Endişe Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	66
3.4. ŞEMA ALANLARI İLE OBSESYON, KOMPULSİYON VE ENDİŞE ARASINDA DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ARACI (MEDİATOR) ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER.....	97
3.4.1.Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	97
3.4.2. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	97
3.4.3.Şema Alanları ile Endişe Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	102

<b>4. TARTIŞMA.....</b>	<b>115</b>
4.1.DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ÜST-BİLİŞ BOYUTLARINI YORDAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	115
4.2. ŞEMA ALANLARI İLE DÜŞÜNCE, DAVRANIŞ VE DUYGU ARASINDA ÜST-BİLİŞLERİN ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	117
4.2.1.Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	117
4.2.2.Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	121
4.2.3.Şema Alanları ile Endişe Arasında Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	122
4.3.ŞEMA ALANLARI İLE DÜŞÜNCE, DAVRANIŞ VE DUYGU ARASINDA DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI.....	127
4.3.1. Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	127
4.3.2. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	128
4.3.3. Şema Alanları ile Endişe Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması.....	129
4.4. ARAŞTIRMANIN KLİNİK ÖNEMİ VE DOĞURGULAR.....	130
4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	131
4.6. GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER.....	132

4.7. GENEL SONUÇ.....	133
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>134</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>150</b>



## TABLOLAR DİZİNİ

	<b>Sayfa No</b>
Tablo 1.1. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar.....	5
Tablo 2.1. Medeni Durum ve Meslekle İlgili Özellikler.....	30
Tablo 2.2. Katılımcıların Temel Başvuru Şikayetleri.....	31
Tablo 2.3. Katılımcıların Aldıkları Tedavi, Yatarak Tedavi Sayısı ve Ailede Psikiyatrik Hastalık Öyküsü Bilgileri.....	32
Tablo 3.1. Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları.....	40
Tablo 3.2. Şema Alanları ile Alt Ölçekler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları.....	42
Tablo 3.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Alt Ölçekler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları.....	44
Tablo 3.4. Düşünce Eylem Kaynaşmasının Üst-bilişleri Yordamasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	46
Tablo 3.5. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanının Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	172
Tablo 3.6. Kopukluk Şema Alanının Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	172
Tablo 3.7. Yüksek Standartlar Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	173
Tablo 3.8. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	173
Tablo 3.9. Diğer Yönelimlilik Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	173
Tablo 3.10. Aracı Değişken Analizinin Birinci Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti.....	49
Tablo 3.11. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon	

Analizi Sonuçları.....	174
Tablo 3.12. Kopukluk Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	175
Tablo 3.13. Yüksek Standartlar Şema Alanının Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	176
Tablo 3.14. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanının Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	176
Tablo 3.15. Diğer Yönelimlilik Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	177
Tablo 3.16. Aracı Değişken Analizinin İkinci Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti.....	51
Tablo 3.17. DEK-Ahlakın Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	178
Tablo 3.18. DEK-Olabilirliğin Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	178
Tablo 3.19. Olumlu İnançların Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	178
Tablo 3.20. Olumsuz İnançların Obsesyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	179
Tablo 3.21. Bilişsel Güvensizliğin Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	179
Tablo 3.22. Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	180
Tablo 3.23. Bilişsel Farkındalığın Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	180
Tablo 3.24. Aracı Değişken Analizinin Üçüncü Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti.....	54
Tablo 3.25. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	55

Tablo 3.26. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	57
Tablo 3.27. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	58
Tablo 3.28. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	59
Tablo 3.29. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	61
Tablo 3.30. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
Tablo 3.31. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	63
Tablo 3.32. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	65
Tablo 3.33. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	67
Tablo 3.34. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	68
Tablo 3.35. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	69
Tablo 3.36. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik	

Regresyon Analizi Sonuçları.....	71
Tablo 3.37. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	72
Tablo 3.38. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	73
Tablo 3.39. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	75
Tablo 3.40. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	76
Tablo 3.41. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	77
Tablo 3.42. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	78
Tablo 3.43. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	80
Tablo 3.44. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	81
Tablo 3.45. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	83
Tablo 3.46. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	84
Tablo 3.47. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide	

Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	86
Tablo 3.48. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	87
Tablo 3.49. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	88
Tablo 3.50. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	90
Tablo 3.51. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	91
Tablo 3.52. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	92
Tablo 3.53. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 3.54. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	95
Tablo 3.55. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	98
Tablo 3.56. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	99
Tablo 3.57. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	100

Tablo 3.58. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	101
Tablo 3.59. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	102
Tablo 3.60. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Dek-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	103
Tablo 3.61. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	105
Tablo 3.62. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Dek-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	106
Tablo 3.63. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	107
Tablo 3.64. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	109

## ŞEKİLLER DİZİNİ

	<b>Sayfa No</b>
Şekil 1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Üst-biliş Modeli.....	25
Şekil 3.1. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	56
Şekil 3.2. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	57
Şekil 3.3. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	59
Şekil 3.4. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	60
Şekil 3.5. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	62
Şekil 3.6. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	63
Şekil 3.7. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	64
Şekil 3.8. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	66
Şekil 3.9. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	68
Şekil 3.10. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	69
Şekil 3.11. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	70
Şekil 3.12. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	72
Şekil 3.13. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	73
Şekil 3.14. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların	

Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	74
Şekil 3.15. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	75
Şekil 3.16. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	77
Şekil 3.17. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	78
Şekil 3.18. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	79
Şekil 3.19. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	81
Şekil 3.20. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	82
Şekil 3.21. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	84
Şekil 3.22. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	85
Şekil 3.23. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	87
Şekil 3.24. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	88
Şekil 3.25. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	89
Şekil 3.26. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	91
Şekil 3.27. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	92
Şekil 3.28. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	93
Şekil 3.29. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	95
Şekil 3.30. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel	



Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	96
Şekil 3.31. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	99
Şekil 3.32. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	103
Şekil 3.33. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	104
Şekil 3.34. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	105
Şekil 3.35. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	107
Şekil 3.36. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	108
Şekil 3.37. Diğer Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları.....	109
Şekil 3.38. Şema Alanları ile Obsesyon Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti.....	112
Şekil 3.39. Şema Alanları ile Kompulsiyon Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti.....	113
Şekil 3.40 Şema Alanları ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti.....	114

**EKLER DİZİNİ**

	<b>Sayfa No</b>
EK 1. Demografik Bilgi Formu.....	150
EK 2. Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3.....	151
EK 3. Üst-bilişler Ölçeği-30.....	157
EK 4. Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği.....	161
EK 5. Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Derecelendirme Ölçeği.....	163
EK 6. Penn Eyalet Endişe Ölçeği.....	169
EK 7. Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	170
EK 8. Katılım Sonrası Bilgilendirme Formu.....	171
EK 9. Aracı Değişken Analizi Yürütebilmek için Gerekli Olan İlk Üç Ölçüte İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	172

## 1. GİRİŞ

Psikopatolojileri açıklayan pek çok kuram vardır, gün geçtikçe kuram sayısı artmaktadır. Bu kuramlardan yola çıkarak da tedavi yöntemleri, terapiler geliştirilmektedir. Bilişsel terapilerde genel olarak şema kavramı kullanılmaktadır. Bilişsel kuramlara göre şemalar; kişinin deneyimlerini algılamasında, anlamlandırmasında ve bunlara tepki vermesinde yardımcı olan kalıplardır. Şema Terapi'nin kurucusu olan Young'a göre şemalar, çocukluk deneyimleri sonucunda oluşur. Çocukluk ve ergenlik dönemi boyunca gelişir ve karmaşıklaşırlar. Gelişen şemalar, anılar, duygular, bilişler ve bedensel algıların bir araya gelmesiyle oluşurlar. Genel olarak Young işlevsel olmayan şemalara erken dönem uyum bozucu şemalar adını vermiştir (Young ve ark., 2003).

Buradan yola çıkarak bir sonraki bölümde öncelikle şema modeli ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilgili bilgi aktarılmıştır. Bu kapsamda şema kavramı, erken dönem uyum bozucu şemalar, şema işlemi, uyumsuz başa çıkma biçimleri ve şema modlarından bahsedilmektedir. Son olarak şema ve psikopatoloji ilişkisini inceleyen çalışmalar özetlenmiştir. Daha sonra Obsesif Kompulsif Bozukluk'un (OKB) tanımı, yaygınlığı ve klinik seyri hakkında bilgi verilmiştir. Ayrıca OKB'yi açıklayan bilişsel modellerden çalışma kapsamında incelenecek olan düşünce eylem kaynaşması ve üst-biliş modeli hakkında bilgi aktarıldıktan sonra OKB ile ilişkilerini inceleyen çalışmalara yer verilmiştir. Bölümde son olarak araştırmanın amacı ve hipotezleri aktarılmıştır.

### 1.1. ŞEMA MODELİ VE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR

#### 1.1.1 Şema Kavramı

Genel olarak “yapı, çerçeve” anlamıyla kullanılan şema kavramı bilimin pek çok alanında kullanılmaktadır. Antik Yunan döneminden beri felsefe alanında kullanılan şema kavramı farklı anlamlarda kullanılmıştır. Stoacı felsefeye göre “çıkarım şemaları” (inference schemata) mantık prensipleri kavramı olarak kullanılırken Kantçı felsefede ise şema kavramı aynı sınıfın üyesi olan kişilerin nitelikleri anlamında kullanılmaktadır.

Felsefenin yanı sıra şema kavramı matematik, edebi analiz ve bilgisayar programlamada da kullanılmaktadır (Young ve ark., 2003).

Psikoloji alanında şema kavramı ise bilişsel gelişim kuramlarıyla birlikte kullanılmaya başlanmıştır. Öncelikle Piaget (1952), çocukların bilişsel gelişimini açıklarken değişik evrelerdeki şemalardan bahsetmiştir. Piaget'ye göre uzun süreli belleğin bir parçası olan şemalar davranışların altında yatan bilişsel yapılardır ve bu yapılar deneyimleri organize etme, tepki verme yollarıdır. Çocukluktan itibaren davranışlar, çevreyi anlamaya veya çevreyle ilişki kurmaya yarayan bazı organize özellikler göstermektedir.

Daha sonra ise Beck, bilişsel terapi kapsamında şemalardan bahsetmektedir. Bilişsel kurama göre kişinin duyguları ve davranışları, çevresini nasıl yapılandığına göre değişmektedir. Yani kişinin bilişleri, tutumlarına ya da varsayımlarına dayanmaktadır. Beck'e göre bu varsayımlar şema olarak da adlandırılabilir. Şema kavramı, temel inançları içine alan, bellekte depolanan bilgilerin temsilidir. Bu bilişlerin altında yatan işlevsel olmayan şemalar ve çarpıtılmış kavramsallaştırmalar psikopatolojiye neden olmaktadır. Kişi bir durumla karşılaştığında bu durumla ilgili şema aktive olmaktadır. Şema, kişinin karşılaştığı uyarıcının elenmesi, ayrılması ve kodlanmasından oluşmaktadır. Kişi deneyimlerini bu şemalar doğrultusunda oluşturur ve kategorize eder. Psikopatolojinin söz konusu olduğu durumlarda ise kişi, durumları baskın işlevsel olmayan şemaya göre kavramsallaştırmaktadır (Beck ve ark., 1979).

Şemalar, yaşamın erken dönemlerinde oluşmaya başlamaktadır. Gelişimle birlikte karmaşılaşmaya devam etmekte ve genellikle yetişkinlikte işlevselliklerini yitirmektedirler. Buna rağmen yetişkinlikte de deneyimleri etkilemeye devam etmektedirler. Bu şemalar işlevsel olmamalarına rağmen kişi dengesini sağlayabilmek için şemaları kullanmaya devam etmektedir. Bu duruma "bilişsel uyumluluk" (cognitive consistency) adı verilmektedir (Young ve ark., 2003). Kişi için çocuklukta yıkıcı bir deneyimle sonuçlanmış olsa da işlevsel olmayan bu şemalar tanıdık geldiği için yetişkinlikte de tekrarlanmaktadır (Young ve Klosko, 1994).

Şemaların, özellikle kişilik bozuklukları olmak üzere kronik psikopatolojinin temelinde yer alabileceğini öne süren Young (1999), bu kavramı “erken dönem uyum bozucu şema” terimi altında daha detaylı olarak tanımlamıştır. Young diğer tanımlardan farklı olarak şemaların kapsamlı kalıplar olduğunu, bir süre sonra işlevsel olmadıklarını ve anılar, duygular, bedensel duyumlar ve bilişlerden oluştuklarını belirtmektedir. Buradan yola çıkarak da uyumsuz davranışların şemaların bir parçası olmadığını, şemalara tepki olarak ortaya çıktığını öne sürmektedir. Şemaların şiddeti arttıkça yarattığı olumsuz duyguların da arttığı belirtilmektedir (Young ve ark., 2003).

### **1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar**

Erken dönem uyum bozucu şemaların, çoğunlukla çocukluk döneminde yaşanan olumsuz olaylar sonucunda oluştuğu belirtilmektedir. Travmatik olaylar ya da çocuğun aşırı korunması sonucunda uyum bozucu şemalar oluşmaktadır. Olumsuz deneyimlere sürekli olarak maruz kalma sonucunda da şemalar kalıplaşmaktadır. Kalıplaşmış olan şemaların değişimleri oldukça zordur. Çünkü şemalar kişinin bildiği, tanıdığı yapılar olduğu için sürdürülmeleri yönünde dürtüler olmaktadır. Gerçek olarak kabul edildikleri için de kişi deneyimlerini şemalar doğrultusunda değerlendirmektedir (Young ve ark., 2003).

Şemaların temelinde; temel duygusal ihtiyaçlar, erken yaşam deneyimleri ve kişinin duygusal özellikleri yer almaktadır. Temel duygusal ihtiyaçlar başkalarına güvenle bağlanma, özerklik, ihtiyaç ve duyguları ifade özgürlüğü, kendiliğindenlik, rol yapma, akılcı sınırlar ve özdenetimdir. Young’a göre bu ihtiyaçlar karşılanmadığı zaman uyum bozucu şemalar gelişmektedir. Bu ihtiyaçlar, herkeste bulunabilecek evrensel ihtiyaçlardır. Önemli olan kişinin uyum sağlayabilmesidir. İhtiyaçların yanı sıra kişinin erken dönem deneyimleri de şemaların gelişiminde önemlidir. Aile dinamiklerinin, çocuğun dünyasının dinamiklerini oluşturduğu bilinmektedir. Buradan yola çıkarak dört çeşit erken dönem yaşam deneyimi tanımlanmıştır; ihtiyaçların engellenmesi, travma ya da mağduriyet, aşırı korunma ve seçici içselleştirme. Temel ihtiyaçlar ve çocukluk deneyimleri önemli olmakla birlikte çocuğun özellikleri de bu süreçte etkili olmaktadır (Young ve ark., 2003).

### 1.1.3. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Şema kuramına göre beş temel şema alanı ve on sekiz erken dönem uyum bozucu şema bulunmaktadır. Şema alanları ve şemalar Tablo 1.1’de verilmiştir.

1. Kopukluk ve Reddedilmişlik: Bu alana ait şemalara sahip olan kişilerin diğer insanlara güvenli ve tatmin edici bir şekilde bağlanmakta sorun yaşadıkları düşünülmektedir. Genellikle istikrarsız ailelere sahip olan bu kişiler, istikrar, sevgi, bakım, güvenlik gibi ihtiyaçlarının doyurulamayacağını düşünmektedirler. Bu alana ait şemalar şunlardır:

❖ *Terk edilme/İstikrarsızlık:* Bu şemaya sahip kişiler istikrarsız ilişkiler kurmaktadır. Çünkü yakın ilişki kurdukları kişilerin öleceklerine ya da daha iyi birisi için kendilerini terk edeceklerine inanmaktadırlar. Diğer insanlara o kadar yakınlık gösterirler ki genellikle bu kişilerin kendilerinden uzaklaşmalarına neden olurlar (Young ve Klosko, 1994; Young ve ark., 2003).

❖ *Güvensizlik/Suiistimal Edilme:* Bu şemaya sahip kişiler, fırsat verildiği takdirde diğer insanların kendilerini kullanacaklarına inanmaktadırlar. Kendilerini korumak amacıyla insanlarla yakınlaşmaktan kaçınırlar (Young ve Klosko, 1994).

❖ *Duygusal Yoksunluk:* Bu kişiler duygusal bağlanmayla ilgili ihtiyaçlarının karşılanamayacağına inanmaktadır. Bu şemanın; ilgi yoksunluğu, empati yoksunluğu ve korunma yoksunluğu olmak üzere üç formu bulunmaktadır (Young ve ark., 2003).

❖ *Kusurluluk/Utanma:* Bu şemaya sahip kişiler kendilerinin kusurlu, değersiz ve kötü oldukları için sevmeye değer olmadıklarını düşünmektedirler. Kendilerini kusurlu algıladıkları için utanç duymaktadırlar (Young ve ark., 2003).

**Tablo 1.1.** Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

<b>Şema Alanları</b>	<b>Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar</b>
<b>Kopukluk ve Reddedilmişlik</b>	<i>Terk edilme /İstikrarsızlık</i>
	<i>Güvensizlik/Suiistimal edilme</i>
	<i>Duygusal yoksunluk</i>
	<i>Kusurluluk/Utanma</i>
<b>Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma</b>	<i>Sosyal izolasyon/Yabancılaşma</i>
	<i>Bağımlılık/Yetersizlik</i>
	<i>Hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık</i>
	<i>İç içe geçme/Gelişmemiş benlik</i>
<b>Zedelenmiş Sınırlar</b>	<i>Başarısızlık</i>
	<i>Hak görme/Büyüklik</i>
<b>Diğeri Yönelimlilik</b>	<i>Yetersiz özdenetim</i>
	<i>Boyun eğicilik</i>
	<i>Kendini feda</i>
<b>Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık</b>	<i>Onay arayıcılık</i>
	<i>Karamsarlık</i>
	<i>Duyguları bastırma</i>
	<i>Yüksek standartlar/Aşırı eleştiricilik</i>
	<i>Cezalandırıcılık</i>

Young ve ark., 2003

❖ *Sosyal izolasyon/Yabancılaşma*: Bu şemaya sahip kişiler kendilerini herhangi bir gruba ya da topluma ait hissetmemektedirler. Kendilerini farklı hissederler ya da aileleri dışında hiçbir yere uyum sağlayamayacaklarına inanmaktadırlar (Young ve ark., 2003).

2. Zedelenmiş Otonomi: Otonomi, kişinin ailesinden farklılaşabilme becerisidir. Bu şemaya sahip kişilerde ise farklılaşabilme beklentileri, bu konudaki becerileri tarafından engellenmektedir. Farklılaşmakla ilgili beklentileri çok yüksek olduğundan becerileri yetersiz kalmaktadır. Bu kişilerin aşırı korumacı ya da aşırı serbest bırakan aileleri vardır. Bu alanda aşağıdaki şemalar bulunmaktadır:

❖ *Bağımlılık/Yetersizlik*: Bu şemaya sahip kişiler diğerlerinin yardımı olmadan günlük sorumluluklarını yerine getiremeyeceklerine inanmaktadırlar. Pasiflik ve çaresizlik görülmektedir (Young ve ark., 2003).

❖ *Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık*: Bu şemaya sahip kişilerin her an, baş edemeyecekleri bir felaketin gerçekleşeceğine dair abartılmış bir korkuları bulunmaktadır. Bu felaket; tıbbi, duygusal ya da dışsal olabilir (Young ve ark., 2003).

❖ *İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik*: Bu şemaya sahip kişiler, kendi bireyselliklerine ya da sosyal gelişimlerine zarar verecek şekilde bir veya birden fazla önemli kişiyle aşırı karışmaktadırlar. İç içe geçen kişilerin, diğeri olmadan işlevsel olmayacağına inanırlar (Young ve ark., 2003).

❖ *Başarısızlık*: Kişi kendisini hayatın her alanında başarısız ve yetersiz hissetmektedir. Başarısızlıklarını abartmakta ve başarısızlıklarının devam etmesine neden olan davranışlarda bulunmaktadırlar (Young ve Klosko, 1994).

3. Zedelenmiş Sınırlar: Bu alandaki şemalara sahip olan kişiler, ilişkilerinde ya da disiplinlerinde sınırlar geliştirememiştir. Uyum sağlamakta, diğerlerinin düşüncelerini dikkate almakta, söz tutmakta zorlanırlar. Dürtülerini engelleme konusunda zorluk yaşamaktadırlar. Genellikle aşırı serbest ve hoşgörülü ailelerde büyüyen bu kişiler



bencil, narsisist, şımarık kişiler olarak tanınmaktadırlar. Bu alandaki şemalar şu şekildedir:

❖ *Hak görme/Büyüklik*: Bu şema alanına sahip kişiler kendilerini diğer insanlara göre üstün kabul ederler. Bu nedenle de özel hakları, ayrıcalıkları olduğuna inanırlar. Sonuçlarını düşünmeden kendi isteklerinin yerine gelmesini isterler. Israrcı, tepeden bakan kişilerdir (Young ve Klosko, 1994; Young ve ark., 2003).

❖ *Yetersiz Özdenetim*: Bu şemaya sahip kişilerin hedeflerini yerine getirirken engellenme toleransları düşüktür ve uygun özdenetimi sağlama konusunda zorluk yaşamaktadırlar. Duygularını ve dürtülerini uygun şekilde ortaya koyamazlar (Young ve Klosko, 1994; Young ve ark., 2003).

4. Diğeri Yönelimlilik: Bu alandaki şemalara sahip kişiler; onaylanmak, ilişkilerinin devam etmesini sağlamak amacıyla kendi ihtiyaçları yerine diğerlerinin ihtiyaçlarını gidermeye çalışmaktadırlar. Genellikle, koşullu kabul eden ailelerde yetişmişlerdir. Çocukluklarında kendi isteklerini gerçekleştirmelerine izin verilmemiştir. Yetişkinliklerinde de diğer insanların istekleri doğrultusunda hareket etmektedirler. Bu alana ait şemalar şu şekildedir:

❖ *Boyun Eğicilik*: Bu şemaya sahip kişiler kendilerini baskı altında hissettikleri için kontrolü başkalarına vermektedirler. Bunun sebebi ise öfkeden, terk edilmekten kaçınmaktır. Kabul görme, insanları mutlu etme isteği nedeniyle kendi ihtiyaçlarının ve duygularının önemsiz olduğuna inanmaktadırlar (Young ve ark., 2003).

❖ *Kendini Feda*: Zayıf olduğuna inandıkları kişilerin ihtiyaçlarını gönüllü olarak, kendi doyumları zararına olmasına rağmen gidermektedirler. Bunu özgüven kazanmak, suçluluk duygusundan kaçınmak amacıyla gerçekleştirmektedirler (Young ve ark., 2003).

❖ *Onay Arayıcılık*: Bu şemaya sahip kişiler, benliklerini geliştirmek için diğer insanlar tarafından fark edilmek, onaylanmak gerektiğine inanmaktadırlar. Bunun sonucunda diğerlerinin olumlu tepkilerini alabilmek için sosyal statüyle, dış görünüşle ya da başarıyla aşırı uğraşmaktadırlar (Young ve ark., 2003).

5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık: Bu kişilerin katı, içselleştirilmiş kuralları bulunmaktadır ve bu kurallar doğrultusunda duygularını ve dürtülerini bastırmaktadırlar. Çocukluklarında bastırılan, desteklenmeyen bu kişiler olumsuz yaşam olaylarına karşı tetikte olmayı öğrenmişlerdir. Bu sebeple, zarar görmelerine rağmen yakın ilişki kurma, kendini ifade etme, mutluluk, sağlık gibi konularda katı kurallar doğrultusunda hareket etmektedirler.

❖ *Karamsarlık*: Bu şemaya sahip kişiler, hayatlarının her alanının olumsuz yönlerini abartırken olumlu yönlerini görmezden gelmektedirler. Her şeyin kötü gideceğine dair inançları vardır ve bunun sonucunda hata yapıp kötü bir duruma düşmekten korkarlar (Young ve ark., 2003).

❖ *Duyguları Bastırma*: Bu şemaya sahip kişiler eleştirilmemek ya da dürtü kontrollerini kaybetmemek amacıyla doğal davranışlarını, duygularını ve iletişimlerini kısıtlarlar. Bastırmanın en sık yapıldığı alanlar; öfke, zayıf yanların ifade edilmesi, dürtüler ve duygular göz ardı edilirken rasyonelliğe önem vermektir (Young ve ark., 2003).

❖ *Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik*: Bu şemaya sahip kişiler utanç duymamak ya da onaylanmak için çok yüksek standartları karşılamaları gerektiğine inanmaktadırlar. Bunun sonucunda da aşırı baskı hissederler ve kendilerini ya da diğerlerini eleştirirler. Bu özellikleri erken dönem uyum bozucu şema olarak kabul edebilmek için kişinin hayatında bozulmaya neden olmaları gerekmektedir (Young ve Klosko, 1994; Young ve ark., 2003).

❖ *Cezalandırıcılık*: Bu şemaya sahip kişiler, insanların hatalar karşısında şiddetli bir biçimde cezalandırılması gerektiğine inanmaktadırlar. Bu koşulları karşılamayan kişilere karşı yoğun öfke ve hoşgörüsüzlük oluşmaktadır (Young ve ark., 2003).

Şema modeline göre erken dönem uyum bozucu şemalar koşullu ve koşulsuz olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. En temel olan koşulsuz şemalar en erken oluşmaktadır. Katı ve değişime dirençli olan bu şemaları değiştirmek kişi için imkansız olarak kabul edilmektedir. Bu şemalar; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/suiistimal edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon, bağımlılık/yetersizlik, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik, başarısızlık, cezalandırıcılık, hak görme/büyüklik ve yetersiz özenetim şemalarıdır. Koşullu olan şemalar ise daha sonradan oluşmakta ve diğerlerine göre daha esnek olmaktadır. Koşulsuz şemaların verdiği rahatsızlığı azaltabilmek amacıyla, ikincil olarak gelişirler. Bu şemalar; boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık, duyguları bastırma ve yüksek standartlar/aşırı eleştiriciliktir (Young ve ark., 2003).

#### **1.1.4. Şema İşlemleri**

Şemalar oluştuktan sonra kişinin şemalara uygun her düşüncesi, davranışı ya da yaşadığı olay şemayı sürdürmekte ya da iyileştirmektedir. Şemaların sürdürülmesi ve şema iyileşmesi en temel iki şema işlemidir (Young ve ark., 2003).

Şemaların pekişmesine neden olan tüm düşünce, davranış ve duygular şemanın sürdürülmesini içermektedir. Bu pekişme; bilişsel çarpıtmalar, kendilik yıkıcı yaşam özellikleri ve şema baş etme biçimleri olmak üzere üç mekanizmayla gerçekleşmektedir (Young ve Klosko, 1994). Şema terapinin temel amacı olan şema iyileşmesi ise şemanın duygusal yükünün, bedensel duyuların gücünün ve işlevsel olmayan bilişlerin azaltılmasını sağlamaktadır. Duygu ve düşüncelerle birlikte davranışsal değişimi de içermektedir. Şemalar iyileştikçe aktive olma ihtimalleri azalacak, aktive olsalar bile eskisinden daha az yoğunlukta olacaktır (Young ve ark., 2003).

### 1.1.5. Uyumsuz Başa Çıkma Biçimleri

Şemaların neden olduğu duygulardan kaçınmak amacıyla kişiler bazı işlevsel olmayan başa çıkma biçimleri geliştirmektedir. Bunlar şemaya uyum sağlamaya yardımcı oldukları için şemaları sürdürmektedirler. Baş etme biçimleri bilişsel ya da duygusal olmakla birlikte çoğunlukla davranışsaldır. Çocuklukta işlevsel olan bu baş etme biçimleri kişi büyüdükçe işlevselliklerini yitirmektedir. Koşullar değişse bile şemaların sürmesine neden olmaktadır (Young ve ark., 2003).

Şema kuramına göre yetişkinlikte şemaların sürmesine neden olan uyumsuz başa çıkma biçimleri şema teslimi, şema kaçınması ve şema aşırı telafisi olmak üzere üçe ayrılmaktadır. Şema tesliminde kişiler şemanın doğru olduğunu kabul eder ve uyum sağlar. Bu şemalardan kaçınmaya çalışmazlar ve şemalara göre davranırlar. Kaçınmayı baş etme biçimi olarak kullanan kişiler hayatlarını şemanın aktive olmayacağı şekilde düzenlerler. Şema hakkında düşünmekten ya da şemadan kaynaklanan duygulardan kaçınırlar. Bunun sonucunda da bu duygulardan kaçınmayan kişilere göre daha kronik ve genellenmiş duygular yaşamaktadırlar. Şemanın aşırı telafisinde ise kişi, şemanın tam tersi düşünce, davranış ve duygu biçimlerini kullanmaktadır. Ancak kişi bu şemaların altında yatan savunmasızlığı fark edememekte ve telafi mekanizması çöktüğünde kişi daha ağır duygularla baş etmek zorunda kalmaktadır (Young ve Klosko, 1994).

### 1.1.6. Şema Modları

Kişide etkin halde bulunan, işlevsel olan veya olmayan şemalar ya da şema işlemleri şema modu olarak adlandırılmaktadır. Şema modeline göre dört ana şema modu kategorisi ve bunlara bağlı olarak on şema modu bulunmaktadır. İlk şema modu kategorisi çocuk modlarıdır. Bu modların doğuştan geldiği düşünülmektedir. Bu kategori İncinebilir Çocuk, Öfkeli Çocuk, Dürtüsel/Disiplinsiz Çocuk ve Mutlu Çocuk modları olmak üzere dörde ayrılır. İncinebilir Çocuk, temel şemaların çoğunu deneyimlemektedir. Öfkeli Çocuk, giderilemeyen duygusal ihtiyaçlar nedeniyle öfkelenmektedir. Sonuçlarını düşünmeden öfkeyle hareket etmektedir.

Dürtüsel/Disiplinsiz Çocuk ise davranışlarının sonucunu düşünmeden, istekleri doğrultusunda hareket etmektedir. Mutlu Çocuk temel duygusal ihtiyaçları giderilmiş olan moddur (Young ve ark., 2003).

İkinci şema modu kategorisi olan işlevsel olmayan başa çıkma modları, başa çıkma biçimlerine uymaktadır. Buna göre; Söz Dinleyen Teslimci, Kopuk Korungan ve Aşırı Telifici olmak üzere üç işlevsel olmayan başa çıkma modu bulunmaktadır. Söz Dinleyen Temsilci modunda kişi şemaya boyun eğer, pasif ve çaresizdir. Kopuk Korungan modunda ise kişi şemanın verdiği acıdan kurtulmak amacıyla duygusal yakınlıklardan, insanlardan kaçınma veya madde kullanımı gibi yöntemler kullanmaktadır. Aşırı Telifici modunda kişi şemayı çürütmeye çalışmakta, ancak bunun için işlevsel olmayan yöntemler kullanmaktadır (Young ve ark., 2003).

İşlevsel olmayan ebeveyn modları ise üçüncü şema modu kategorisidir. Bu mod Cezalandırıcı Ebeveyn ve Talepkar Ebeveyn olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bu iki modda da kişi içselleştirilmiş ebeveyn haline gelmektedir. Cezalandırıcı Ebeveyn, modlardan birini, kötü olduğu için cezalandırmaktadır. Talepkar Ebeveyn ise yüksek standartlar koyarak bunları gerçekleştirmesi için kişiyi baskı altında tutmaktadır (Young ve ark., 2003). Son olarak onuncu mod ise Sağlıklı Yetişkin modudur. Şema terapideki temel amaç kişinin diğer modlarını değiştirerek, iyileştirerek veya besleyerek bu modun güçlenmesini sağlamaktır (Young ve ark., 2003).

### **1.1.7. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Psikopatoloji İlişkisi**

Şema kuramının geliştirilme amacı kişilik bozukluklarının etiyojisi ve tedavisine katkı sağlamak olduğu için alanyazında yapılan çalışmalar daha çok bu ilişkiyi incelemeye yöneliktir. Kişilik organizasyonları ve şema modları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda; çeşitli kişilik bozukluklarıyla modların ilişkisi olduğu görülmektedir (Lobbestael ve ark., 2008; Eurelings-Bontekoe ve ark., 2010). Sınırdaki Kişilik Bozukluğu tüm şema modlarıyla ilişkili bulunurken, Antisosyal Kişilik Bozukluğunun ise İncinebilir Çocuk, Dürtüsel/Disiplinsiz Çocuk ve Talepkar Ebeveyn modlarıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğunun da Talepkar

Ebeveyn moduyla ilişkili olduğu belirlenmiştir (Lobbestael ve ark., 2008). Genel olarak kişilik bozuklukları ve şema ilişkisini araştıran çalışmalara bakıldığında ise güvensizlik/suiistimal edilme, bağımlılık/yetersizlik, başarısızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik ve hak görme/büyüklik şemalarının öne çıktığı görülmektedir (Petrocelli ve ark., 2001b; Ball ve Cecero, 2001; Thimm, 2010; Ziegler-Hill ve ark., 2010).

Alanyazında yapılan çalışmalarda sınır kişilik özellikleriyle ilişkili olduğu belirlenen şemalar güvensizlik/suiistimal edilme, kusurluluk/utanma, duygusal yoksunluk ve terk edilmedir (Nordahl ve ark., 2005; Jovey ve Jackson, 2004). Narsisistik kişilik bozukluğunda ise yetersiz özdenetim, duyguları bastırma, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık ve hak görme/büyüklik şemalarının baskın olduğu belirlenmiştir (Nordahl ve ark., 2005). Antisosyal kişilik bozukluğu ile şema ilişkisini inceleyen çalışmaların ortak sonucunda ise ilişkili olan şemaların duyguları bastırma, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık ve güvensizlik/suiistimal edilme olduğu gösterilmiştir (Ball ve Cecero, 2001; Çakır, 2007). Çekingen Kişilik Bozukluğu ile ilişkili olan şema duyguları bastırma ve boyun eğiciliktir (Jovey ve Jackson, 2004; Carr ve Francis, 2010). Son olarak Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu ile yetersiz özdenetim, hak görme/büyüklik ve yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik şemalarının ilişkili olduğu belirlenmiştir (Jovey ve Jackson, 2004; Nordahl ve ark., 2005).

Kişilik özellikleri ve bozuklukları ile şemalar arasındaki ilişkilerin yanı sıra alanyazında anksiyete bozuklukları, yeme bozuklukları ve depresyon ile ilgili de çalışmalar mevcuttur. Beden memnuniyeti ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada beden memnuniyetsizliği ile başarısızlık, yüksek standartlar, kusurluluk/utanma ve sosyal izolasyon şemalarının ilişkili olduğu belirlenmiştir (Braitman, 2002). Yeme bozuklukları ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında Anoreksiya Nervoza (AN) ve Bulimia Nervoza (BN) tanısı almış kişilerde, sağlıklı kişilere göre daha çok sayıda erken dönem uyum bozucu şemanın aktive olduğu belirlenmiştir (Leung ve ark., 1999; Unoka ve ark., 2007). Bunun yanı sıra yeme bozukluklarında kusurluluk/utanma, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, yetersiz özdenetim, güvensizlik/suiistimal edilme, hastalıklar ve tehditler karşısında

dayanıksızlık, duygusal yoksunluk ve başarısızlık şemalarının etkili olduğu belirlenmiştir (Batur, 2004; Deas ve ark., 2011). Obezite tanısı almış ergenlerle yapılan bir çalışmada da başarısızlık, sosyal izolasyon/yabancılaşma, boyun eğicilik, duyguları bastırma, kusurluluk/utanma ve bağımlılık/yetersizlik şemalarının obezite ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (van Vliergberghe ve Braet, 2007).

Erken dönem uyum bozucu şemalar ile depresyon ilişkisini araştıran çalışmalar, sayıca az olmakla birlikte benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Yapılan çalışmalarda depresyonu yordayan ortak erken dönem uyum bozucu şema alanının özellikle zedelenmiş otonomi olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra aşırı tetikte olma ve zedelenmiş sınırlar şema alanları ile kusurluluk/utanma, yetersiz özdenetim, duygusal yoksunluk ve hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık gibi erken dönem uyum bozucu şemaların depresyonu yordadığı belirlenmiştir (Petrocelli ve ark., 2001a; Stopa ve ark., 2001; Haris ve Curtin, 2002; Riso ve ark., 2003; Halvorsen ve ark., 2009; Halvorsen ve ark., 2010; Camara ve Calvete, 2011). Bundan farklı olarak Renner ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları çalışmada depresyonun kopukluk ve reddedilmişlik şema alanıyla ilişkili olduğu bildirilmiştir. Ayrıca şemaların tedaviyle değişimine bakılan çalışmalarda da tedavi sonucunda remisyon olsa bile şemaların aynı şiddette devam ettiği ileri sürülmüştür (Riso ve ark., 2006; Renner ve ark., 2012). Depresyon tanısı almış kişilerin 2-5 yıl sonra, remisyonunda olsalar bile erken dönem uyum bozucu şemalarının aynı düzeyde kaldığını gösteren bir çalışma mevcuttur (Riso ve ark., 2006). Bu çalışma aynı zamanda işlevsel olmayan düşüncelerin koşullu olmasının bunların değişebilirliğini etkilemediğini göstermektedir.

Anksiyete ve şema ilişkisini araştıran çalışmalara bakıldığında Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Sosyal Fobi ve Panik Bozukluğu ile ilgili çalışmalar mevcuttur (Hedley ve ark., 2001; Pinto-Gouveia ve ark., 2006; Cockram ve ark., 2010). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada bağlanma anksiyetesi Kopukluk ve Reddedilmişlik ve Diğer Yönelimlilik şema alanlarıyla ilişkiliyken bağlanmaktan kaçınmanın Kopukluk ve Reddedilmişlik ve Zedelenmiş Otonomi şema alanları ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Bosman ve ark., 2010). Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ile yapılan çalışmaların ortak sonuçlarına göre hastalık ve tehditler karşısında

dayanıksızlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, güvensizlik/suiistimal edilme şemalarının etkili olduğu gösterilmektedir (Cockram ve ark., 2010; Harding ve ark., 2012). Sosyal fobi tanısı almış hastalar, diğer anksiyete bozukluğu tanısı almış kişiler ve sağlıklı kontrollerle karşılaştırıldığında sosyal fobi tanısı almış grubun ayrılma/dışlanma şema alanında daha yüksek puanlar aldıkları belirlenmiştir. Ayrıca yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, hak görme/büyükük, duygusal yoksunluk, güvensizlik/suiistimal edilme ve sosyal izolasyon şemalarının başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeyi yordadığı sonucuna varılmıştır (Pinto-Gouveria ve ark., 2006). Agorafobinin eşlik ettiği panik bozukluğu olan hastalarla yapılan bir araştırmada kaçınma davranışları, bedensel duyuumlara ilişkin korkular ve kontrol kaybı ile ilgili inançlar ile bağımlılık/yetersizlik ve dayanıksızlık şemalarının ilişkisi incelenmiştir. Bunun sonucuna göre kaçınma davranışları, bedensel duyuumlara ilişkin korkular ve kontrol kaybı ile ilgili inançlarla bağımlılık/yetersizlik şemasının ilişkili olduğu, dayanıksızlık şemasının ise bu değişkenlerle ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Öte yandan bağımlılık/yetersizlik şemasının dayanıksızlık şemasını yordadığı görülmüştür (Hedley ve ark., 2001).

Erken dönem uyum bozucu şemalar ile Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) arasındaki ilişkiyi inceleyen çok daha az çalışma mevcuttur. Erken dönem uyum bozucu şemaların Bilişsel Davranışçı Tedavi sonuçları üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışmaya göre OKB tanısı almış kişilerin yüksek standartlar şemasından oldukça yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir (Haaland ve ark., 2011). Ayrıca tedavi öncesinde kendini feda şemasının güçlü olması tedavi sonucunun olumlu olmasını yordarken, başarısızlık şemasından alınan puanın yüksek olması ise tedavi sonuçlarının olumsuz olmasını yordamaktadır. Tedavi sürecinde alınan ölçümlere göre de bu süreçte başarısızlık, boyun eğicilik, yüksek standartlar, hak görme/büyükük ve zarar görme şemalarından alınan puanların ölçümlerinin sistematik olarak azaldığı ileri sürülmüştür (Haaland ve ark., 2011). Psikiyatri polikliniğine başvuran hastalarda psikolojik belirtileri yordayan şema boyutlarını belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada (Taşdemir, 2011) hastalarda depresyon belirtilerinin duygusal yoksunluk ve iç içe geçme/bağımlılık; obsesif kompulsif belirtilerin ise hastalık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarıyla yordandığını ortaya koymuştur. Trikotilomani ve OKB tanısı almış kişilerde Lochner ve



arkadaşları (2005) OKB tanısı almış kadınların erken dönem uyum bozucu şemalardan daha yüksek puan aldıklarını, bu grupta özellikle güvensizlik/suiistimal edilme, kusurluluk/utanma, sosyal izolasyon, boyun eğicilik ve duyguları bastırma şemalarının yüksek olduğunu bildirmişlerdir.

Ülkemizde OKB tanısı almış kişiler ile sağlıklı kontrol grubunun erken dönem uyum bozucu şemalar açısından karşılaştırılmasının yapıldığı çalışma (Karahan, 2006) OKB tanısı alan kişilerin karamsarlık, sosyal izolasyon/yabancılaşma ve dayanıksızlık şemalarının daha fazla aktive olduğunu göstermiştir. Yapılan bir diğer çalışmada da OKB tanısı almış hastaların özellikle sosyal izolasyon/yabancılaşma, karamsarlık ve hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarından oldukça yüksek puan aldıkları belirlenmiştir (Atalay ve arkadaşları, 2008). İki çalışma sonucunun birbiriyle tutarlı olduğu görülmektedir. OKB ve şema ilişkisini inceleyen çalışmalara genel olarak bakıldığında da en sık görülen şemaların karamsarlık, sosyal izolasyon/yabancılaşma, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık olduğu görülmektedir.

Genel olarak alanyazında yapılan çalışmalarda Anksiyete Bozuklukları, Depresif Bozukluklar ve Obsesif Kompulsif ve İlişkili Bozukluklarla erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkili olabileceğine dair bulguların mevcut olduğu görülmektedir. Özetle, erken dönem uyum bozucu şemaların psikopatolojilere yol açabileceği ileri sürülmektedir. Psikopatolojiler çok çeşitli olduğu için bu tezde özellikle Obsesif Kompulsif Bozukluk seçilmiştir. Çalışma kapsamında OKB ile şema ilişkisi arasındaki bilişsel değişkenlerin rolleri incelenecektir. Bu nedenle ilerleyen bölümde OKB hakkında bilgi verildikten sonra bozukluğu açıklayan bilişsel kuramlardan düşünce eylem kaynaşması ve üst-bilişler hakkında bilgi aktarılacaktır.

## **1.2 OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK**

Obsesif Kompulsif Bozukluk'ta (OKB), obsesyon ve/ya kompulsiyon belirtileri görülmektedir. Obsesyonlar; ısrarlı, sürekli ve istemsiz olarak kişinin aklına gelen girici düşünce, dürtü ve görüntülerdir. Kompulsiyonlar ise obsesyonlar sonucu ortaya çıkan anksiyetenin, sıkıntının giderilmesi için yapılan davranışlar ya da zihinsel eylemlerdir

(Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). İlerleyen bölümlerde OKB'nin tanısı ve alt tipleri, yaygınlığı, klinik seyri ve OKB'yle birlikte görülen eştanılarla ilgili bilgi aktarılmıştır.

### **1.2.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanısı ve Alt Tipleri**

DSM-5'e (APA, 2013) göre obsesyonlar kimi zaman zorla, istenmeden gelen, çoğu kişide belirgin kaygıya neden olan, tekrarlayan ve sürekli olan düşünceler, dürtüler ve imgelerdir. Kişi bu obsesyonlara aldırmamaya ya da bunları bastırmaya çalışmakta ya da bunları başka bir düşünce ya da eylemle nötrlemeye çalışmaktadır. Kompulsiyonlar ise kişinin obsesyonlara tepki olarak ya da katı biçimde uyulması gereken kurallara göre yapmaya zorlanmış hissettiği tekrarlayan davranışlar ya da zihinsel eylemlerdir. Kompulsiyonlar, yaşanan kaygı ya da sıkıntıdan korunma ya da bunları azaltma ya da korkulan bir olay/durumdan sakınma amacıyla yapılmaktadır. Ancak kompulsiyonlar engellenmesi planlanan durumlarla gerçekçi bir biçimde ilişkili değil ya da aşırı bir düzeydedir. Obsesyon ve kompulsiyonların günde bir saatten fazla zaman alıyor olması gerekmektedir. Klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda işlevselliğin bozulmasına neden olur. Obsesif-kompulsif belirtiler bir maddenin ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojisiyle ilgili etkilere bağlı olmamalıdır. Ayrıca başka bir psikopatolojiyle daha iyi açıklanmamalıdır.

Obsesif Kompulsif Bozukluğun alt tiplerine bakıldığında, belirti alt tipi ve belirti boyutları olmak üzere iki farklı yaklaşımla olduğu görülmektedir. Belirti alt tipi yaklaşımına göre homojen belirti alt tiplerine göre sınıflama yapılmaktadır (Clark, 2004). En sık görülen obsesyon alt tipinin temizlik ve kendine/bir yakınına zarar vermeye ilgili saldırganlık obsesyonları olduğu ileri sürülmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992; McKay ve ark., 2004). En sık görülen kompulsiyonlar da bu iki obsesyona eşlik eden yıkama/temizleme ve kontrol kompulsiyonlarıdır. Bunların yanı sıra dini, cinsellik, simetri, biriktirme, somatik obsesyonlar görülen diğer alt tiplerdir. Kompulsiyonlarda ise başkalarından teyit almaya yönelik kompulsiyonların yanı sıra, tekrarlayıcı törensel davranışlar, sıralama/düzenleme ve sayma diğer türlerdir (Clark, 2004).

Belirti alt tipi yaklaşımının, belirtilerin zaman içerisinde değişiklik gösterebileceğini ve belirtilerin gelişimindeki etiyojolojiyi göz ardı ettiği öne sürülmektedir. Bu nedenle belirti boyutları yaklaşımının bozukluğu daha iyi açıkladığı belirtilmektedir (Clark, 2004). Bu yaklaşımda belirti içerikleri boyutsal olarak değerlendirilmektedir. Belirti boyutları hakkında yapılan farklı çalışmalar mevcuttur. Bir çalışmaya göre OKB'nin kontrol etme, temizlik, yavaşlık ve şüphe olmak üzere dört boyutu vardır (Hodgson ve Rachman, 1977). Öne sürülen bir diğer dört boyutlu yapıya göre ise obsesyonlar ve kontrol etme (saldırganlık, cinsel, dini, somatik, kontrol etme), simetri ve düzen (simetri obsesyonları, düzen/sıralama, sayma ve tekrarlama kompulsiyonları), temizleme ve yıkama (temizlik obsesyonları ve kompulsiyonları) ve biriktirme (biriktirme/saklama obsesyon ve kompulsiyonları) alt boyutları tanımlanmıştır (Leckman ve ark., 1997; Summerfeldt ve ark., 1999). Burns ve arkadaşlarına (1996) göre ise kendine/başkalarına zarar vermeye ilgili obsesyonel düşünceler, kendine/başkalarına zarar vermeye ilgili obsesyonel dürtüler, kontrol etme obsesyon ve kompulsiyonları, bulaşma/kirlenme obsesyonları ve temizlik kompulsiyonları ve özbakım ritüelleri olmak üzere beş faktör tanımlanmıştır.

### **1.2.2 Yaygınlık, Klinik Seyir ve Eşanı**

Obsesif Kompulsif Bozukluğun yaygınlığı Amerika Birleşik Devletlerinde %1.1-%1.8 arasındadır (Ruscio ve ark., 2010; APA, 2013). Farklı ülkelerde yapılan çalışmalara bakıldığında İsrail'de %3.6 (Zohar ve ark., 1992), İran'da %1.8 (Mohammadi ve ark., 2004) ve Japonya'da %1.7 (Tadai ve ark., 1995) olduğu bildirilmektedir. Yapılan bir diğer çalışmada ise Amerika, Kanada, Almanya, Yeni Zelanda, Porto Riko, Kore ve Tayvan'dan veriler toplanmış ve bozukluğun yaygınlığının %1.9-2.5 arasında değiştiği görülmüştür (Weissmann ve ark., 1994). Genel olarak çalışma sonuçlarına göre yaygınlığın %1-2 arasında değiştiği belirtilmektedir (Clark, 2004).

Yapılan çalışmalarda OKB'nin kadınlarda, erkeklere oranla daha sık görüldüğü bildirilmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992; Wiessman ve ark., 1994; Andrews ve ark., 2001; Labad ve ark., 2008). Bazı çalışmalarda ise OKB'nin alt tiplerine göre cinsiyet farkının değiştiği ileri sürülmektedir. Buna göre temizlik ve dini obsesyonların

kadınlarda daha sık görüldüğü belirtilirken saldırganlık ve cinsel obsesyonların erkeklerde daha sık görüldüğü ifade edilmektedir (Bogetto ve ark., 1999; Tüzel ve ark., 2004; Karadağ ve ark., 2006). Castro ve arkadaşlarının (1995) yaptıkları çalışmada ise cinsiyet farkına rastlanmamıştır. Genellikle ergenlikte başlamakla birlikte erkeklerde daha erken başladığı görülmektedir. Çalışmaların ortak sonuçlarında rahatsızlığın 25 yaş öncesinde başladığı öne sürülmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992; Bogetto ve ark., 1999; Karadağ ve ark., 2006) Belirtilerin başlangıcı ve ilerlemesi aşamalıdır ancak özellikle kadınlarda akut başlangıç da olabileceği belirtilmektedir (Bogetto ve ark., 1999; APA, 2013).

Obsesif Kompulsif Bozukluğun seyriyle ilgili yapılan çalışmalara göre yaşamboyu artış azalmakla birlikte bozukluk kroniktir (Skoog ve Skoog, 1999; Angst ve ark., 2004; Clark, 2004). OKB ile birlikte görülen psikopatolojilere bakıldığında ise en sık anksiyete bozuklukları, depresif bozukluklar ve bipolar bozukluk görülmektedir (Krüger ve ark., 1995; Chen ve Dilsaver, 1995; Angst ve ark., 2005; Ruscio ve ark., 2010). Anksiyete bozukluklarından sosyal anksiyete bozukluğu, özgül fobiler, panik bozukluk ve yaygın anksiyete bozukluğu OKB ile sık görülmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992). Görülme sıklığı ise %75.8 olarak rapor edilmiştir (Ruscio ve ark., 2010). Duygudurum bozukluklarının, özellikle depresyonun, görülme sıklığı ise yapılan çalışmalara göre (Millet ve ark., 2004; Clark, 2004; Ruscio ve ark., 2010) %30-75 arasında değişmektedir. Anksiyete bozuklukları ve duygudurum bozukluklarının yanı sıra dürtü kontrol bozuklukları, madde kötüye kullanımı gibi bozukluklar (Ruscio ve ark., 2010) ve şizotipal, histriyonik, bağımlı ve çekingen kişilik bozukluğu gibi kişilik bozukluklarıyla da sık görülmektedir (Chmielewski ve Watson, 2008).

Obsesif Kompulsif Bozukluk psikopatolojiler arasında sık görülen kronik bir rahatsızlıktır. Bozukluğu açıklayan pek çok kuram vardır. Ancak yapılan çalışma kapsamında, Bilişsel modellerle bozukluğun ilişkisi araştırılacaktır. Bu nedenle ilerleyen bölümde OKB'yi açıklayan bilişsel modellerden çalışma kapsamında incelenecek olan düşünce eylem kaynaşması (DEK) ve üst-biliş modeli açıklanacaktır. Daha sonra ise bu modeller ile OKB ilişkisini araştıran çalışmalara yer verilecektir.

### 1.2.3. Düşünce Eylem Kaynaşması

Rachman (1976), düşünce eylem kaynaşması (DEK) kavramıyla üst-bilişleri OKB'ye dahil etmeye başlamıştır. Bu kavrama göre düşüncelerle eylemleri denk tutan üst-bilişsel inançlar bulunmaktadır. Bu üst-bilişsel inançlar düşüncelerin sonuçlarıyla ilgilidir ve eğer kişi bir şeyi düşünüyorsa geçmişte bu eylemi yaptığına dair inançları vardır. Bu inançlar düşünce ya da davranışların kontrolü gibi davranışsal tepkilere neden olabilir. Entelektüel olarak, OKB tanısı almış olan hasta bu inançları reddetse de tetikleyici koşullar altında şüphe artmaktadır (Wells, 1997).

Düşünce eylem kaynaşmasının kökenine bakıldığında; Salkovskis'in öne sürdüğü girici düşüncelerin obsesyonel problemlerin sürdürülmesinde önemli rolü olduğu fikri bulunmaktadır. Salkovskis (1985), düşünmenin yapmak kadar kötü olması ya da bir eylem hakkında oluşan düşüncenin eylemi gerçekleştirmeye denk olarak görülmesi inancının OKB'de sık görüldüğünü belirtmektedir. Ancak bu kavramı, zarar vermekle ilgili aşırı sorumluluk olarak açıklamıştır (Salkovskis, 1985). Daha sonra yapılan çalışmalar da düşüncelerle ilgili sorumluluğun düşünce ve eylemin psikolojik olarak kaynaşmasına yol açabileceğini göstermiştir (Rachman, 1993).

Düşünce eylem kaynaşması kavramını tanımlayan kişiler Shafran, Rachman ve Thordarson'dur (Shafran ve ark., 1996). Bu kavramın önemli bir noktası istenmeyen girici düşüncelere kişinin verdiği önemdir. Araştırmacılara göre girici düşünceler obsesyonun ham halidir ve evrenseldir. Ancak bu düşünceler yoğunlaşıp, ısrarcı, zorlayıcı ve uzun süreli bir hal aldığı anda obsesyona dönüşmektedirler (Rachman, 1997). Girici düşünce ile ilgili yapılan felaketleştirmeler kişi için tehdit yaratan olası uyarıcı aralığını artırır ve bu tehdidin ciddiyeti artar. Geniş bir uyarıcı aralığı nötrden tehdiğe dönüşür. Bunun sonucunda da pek çok şey obsesyonları provoke eder. İçsel ve dışsal uyarıcılar, içeriği ve kişi için olan önemine göre tehdiğe dönüşmektedir (Rachman, 1998). Obsesyona daha yatkın kişilerin düşüncelerini daha önemli olarak gördükleri ve daha kişisel anlamlar attedikleri öne sürülmüştür. Bunun sonucunda da kişinin önem verdiği şeyler obsesyonlarının temelini oluşturmaktadır. Öne sürülen görüşün kanıtlarından biri bilişlerin anksiyeteye neden olduğunun yapılan çalışmalarla gösterilmiş olmasıdır. Bir diğeri ise obsesyonlara verilen önemdir. OKB tanısı konmuş

kişilerin obsesyonlarını iğrenç, korkutucu, ahlak dışı, günah, tehlikeli olarak değerlendirdiği belirtilmiştir. Kişiler bunları kişiliklerindeki gizli öğeler olarak düşünmekte bunun sonucunda da kendilerini sorumlu hissetmektedirler. Bir diğer kanıt olarak da bilişsel çarpıtmalar gösterilmektedir. DEK ve artmış sorumluluk hissini de obsesyonların gelişiminde rol oynadığı savunulmaktadır (Rachman, 1997).

Düşünce eylem kaynaşmasının Ahlak ve Olabilirlik olmak üzere iki boyutu vardır. Düşünce eylem kaynaşması-Ahlak (DEK-Ahlak) kişinin istenmeyen girici düşüncelere sahip olmasını ahlaki açıdan bu düşünceyi gerçekleştirmekle aynı değerlendirmesidir. Örneğin; çocuğuna zarar vermeyle ilişkili bir girici düşüncesi olan anne, kendisini bu olay gerçekleşmiş gibi ahlaken sorumlu tutar (Shafran, Thordarson ve Rachman, 1996). Düşünce eylem kaynaşması-Olabilirlik (DEK-Olabilirlik) ise kişinin, istenmeyen girici düşüncelere sahip olmasının bu düşüncelerin gerçekleşme olasılığını arttırdığına inanmasıdır. Örneğin; bir yakınının kaza geçireceğini düşünen bir kişi, bunu düşündüğü için yakınının kaza geçirme olasılığının arttığını düşünmektedir. DEK-Olabilirlik boyutunun Kendisi ve Diğerleri olmak üzere iki alt boyutu mevcuttur. DEK-Olabilirlik-Kendisi alt boyutu düşüncelerin kişinin başına gelebilecek olumsuz olayların olasılığını arttırabileceğine dair inançtır. DEK-Olabilirlik-Diğerleri ise düşüncelerin diğer insanların başına kötü olay gelme olasılığını arttıracağına olan inançtır (Shafran ve Rachman, 2004). Sonuç olarak bu olumsuz değerlendirmeler kişinin sorumluluk algılarını artırarak olumsuz sonuçların önlenmesine yönelik işlevsel olmayan davranışların ya da sıkıntının ortaya çıkmasına neden olur (Amir ve ark., 2001).

Yapılan çalışmalar sonucunda DEK ile ilişkili olabileceği düşünülen bazı kavramlar ortaya atılmıştır. Bunlardan ilki sorumluluktur. OKB tanısı almış kişilerde artmış sorumluluk hissini olduğunu öne süren kişi Salkovskis'tir. Bu kişilerde gerçek ya da düşünülen talihsizlikler için kendilerini sorumlu tutma eğilimi olduğu öne sürülmüştür. Buna yatkın kişilerin de istenmeyen girici düşüncelerle ilgili katastrofik yanlış yorumlar yaptıkları ve kötü düşüncelerinin etkileri veya ahlaka uygunluğu ile ilgili aşırı sorumluluk yaşadıkları belirtilmektedir (Rachman, 1998). Kişinin kendi gibi diğer insanlarla ilgili olarak da aşırı sorumluluk hissettikleri durumlar söz konusu olabilir (Rachman ve Shafran, 1999). Ancak DEK'in neden olduğu artmış sorumluluk, kişinin

düşünceleri sonucu tetiklendiği için içsel kaynak olarak kabul edilmektedir. Bunun yanı sıra dışsal uyaranlar sonucu artan sorumluluk duygusu da söz konusudur. Buna örnek olarak kompulsif kontrol etme gösterilmektedir. Ocak, bıçak, kilitler gibi dışsal uyarıcılar sorumluluğun artmasını tetiklemektedir (Shafran, Thordarson ve Rachman, 1996).

Düşünce eylem kaynaşması ile ilişkili olabileceği düşünülen bir diğer kavram ise nötrlemedir. Nötrleme; girici düşüncenin ya da obsesyonun sonucunda oluşması beklenen etkileri azaltmak ya da önlemek için kişinin yaptığı fiziksel ya da zihinsel davranışlardır. Kompulsiyonlar gibi obsesyonun yol açtığı anksiyeteyi yatıştırmaya yöneliktir. Bunun sonucunda da kişinin inancı pekişir; sürer. Aslında yapılan çalışmalar nötrleme davranışı olmadan da anksiyetenin azaldığını göstermiştir (Rachman, 1998). Sorumluluk ve suçluluk duygularını artırdığı için DEK'in, nötrleme davranışının ortaya çıkma olasılığını artırdığı öne sürülmektedir (Rachman ve Shafran, 1999).

Artmış sorumluluk ve nötrleme davranışlarının daha çok DEK-Olabilirlik ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ancak suçluluğun ise daha çok DEK-Ahlak olmak üzere iki DEK türüyle de ilişkili olduğu belirtilmektedir. Ahlak dışı bir düşünceye sahip olduğuna inanan bir kişi bu düşünce nedeniyle yoğun suçluluk yaşamaktadır. DEK-Olabilirlikle ilgili olarak da kötü bir şey olması sonucu hissedecekleri suçluluktan kaçınmak için kompulsiyonlarını sürdüren pek çok hasta olduğu belirtilmektedir (Rachman ve Shafran, 1999).

### **1.2.3.1. Düşünce Eylem Kaynaşması ve Obsesif Kompulsif Bozukluk İlişkisi**

Alanyazında özellikle OKB ve DEK ilişkisini araştıran pek çok çalışma bulunmaktadır. Alanyazına bakıldığında OKB, anksiyete bozuklukları ve depresyonu karşılaştıran çalışmaların mevcut olduğu görülmektedir. Genel olarak DEK'in OKB ile ilişkili olduğu (Abramowitz ve ark., 2003; Coles ve ark., 2001; Yorulmaz ve ark., 2004; Yorulmaz ve ark., 2008), ancak bu ilişkinin OKB'ye özgü olmadığı belirlenmiştir (Muris ve ark., 2001; Rassin, Diepstrassen ve arkadaşları, 2001; Thompson-Hollands, ve ark., 2013). Çalışmaların büyük çoğunluğunda OKB'nin DEK-Olabilirlik ile ilişkisi

olduğu saptanmıştır (Shafran ve ark., 1996; Abramowitz ve ark., 2003; Muris ve ark., 2001; Thompson-Hollands ve ark., 2013). Ancak OKB'nin DEK-Ahlak ile ilişkili olduğunun saptandığı bazı çalışmalar da mevcuttur (Yorulmaz ve ark., 2004; Piri ve Kabakçı, 2007; Aydın ve ark., 2012)

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve DEK ilişkisini araştıran deneysel çalışmalar da yapılmıştır. Bu çalışmalarda katılımcıların kontrollü olarak anksiyeteleri artırılmış ve bir gruba DEK hakkında bilgi verilirken diğer gruba farklı konularla ilgili (stresle baş etme) bilgi verilmiştir. Çalışmaların ortak sonuçlarına bakıldığında DEK hakkında bilgi verilen grupların DEK puanlarının düştüğü görülmüştür (Zucker ve ark., 2002; Marino-Carper ve ark., 2010; Berman ve ark., 2011).

Obsesif Kompulsif Bozuklukta artmış sorumluluk ve DEK ilişkisini inceleyen bir çalışmaya göre ise OKB ve diğer psikopatolojiler arasında DEK açısından farklılık olmadığı (Yorulmaz ve ark., 2008; O'leary, Rucklidge ve Blampied, 2009), bir diğer çalışmaya göre ise DEK-Ahlak ile obsesif-kompulsif belirtiler arasında artmış sorumluluğun aracı rolü bulunmaktadır (Altın ve Gençöz, 2011).

Düşüncelerin bastırılması ve DEK ile yapılan bazı çalışmaların sonuçlarına göre ise düşüncelerin bastırılması, OKB ve DEK arasında aracı rol oynamaktadır (Rassin ve ark., 2000; Marcks ve Woods, 2007). Benzer diğer çalışmalara göre ise düşüncelerin bastırılmasının obsesif kompulsif semptomlarla ilişkili olduğu ve bu semptomların sürdürülmesine yol açtığı belirlenmiştir (Rassin ve ark., 1999; Smári ve Hólmsteinsson, 2001; Rassin, 2001).

Yapılan çalışmalar genel olarak değerlendirilecek olursa özellikle DEK-Olabilirliğin OKB ile ilişkili olduğu ancak bu ilişkinin OKB'ye özgü olmadığı ileri sürülmektedir. Öte yandan DEK-Ahlak ile OKB arasında ilişki olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Ayrıca DEK ile OKB ilişkisinde artmış sorumluluk ve düşünceleri bastırmanın aracı rolü olduğu ifade edilmektedir.



#### 1.2.4. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Üst-biliş Modeli

Araştırmada ele alınacak olan bir diğer model ise üst-biliş modelidir. Bu modelin temelinde endişeler yer almaktadır. Endişeler, problem çözme amacıyla kullanılan olumsuz düşüncelerdir. Genellikle içerik olarak değişmekle birlikte; günlük yaşam olayları veya geçmiş ve gelecekle ilgili olumsuz düşüncelerden oluşmaktadırlar. Anksiyete bozuklukları açısından da benzer olmalarına rağmen Genellenmiş Anksiyete Bozukluğu'nda (GAB) ve OKB'de bu düşünceler daha az kontrol edilebilirdir (Wells, 1995).

Obsesif Kompulsif Bozukluğu anlamak için iki tür biliş tanımlanmıştır. Bunlardan ilki dışsal olayların ve bedensel duyular gibi bilişsel olmayan içsel uyarıcıların değerlendirilmesidir. İkinci tür ise bilişlerle ilgili değerlendirmelerdir. Klinik örneklerle sağlıklı kişilerdeki girici düşünceleri ayırt etmek, ikinci tür olan bilişlerin değerlendirilmesiyle sağlanabilmektedir (Wells, 1995). Temel olarak Üst-biliş kuramına bakıldığında psikopatolojilerin oluşması ve sürdürülmesinin temelinde de işlevsel olmayan inançlarla ilgili bilişlerin yer aldığı düşünülmektedir. Kuramda, bilişsel işlemlerle birlikte düşüncelerin üst-bilişsel boyutlarıyla ilgilenilmektedir (Wells ve Matthews, 1994).

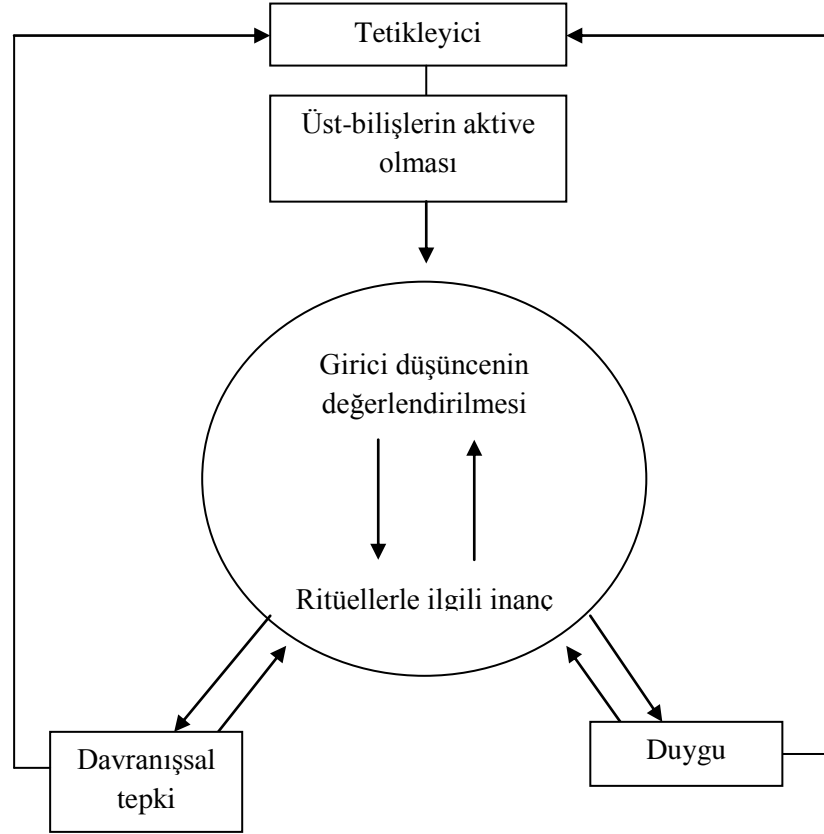
Obsesif Kompulsif Bozukluğun üst-biliş modeli Salkovskis'in (1989) modeline bağlı olarak geliştirilmiştir. Salkovskis'in modeline göre OKB'de girici düşüncelerle ilgili sıkıntının temeli bu düşüncelerle ilgili değerlendirmeden kaynaklanmaktadır. Olumsuz olarak değerlendirdikleri düşünceleri kontrol edemezlerse kişiler bu düşüncelerden sorumlu olacaklarını düşünmektedir. Bu sorumlulukları azaltmak için de nötrleştirici bazı davranışlarda bulunurlar. Bu davranışlar sorumluluğu ve sıkıntıyı azalttığı için düşünceler pekişmektedir. Genel olarak Salkovskis'in modeli sorumluluğa vurgu yapmaktadır. Buradan yola çıkarak Wells ve Matthews, bu modele temel olarak üst bilişleri eklemiştir (Bkz. Şekil 1.1.). Üst-bilişsel modele göre hastanın zihnini kontrol etmeye yönelik yaptığı davranışsal tepkilerin bazıları girici düşüncenin olumsuz sonuçlarını önlemek için, bazıları ise endişe ve sıkıntının azaltılabilmesi için yapılmaktadır. Her iki koşulda da sıkıntı azalacağı için bu tepkilerle ilgili inançlar da pekişmektedir. Ancak bir süre sonra davranışlar artar ve sıkıntının bir diğer kaynağı

haline gelirler. Nötrleştirici davranışların pekişmesinin yanı sıra bu modelde, girici düşüncelerin üzerinde çok fazla durmanın ruminasyon ve endişeyi artırabileceği ve endişeden korkmaya neden olabileceği öne sürülmektedir (Wells, 1997).

Düşünceler ve şüphelere tepki olarak gelişen analitik düşünme, endişe ve ruminasyonlar Bilişsel Dikkat Sendromun (BDS, Cognitive Attention Syndrome, CAS) kavramsal öğeleri olarak ortaya çıkmaktadır. Bu sendrom, uzun süreli bellekte depolanmış endişe, ruminasyon ve dikkatle ilgili üst-bilişsel bilgilerin harekete geçmesiyle oluşmaktadır. Modele göre sıkıntı yaşamaya başlayan kişiler dikkatle ilgili baş etme yöntemlerine başvurmaktadır. Genellikle yaşadıkları endişeyle ya da ruminasyonlarıyla ilgili tehlikeleri ve kendilerinde oluşan değişiklikleri izlerler. Bunun sonucunda da endişe ya da ruminasyon artar. Bunun yanı sıra bilişsel işlevler azalmakta, işlevsel olmayan kendilik bilgisi harekete geçmektedir. Bu sürecin sonucunda da işlevsel olmayan baş etme yöntemleri kullanılmaktadır (Wells ve Matthews, 1996). OKB modelinde kişi belirli istenmeyen düşünce ve dürtülerini izlemeye başlar ve bununla baş edebilmek için düşünceyi bastırma, ritüel davranışlar ve nötralizasyon gibi işlevsel olmayan stratejiler kullanmaktadır. Bu stratejiler üst-bilişsel inançları pekiştirdikleri için geri tepmekte ve BDS'nin ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Wells, 2009).

Üst-biliş modelinde OKB belirtileri olan bir kişi; bir düşünce, dürtü ya da hisle oluşan tetikleyici sonucunda rahatsızlık yaşamaya başlamaktadır (Örn: Yerde böcek geziyordu). Bu girici düşünceler, kişinin bunların anlamları ve önemleri hakkındaki üst-bilişsel inançlarını etkinleştirmektedir. Bu inançlar genellikle düşünce ile eylemlerin kaynaşmasıyla ilgilidir. Kişi, hatalı olan inançlar sonucunda yaşadığı içsel deneyimlerin dış dünyada da etkisinin olabileceğine inanmaktadır (Örn: Yerin pis olduğunu düşünmek pislendiği anlamına gelir). İşlevsel olmayan üst-bilişsel inançların harekete geçmesiyle birlikte girici düşüncenin tehdit olduğuna dair olumsuz değerlendirmeler oluşmakta, bu da yoğun olumsuz duygulara neden olmaktadır (Örn: Mikropları yayıp çocuğumu hasta edebilirim). Duygularda gerçekleşen değişiklik uyarılmanın artmasına ve girici düşüncenin artmasına yol açmaktadır. Girici düşünce tehlikeli olarak kabul edildikten sonra kişinin ritüeller hakkındaki inançları harekete geçmekte ve ritüel ya da nötrleme davranışları tehdidi azaltmak için gerçekleştirilmektedir (Örn: Her şeyi

dezenfekte edersem güvende oluruz) (Wells, 2009). OKB'nin üst-biliş modeli şekil 1.1'de görülmektedir.



Şekil 1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Üst-biliş Modeli (Wells, 2009).

Sonuçta bu modele göre, çeşitli durumlarda kullanılan geribildirim döngülerinin oluştuğu düşünülmektedir. Genel etki ise sıkıntının artması ve olumsuz değerlendirmelerle bu değerlendirmelere verilen işlevsel olmayan tepkilere ayrılan zamanın artmasıdır (Wells, 1997). Üst-bilişsel terapinin, Bilişsel Davranışçı terapiden ayrıldığı nokta da Bilişsel Davranışçı terapide sadece düşüncelerin geçerliliğine odaklanılırken Üst-bilişsel terapide kişinin içsel deneyimleri hakkındaki inançlarına odaklanılmaktadır (Wells, 2008).

Purdon ve Clark (1999) OKB'nin üst-biliş kuramında ego-distoni ve aşırı kontrol etme girişimlerine daha fazla yer verilmesi gerektiğini savunmuştur. Obsesyonların ego-distonik olmaları kişide vicdan azabına, dikkatli davranmaya neden olmakta ve sorumlu hissettirmektedir. Buradan yola çıkarak da aslında düşüncelerin obsesyona

dönüşmesinde ego distonik olmaları rol oynamaktadır. Kişiyeye uymayan, kabullenemeyeceği bir düşünceye sahip olması kendilik görüşüne bir tehdit oluşturmaktadır. Bunun sonucunda da kişinin kendinden beklemediği bu düşünceler belirginleşmekte ve odak noktası haline gelmektedir. Ortaya çıkan çatışmayla baş edebilmek için kişi görüşlerini gözden geçirmeye başlamaktadır. Bu süreç sonunda kişi gizli olan, istenmeyen özelliklerin bir şekilde ortaya çıkıyor olabileceği kanısına varmaktadır. İstenmeyen yönlerinin ortaya çıkmaması için kontrollerini kaybetmemek amacıyla kaçınma davranışları göstermektedirler. Bu da aşırı kontrol girişimlerine neden olabilir. Düşünceleri kontrol etme çabaları çelişkili bir biçimde düşüncelerin daha fazla gelmesine sebep olmaktadır. Böylece düşünceler tehdit oluşturmaya ve kaygı yaratmaya devam etmektedir.

#### **1.2.4.1. Üst-biliş ve Obsesif Kompulsif Bozukluğun İlişkisi**

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve üst-biliş ilişkisini araştıran pek çok çalışma bulunmaktadır. Düşünce süreçlerini izleme ve farkında olma olarak açıklanan bilişsel farkındalık ve obsesif kompulsif belirtilerin ilişkisini inceleyen çalışmalara bakıldığında diğer bozukluklara oranla OKB tanısı almış kişilerde bilişsel farkındalığın daha yüksek olduğu görülmektedir (Janeck ve ark., 2003; Cohen ve Calamari, 2004; de Bruin ve ark., 2007). Ayrıca OKB tanısı almış kişilerin; gerçekliğin izlenmesi ve üst-bilişsel öğelerden biri olan bilişsel güvenlerinin düşük olduğu bildirilmiştir (Hermans ve ark., 2003). Üst-bilişler ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda ise üst-bilişlerin obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olduğu (Wells ve Papageorgiou, 1998; Emmelkamp ve Aardema, 1999), bazı çalışmalarda da üst-bilişlerin OKB'yi yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Gwilliam ve ark., 2004; Myers ve Wells, 2005; Irak ve Tosun, 2008; Myers ve ark., 2009; Solem ve ark., 2010). Benzer şekilde düşüncelerin kontrol edilemezliği ve tehlikelerine dair olumsuz inançların endişe ve obsesif belirtilerle ilişkili olduğu, olumlu inançların ise kaçınma ve inkar gibi işlevsel olmayan baş etme becerileriyle ilişkili olduğu görülmüştür (Sica ve ark., 2007).

Obsesif Kompulsif Bozukluk üst-biliş ilişkisi deneysel çalışmalarla da araştırılmıştır. Örneğin OKB tanısı almış sekiz kişiyle yapılan deneysel bir çalışmada katılımcıların üst-bilişsel inançlarıyla ilgili ölçümler alındıktan sonra üst-bilişlerle ilgili detaylı bilgilendirme görüşmesi yapılmış, ardından girici düşüncelere maruz bırakılmışlardır. Çalışma sonuçlarına göre üst-bilişlerle ilgili bilgi verildikten ve maruz bırakma uygulamasından sonra kişilerin anksiyete düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğu belirlenmiştir. Ayrıca üst-bilişsel inançların ve nötrleme davranışlarının azaldığı da önerülmüştür (Fisher ve Wells, 2005). Genel olarak OKB'nin üst-bilişsel modeline bakıldığında inançların önemi vurgulanmaktadır. Üst-bilişlerin, endişeyle ilişkili olumlu ve olumsuz inançların obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olduğu yapılan çalışmalarda da görülmektedir. Bu inançlar, girici düşüncelerin tehdit olarak değerlendirilmelerine neden olmaktadır.

Alanyazına bakıldığında OKB ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Yapılacak olan bu çalışmada bu ilişkinin araştırılması ve OKB'de görülen düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) çıktıklarına göre erken dönem uyum bozucu şemaların farklılaşp farklılaşmadığının ortaya konması amaçlanmaktadır. Bunun yanı sıra erken dönem uyum bozucu şemalar ile psikopatoloji ilişkisini gösteren çalışmalar olmasına rağmen endişeyle olan ilişkisini araştıran çalışmayla karşılaşılmamıştır. Endişenin psikopatolojilerde sık görülen bir duygu çıktısı olması nedeniyle erken dönem uyum bozucu şemalar ile endişe arasındaki ilişkinin belirlenmesinin önem taşıdığı düşünülmektedir. OKB belirtileri ile endişenin ilişkili olduğu yapılan çalışmalardan görülmekte, bu nedenle OKB'de görülen endişe ile erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisinin araştırılması amaçlanmaktadır. Öte yandan alanyazında şemalar ile obsesif kompulsif, endişe arasında üst-bilişlerin aracı rolünü inceleyen ve düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolünün olup olmadığı sorusunun yer aldığı çalışmayla karşılaşılmamıştır. Psikopatolojide farklı kuramlardan kaynaklanan kavramların bir arada ele alınması planlanmıştır. Bu nedenlerden dolayı yapılması amaçlanan çalışmanın alanyazına ek katkısının olabileceği düşünülmektedir.

### 1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmada şema alanları ile obsesif-kompulsif belirtiler ve endişe arasındaki ilişki incelenecektir. Şema alanları ile OKB’de görülen düşünce, davranış ve duygu çıktılarının arasında bilişsel değişkenlerin aracı rolüne bakılacaktır. Bu ilişki obsesyon (düşünce), kompulsiyon (davranış) ve endişe (duygu) olmak üzere üç boyut üzerinden değerlendirilecektir. Araştırmada kullanılacak bilişsel değişkenler ise DEK boyutları ve üst-biliş boyutlarıdır. Araştırmada özgül olarak aşağıdaki soruların yanıtlanması amaçlanmaktadır:

1. Düşünce eylem kaynaşması boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) üst-bilişleri (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne düzeyde yordamaktadır?
2. Şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) ile düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) arasında üst-bilişlerin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü var mı?
3. Şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) ile düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) arasında düşünce eylem kaynaşmasının (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) aracı rolü var mı?

## 2. YÖNTEM

### 2.1. ÖRNEKLEM

Katılımcılar, Ekim 2011-Ekim 2013 tarihleri arasında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Erişkin Hastanesi Psikiyatri Polikliniğinde ve Servisinde yapılan görüşme sonucu konulan Obsesif Kompulsif Bozukluk tanısıyla takip edilen hastalardan oluşmaktadır. Tanılar DSM-IV-TR kriterlerine göre, en az iki psikiyatri uzmanı tarafından konulmuştur. Mental retardasyon, organik bozukluk ve psikotik bozukluk belirtileri dışlama kriterlerini oluşturmaktadır. Çalışmaya dahil edilme ölçütlerini karşılayan 158 hastaya ulaşılmış ancak 101 hastanın verileri değerlendirilebilmiştir. Yirmi üç hasta çalışmaya katılmaya gönüllü olmamış, 34 hasta ölçeklerin tamamını doldurmamıştır. Yapılan analizler sonucunda 5 katılımcının verilerinin, verilerin normal dağılımını bozduğu belirlenmiş ve bu veriler araştırmadan çıkartılmıştır. Sonuç olarak çalışmada 96 katılımcı bulunmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 18-50 ve yaş ortalaması  $X = 32.69$ 'dur ( $SS=9.06$ ). Katılımcıların 68'i kadın, 28'i erkektir. Kadın katılımcıların yaş ortalaması  $X = 32.56$  ( $SS=8.90$ ), erkek katılımcıların yaş ortalaması ise  $X = 33$ 'tür ( $SS=9.60$ ). Katılımcıların 53'ü evli (%55.2), 43'ü bekadır (%44.8). Evli katılımcıların çocuk sayısı 0-3 arasında değişmektedir. Çocuk sayısı, evde yaşadıkları kişi sayısı ve iş durumlarına ilişkin özellikler Tablo 2.1'de verilmiştir.

Tablo 2.1. Medeni Durum ve Meslekle İlgili Özellikler

	Sıklık	Yüzde
<b>Medeni Durum</b>		
Evli	53	55.2
Bekar	43	44.8
<b>Çocuk Sayısı</b>		
0	48	50
1	25	26
2	19	19.8
3	4	4.2
<b>Evdeki Kişi Sayısı</b>		
0	7	7.3
1	19	19.8
2	34	35.4
3	26	27.1
4	9	9.4
5	1	1
<b>İş Durumu</b>		
Öğrenci	12	12.5
Düzenli bir işi olan	34	35.4
Çalışmıyor	13	13.5
Çalışmıyor/Ev hanımı	37	38.5

Katılımcıların temel başvuru şikayetlerinin sıklık ve yüzdeleri Tablo 2.2’de verilmiştir. Buna göre temizlik obsesyonları, saldırganlık obsesyonları, dini obsesyonlar, cinsel obsesyonlar, düzen obsesyonları, somatik obsesyonlar, kontrol kompulsiyonları, sayma kompulsiyonları, tekrarlama kompulsiyonları, biriktirme kompulsiyonları ve diğer obsesyonlar görülmektedir.



Tablo. 2.2. Katılımcıların Temel Başvuru Şikayetleri

Başvuru Şikayetleri	Sıklık	Yüzde
Temizlik Obsesyonları	50	50.2
Kontrol Kompulsiyonları	15	15.6
Saldırganlık Obsesyonları	7	7.3
Dini Obsesyonlar	6	6.3
Cinsel Obsesyonlar	5	5.2
Sayma Kompulsiyonları	5	5.2
Tekrarlama Kompulsiyonları	3	3.1
Somatik Obsesyonlar	2	2.1
Düzen Obsesyonları	1	1
Biriktirme Kompulsiyonları	1	1
Diğer Obsesyonlar	1	1

Katılımcıların hastalıklarının başlama zamanı 1-35 yıl ( $X=8.66$ ,  $SS=3.83$ ) arasında, ilk defa doktora başvuru zamanları ise 1 ay-23 yıl ( $X=5.43$  [yıl],  $SS=5.33$ ) arasında değişmektedir. Katılımcıların 28'i (%29.2) ölçeklerin uygulandığı zaman öncesinde ya da uygulandığı sırada Bilişsel Davranışçı Terapi almış, 68'i (%70.8) ise almamıştır. Bilişsel Davranışçı Terapi alanların tedavi süresi 1-24 ay arasında değişmektedir ( $X=6.58$ ,  $SS=6.69$ ). Katılımcıların aldıkları tedavi, hastaneye yatışları ve ailelerinde psikiyatrik hastalık öyküsüne ilişkin bilgiler Tablo 2.3'te özetlenmiştir.

Tablo 2.3. Katılımcıların Aldıkları Tedavi, Yatarak Tedavi Sayısı ve Ailede Psikiyatrik Hastalık Öyküsü Bilgileri

	Sıklık	Yüzde
<b>Tedavi</b>		
Yeni Başlanmış	13	13.5
Antidepresan	54	56.3
Antidepresan+antipsikotik	29	30.2
BDT	27	28.1
BDT+İlaç	25	26.0
<b>Hastaneye Yatış Sayısı</b>		
0	76	79.2
1	13	13.5
2	4	4.2
3	3	3.1
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>		
Yok	35	36.5
Ailede (Anne, baba, kardeş)	29	30.2
Akrabada	13	13.5
Ailede+Akrabada	14	14.6
Ailede+Çocuğunda	2	2.1
Çocuğunda	3	3.1

## 2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada, katılımcıların sosyodemografik bilgilerini elde edebilmek için alanyazına uygun olarak hazırlanmış demografik bilgi formu uygulanmıştır. Bilgi formunun yanı sıra Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3, YŞÖ-KF3 (Young Schema Inventory Short Form-3 [YSQ-SF3]), Üstbilişler Ölçeği-30, ÜBÖ-30 (Metacognitions Questionnaire-30 [MCQ-30]), Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği, DEKÖ (Thought-Action Fusion Scale), Yale Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği, YBOKÖ (Yale Brown Obsession Compulsion Scale, Y-BOCS), Penn Eyalet Endişe Ölçeği, PEEÖ (Penn State Worry Questionnaire, PSWQ) ölçekleri kullanılmıştır.

### 2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Çalışma kapsamında uygulanan Demografik Bilgi Formunda (Bkz. Ek 1) hastanın cinsiyeti, yaşı, doğum tarihi, eğitim düzeyi, medeni durumu, mesleği sorulmuştur. Katılımcıların hastalığıyla ilgili ise belirtilerinin neler olduğu, ne zaman başladığı, ilk kez doktora başvuru tarihi, yatarak tedavi görüp görmediği, kullandığı psikotrop ilaçların neler olduğu, Bilişsel Davranışçı Tedavi alıp almadığı ve ailesinde psikiyatrik hastalık öyküsü olup olmadığı sorulmuştur.

### 2.2.2 Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3, YŞÖ-KF3 (Young Schema Inventory Short Form-3, YSQ-SF3)

Çalışmada erken dönem uyum bozucu şemaları ölçmek için Young ve Brown tarafından (1994) geliştirilen Young Şema Ölçeğinin kısa formunun üçüncü versiyonu kullanılmıştır (Bkz. Ek 2). Ölçekte beş şema alanından oluşan beş boyut bulunmaktadır. Benzer şekilde erken dönem uyum bozucu şemaların 18'i için de alt ölçek bulunmaktadır. Ölçek, 6'lı Likert tipi derecelendirilen (1=Benim için tamamıyla yanlış, 6= Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) toplam 90 sorudan oluşmaktadır (Young, 1990; Young ve ark., 2003). Ölçeğin iç tutarlılığının .76-.93 arasında olduğu belirlenmiştir (Welburn ve ark., 2002).

Ülkemizdeki ölçeğin uzun formunun (Young, 1990) ilk psikometrik çalışmaları Sezgin tarafından (1996, 1997) yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda elde edilen 12 faktör yurtdışında yapılan çalışmalarla (Schmidt ve ark., 1995) uyumlu bulunmuştur. Ölçeğin uzun formunun revize edilmiş versiyonunun (Young, 1991) psikometrik çalışmaları ise Batur tarafından (2004) gerçekleştirilmiş ve 14 faktör elde edilmiştir. Sarıtaş tarafından (2007) yapılan çalışmada ise şema alt boyutları yönünden yorumlanabilir bir faktör yapısı elde edilememiştir. Bu nedenle ölçeğin özgün formunda önerilen faktör boyutları üzerinden üst sıra faktör analizi yapılmış ve üç şema alanına ulaşılmıştır.

Ölçeğin kısa formunun geçerlik güvenirlik çalışması ise üniversite örnekleminde yapılmıştır. Analizler sonucunda ölçeğin Türkçe formu için Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk, Yüksek Standartlar, Diğeri Yönelimlilik ve Zedelenmiş Sınırlar olmak üzere

5 şema alanına ulaşılmıştır. Ayrıca, Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Onay Arayıcılık, İç İç Geçme/Bağımlılık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Terk Edilme, Cezalandırıcılık, Kusurluluk, Hastalık ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Yüksek Standartlar olmak üzere 14 faktörlü bir yapının (14 şema boyutu) uygun olduğu görülmüştür (Soygüt ve ark., 2009).

Soygüt ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları çalışmaya göre madde sayısının dağılımı değişmiştir ancak toplam madde sayısı aynı kalmıştır. Ölçeğin birleşen geçerliğini belirlemek amacıyla Belirti Tarama Listesi'nin (SCL-90) Genel Belirti Düzeyi İndeksi (GSI) ve Kaygı, Depresyon, Kişilerarası Duyarlık alt ölçekleri kullanılmıştır. Analiz sonucunda Depresyon alt faktörüyle  $r = .55-.68$  ( $p < .01$ ), Kaygı alt faktörüyle  $r = .18-.54$  ( $p < .01$ ) ve Kişilerarası Duyarlık alt faktörüyle  $r = .20-.60$  ( $p < .01$ ) aralığında değişen ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Test-tekrar test güvenilirliğine bakıldığında ise şema boyutları açısından  $r = .66-.82$  ( $p < .01$ ), şema alanları açısından ise  $r = .66-.83$  ( $p < .01$ ) arasında değiştiği görülmüştür. Son olarak tutarlılık katsayısının ise; şema boyutları için  $\alpha = .63-.80$  şema alanları için de  $\alpha = .53-.81$  arasında değiştiği belirlenmiştir (Soygüt ve ark., 2009).

### **2.2.3 Üstbilişler Ölçeği-30, ÜBÖ-30 (Metacognitions Questionnaire-30,MCQ-30)**

Üstbilişler Ölçeği-30 (ÜBÖ-30) Wells ve Cartwright-Hatton (2004) tarafından üst-bilişsel inanç ve süreçleri değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Bkz. Ek 3). Beş farklı boyutu olan ölçek 30 sorudan oluşmaktadır. Sorular dörtlü likert tipidir (1=Katılmıyorum, 4=Tamamen katılıyorum). Ölçeğin boyutları endişeyle ilgili olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlikeyi içeren düşüncelerle ilgili olumsuz inançlar, bellek ve dikkatle ilgili güvenin değerlendirildiği bilişsel güvensizlik, düşüncenin kontrol edilemediği zaman oluşacak sonuçlarla ilgili olumsuz inançları içeren düşünceleri kontrol ihtiyacı ve düşünce süreçlerine odaklanmış dikkat eğilimi olarak açıklanan bilişsel farkındalıktır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 30-120 arasında değişmektedir. Ölçeğin kesme puanı bulunmamakla birlikte puanının artması üst-bilişsel inanç ve süreçlerin patolojik yönde artabileceğini göstermektedir. Ölçeğin

Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı tüm test için .93, alt ölçekleri için ise .72 ile .93 arasında değişmektedir (Wells ve Cartwright-Hatton, 2004).

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizlerine yönelik Tosun ve Irak (2008) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmanın sonuçlarına göre test-tekrar test güvenilirlik katsayısı alt ölçekler için .70-.85 arasında değişmektedir. Ayrıca Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı tüm ölçek için .86 olarak hesaplanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucuna göre ise ölçeğin orijinaliyle uyumlu olarak olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık olmak üzere beş faktör elde edilmiştir (Tosun ve Irak, 2008).

Ölçeğin Türkçeye uyarlamasına yönelik bir diğer çalışma da Yılmaz ve arkadaşları tarafından (2008) üniversite öğrencilerinde ve üniversite öğrencisi olmayan yetişkinlerde yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin orijinaline benzer şekilde beş faktörlü olduğu belirlenmiştir. İç tutarlılığının ise .20-.59 arasında değiştiği belirlenmiştir. Cronbach Alpha katsayılarına bakıldığında tüm ölçek için .87, alt ölçekler ise .89-.73 arasında değişmektedir. Ölçeğin iki yarım güvenilirliği tüm ölçek için .90, alt ölçekler için .76-.90 arasında değişmektedir. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısının ise tüm ölçek için .80 ve alt ölçek puanları için .45-.90 arasında değiştiği belirlenmiştir (Yılmaz ve ark., 2008).

Uyum (convergent) geçerliğini belirlemek amacıyla ÜBÖ-30 toplam ve alt ölçek puanları ile Penn State Endişe Ölçeği, Padua Envanteri-Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu, Sürekli Kaygı Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. ÜBÖ-30'dan elde edilen toplam puanlar ile patolojik endişe ( $r = .58$ ), obsesif-kompulsif belirtiler ( $r = .50$ ), sürekli kaygı ( $r = .49$ ), anksiyete belirtileri ( $r = .39$ ) ve depresyon belirtileri ( $r = .37$ ) arasında görülen anlamlı ve pozitif yöndeki korelasyonlar ÜBÖ-30'un uyum geçerliğine işaret etmektedir (Yılmaz ve ark., 2008).

#### **2.2.4. Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği, DEKÖ (Thought-Action Fusion Scale)**

Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği (DEKÖ), Shafran ve arkadaşları (1996) tarafından düşünce ve eylemlerin psikolojik kaynaşmasını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Bkz. Ek 4). DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik-Kendisi, DEK-Olabilirlik-Diğerleri olmak üzere üç boyutu (Shafran ve ark., 1996) bulunduğu belirtilen ölçeğin, daha sonra yapılan çalışmalarda Ahlak ve Olabilirlik olmak üzere iki boyutunun olduğu belirlenmiştir (Rassin ve ark., 2001). Ölçek, 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte maddeler 5'li likert tipi derecelendirme (0=Hiç katılmıyorum, 4=Tamamen katılıyorum) üzerinden değerlendirilmektedir ve alınan puan 0-76 arasında değişmektedir. Kesme puanı bulunmamaktadır, puan yükseldikçe DEK de artmaktadır. Ölçeğin psikometrik özelliklerine bakıldığında tüm ölçeğe ve alt ölçeklere ait iç tutarlılık değerlerinin .85 ile .96, test-tekrar test değerlerinin ise .47 ile .54 arasında değiştiği görülmektedir (Shafran ve ark., 1996; Rassin ve ark., 2001).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasında (Yorulmaz ve ark., 2004), orijinaliyle uyumlu olarak iki faktörlü yapısı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .88 olduğu belirlenmiştir. DEKÖ'den elde edilen toplam puanlar ile obsesif kompulsif belirtiler ( $r = .36$ ), sorumluluk puanı ( $r = .37$ ) ve DEK olmadan sorumluluk puanı ( $r = .37$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönde korelasyonlar olduğu görülmektedir. Ölçüt geçerliği analizi sonucunda ise yüksek obsesif kompulsif belirtileri olan hastaların, düşük olanlara göre daha çok DEK belirttikleri görülmüştür. Ayrıca, katılımcıların ahlaki boyutunda, olabilirlik boyutuna göre daha çok DEK belirttikleri bildirilmiştir.

#### **2.2.5. Yale Brown Obsesyon Kompulsiyon Derecelendirme Ölçeği, YBOKÖ (Yale Brown Obsession Compulsion Scale, Y-BOCS)**

Ölçek, obsesif ve kompulsif belirtilerin şiddetini ve dağılımını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (Bkz. Ek 5). Yarı yapılandırılmış formda olan ölçeğin 0-4 arasında puanlanan 10 maddesi bulunmaktadır. Görüşmeci tarafından doldurulan ölçeğin obsesyonları ve kompulsiyonları belirleyen iki alt ölçeği bulunmaktadır. İlk 5 madde

obsesyonların, diğer 5 madde ise kompulsiyonların şiddetini ölçmektedir (Goodman ve ark., 1989). Ölçekten alınan puan 0-40 arasında değişmekte ve puan arttıkça belirtilerin şiddeti artmaktadır. Puanlanırken maddelerin 6'sı düz, 4'ü ters (4, 5, 9, 10) olarak hesaplanmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Karamustafalıoğlu ve arkadaşları (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen Cronbach Alpha değerinin .82 olduğu, madde-toplam puan korelasyon katsayılarının ise .37-.69 arasında değiştiği belirlenmiştir. Ayrıca Leyton Kendini Değerlendirme Obsesif Kompulsif Ölçeği ile arasındaki korelasyonun .54 olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karamustafalıoğlu ve ark., 1993).

Ölçeğin psikometrik özelliklerinin belirlenmesine yönelik bir diğer çalışma da Tek ve arkadaşları (1995) tarafından yürütülmüştür. Yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizleri sonucunda ölçeğin uygulamacılar arası güvenilirliğinin ölçeğin toplam puanı için .98 olduğu, alt ölçekler için ise .93-.98 arasında değiştiği belirlenmiştir. Pearson korelasyon katsayısının ise .90-.98 arasında değiştiği görülmüştür.

#### **2.2.6. Penn Eyalet Endişe Ölçeği, PEEÖ (Penn State Worry Questionnaire, PSWQ)**

Meyer ve arkadaşları tarafından (1990), genel olarak herhangi bir konuya özgü olmayan genellenmiş ve sürekli endişenin sıklığını, yoğunluğunu ve kontrol edilemezliğini ölçmek amacıyla geliştirilen Penn Eyalet Endişe Ölçeği 16 maddeden oluşmaktadır (Bkz. Ek 6). Maddeler 5'li likert tipidir (1=Beni hiç tanımlamıyor, 5=Beni çok iyi tanımlıyor). Maddelerden 11'i düz, 5'i ise ters (1, 3, 8, 10, 11) olarak puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 16-80 arasında değişmektedir ve yüksek puanlar patolojik endişenin de arttığını göstermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Yılmaz ve arkadaşları (2008) tarafından yürütülmüştür. Yapılan çalışmada ölçeğin iki yarım güvenilirliği tüm ölçek için .91, test-tekrar test güvenilirlik katsayısının ise .88 olduğu belirlenmiştir.

Uyum geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan çalışmada (Yılmaz ve ark., 2008) ÜBÖ-30 toplam ve alt ölçek puanları ile Padua Envanteri-Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu, Sürekli Kaygı Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri ve Beck Depresyon

Envanteri arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. ÜBÖ-30'dan elde edilen toplam puanlar ile obsesif-kompulsif belirtiler ( $r = .49$ ), sürekli kaygı ( $r = .67$ ), anksiyete belirtileri ( $r = .43$ ) ve depresyon belirtileri ( $r = .46$ ) arasında görülen anlamlı ve pozitif yöndeki korelasyonlar PEEÖ'nün uyum geçerliğine işaret etmektedir.

### 2.3. İŞLEM

Çalışma için gerekli olan izinler Hacettepe Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı Başkanlığı'ndan ve Hacettepe Üniversitesi İlaç Dışı Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Ayrıca katılımcılardan da sözlü ve yazılı olarak izin alınmış, katılım sonrası süreçle ilgili de bilgilendirilmişlerdir. Bilgilendirilmiş Onam Formu Ek-7'de, Katılım Sonrası Bilgilendirme Formu ise Ek-8'de yer almaktadır. Araştırmaya dahil edilmek istenen katılımcılara uygulamaya başlamadan önce araştırma hakkında bilgi verilmiş ve aydınlatılmış onam formuyla izinleri alınmıştır. Katılımcılara ölçeklerin nasıl doldurulacağına ilişkin bilgi verilmiştir. Ölçekler, her katılımcıya farklı sırada verilmiştir. Demografik Bilgi Formu ve YBOKÖ araştırmacı tarafından, diğer ölçekler katılımcılar tarafından doldurulmuştur.



### 3. BULGULAR

Bulgular bölümü dört ana başlıktan oluşmaktadır. İlk bölümde, araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Korelasyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir. İkinci bölümde, düşünce eylem kaynaşmasının üst-bilişleri yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yürütülen Aşamalı (Stepwise) Regresyon Analizi sonuçları aktarılmıştır. Üçüncü bölümde öncelikle aracı değişken analizi yürütebilmek için karşılanması gereken ölçütlerin sınanmasına ilişkin Regresyon Analizi Sonuçlarına yer verilmiştir. Daha sonra ise şema alanları ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasında üst-bilişlerin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yürütülen Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları aktarılmıştır. Dördüncü bölümde ise obsesyon, kompulsiyon ve endişe ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı (mediator) rolünü belirlemek amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Verilerin analizi yapılmadan önce veri girişi kontrol edilmiştir. Gerekli düzeltmeler yapıldıktan sonra tüm değişkenlere ilişkin kayıp değer analizi yapılmış ve dağılım özellikleri incelenerek analize uygunlukları gözden geçirilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 1996). İlgili ölçeklerde %5 ve daha fazla veri kaybı tespit edildiğinde o ölçüme ait veriler analiz dışı bırakılmıştır. Analiz yapılmadan önce tek değişkenli aşırı değerler incelenmiş ve sürekli değişkenler için z değerleri hesaplanmıştır. Hesaplanan z değerlerinden  $\pm 3.29$  aralığı dışında kalan değerler araştırmadan çıkartılmıştır. Sürekli değişkenlerin normallik sayıltısını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Bütün değişkenlerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir.

#### 3.1. ÖLÇÜMLER ARASI KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Araştırma kapsamında incelenen erken dönem uyum bozucu şemalar, üst-bilişler ve düşünce eylem kaynaşması arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Tekniği kullanılmıştır. Öncelikle araştırma kapsamında uygulanan ölçeklerin toplam puanları arasındaki ilişki incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3.1.'de verilmiştir.

Tablo 3.1. Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5
<b>1. YBOKÖ</b>					
<b>Toplam</b>					
<b>2. YŞÖ</b>					
<b>Toplam</b>	.28**				
<b>3. ÜBÖ</b>					
<b>Toplam</b>	.24*	.73**			
<b>4. DEKÖ</b>					
<b>Toplam</b>	.19	.40**	.49**		
<b>5. PEEÖ</b>					
<b>Toplam</b>	.26*	.58**	.69**	.40**	

Not: YBOKÖ= Yale Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği, YŞÖ= Young Şema Ölçeği, ÜBÖ= Üst-Biliş Ölçeği, DEKÖ= Düşünce Eylem Kaynaşması Ölçeği, PEEÖ= Penn Eyalet Endişe Ölçeği.

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

Tablo 3.1.'de de görüldüğü gibi YBOKÖ toplam puanları, YŞÖ toplam puanları ( $r = .28$ ,  $p < .01$ ), ÜBÖ toplam puanları ( $r = .24$ ,  $p < .05$ ) ve PEEÖ toplam puanları ( $r = .26$ ,  $p < .05$ ) pozitif yönde ve anlamlı olarak ilişkilidir. Uygulanan ölçeklerden sadece DEKÖ toplam puanı ile YBKOÖ anlamlı bir ilişki göstermemektedir ( $p > .05$ ). YŞÖ toplam puanlarının ise uygulanan diğer ölçeklerle anlamlı ilişkisi olduğu görülmektedir. ÜBÖ toplam puanı ( $r = .73$ ,  $p < .01$ ), DEKÖ toplam puanı ( $r = .40$ ,  $p < .01$ ) ve PEEÖ toplam puanı ( $r = .58$ ,  $p < .01$ ) pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkisi olduğu belirlenmiştir. ÜBÖ toplam puanı da DEKÖ toplam puanı ( $r = .49$ ,  $p < .01$ ) ve PEEÖ toplam puanı ( $r = .69$ ,  $p < .01$ ) pozitif yönde anlamlı ilişkilidir. DEKÖ toplam puanının, PEEÖ toplam puanı ( $r = .40$ ,  $p < .01$ ) ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Şema alanları ile araştırma kapsamında uygulanan ölçeklerin alt ölçeklerinin ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.2.'de görülmektedir.

Tablo 3.2. Şema Alanları ile Alt Ölçekler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1.YBOKÖ Obsesyon Alt Ölçeği	-														
2.YBOKÖ Kompulsiyon Alt Ölçeği	.73**	-													
3.YŞÖ-Zedelenmiş Otonomi	.26*	.21*	-												
4.YŞÖ-Kopukluk	.39**	.23*	.71**	-											
5.YŞÖ-Yüksek Standartlar	.50**	.07	.39**	.40**	-										
6.YŞÖ-Zedelenmiş Sınırlar	.10	-.03	.26**	.39**	.50**	-									
7.YŞÖ-Diğeri Yönelimlilik	.35**	.11	.53**	.40**	.44**	.35**	-								
8.ÜBÖ- Olumlu İnançlar	.11	.24*	.42**	.37**	.33**	.18	.41**	-							
9.ÜBÖ- Olumsuz İnançlar	.26*	.18	.54**	.46**	.48**	.42**	.31**	.29**	-						
10.ÜBÖ- Bilişsel Güvensizlik	.22*	.28**	.55**	.44**	.13	.07	.33**	.35**	.37**	-					
11.ÜBÖ- Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	.08	.13	.54**	.51**	.54**	.46**	.43**	.53**	.64**	.33*	-				
12.ÜBÖ- Bilişsel Farkındalık	.03	-.01	.31**	.36**	.44**	.39**	.34**	.38**	.63**	.20	.52**	-			
13.DEKÖ- Olabilirlik	.07	.23*	.33**	.25*	.08	-.01	.37**	.36**	.21*	.35**	.44**	.18	-		
14.DEKÖ-Ahlak	.07	.23*	.42**	.29**	.19	.02	.45**	.39**	.34**	.40**	.45**	.21*	.83**	-	
15.PEEÖ	.31**	.19	.56**	.41**	.37**	.31**	.46**	.39**	.70**	.44**	.50**	.24*	.34**	.40**	-

\*p&lt; .05, \*\*p&lt; .01

Tablo 3.2'den de izlenebileceği gibi YBOKÖ-Obsesyon alt ölçeğinin şema alanlarından Zedelenmiş Sınırlar dışında diğer dört alanla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Buna göre Zedelenmiş Otonomi ( $r = .26, p < .05$ ), Kopukluk ( $r = .39, p < .01$ ), Yüksek Standartlar ( $r = .50, p < .01$ ) ve Diğer Yönelimlilik ( $r = .35, p < .01$ ) şema alanları ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. YBOKÖ-Kompulsiyon alt ölçeğinin ise sadece Zedelenmiş Otonomi ( $r = .21, p < .05$ ) ve Kopukluk ( $r = .23, p < .05$ ) şema alanları ile pozitif ve anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmektedir. ÜBÖ ve YBOKÖ alt ölçekleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise obsesyon alt ölçeğinin olumsuz inançlarla ( $r = .26, p < .05$ ) pozitif ve anlamlı bir ilişkisi bulunurken, kompulsiyon alt ölçeğinin ise olumlu inançlarla ( $r = .24, p < .05$ ) pozitif ve anlamlı bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra iki alt ölçek ile (YBOKÖ-Obsesyon alt ölçeği,  $r = .22, p < .05$ ; YBOKÖ-Kompulsiyon alt ölçeği,  $r = .28, p < .05$ ) bilişsel güvensizlik alt ölçeği arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

YBOKÖ'nin Obsesyon alt ölçeği ile DEKÖ'nün alt ölçekleri arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra YBOKÖ'nin Kompulsiyon alt ölçeği ile DEKÖ'nün alt ölçekleri olan DEK-Ahlak ve DEK- Olabilirlikle ( $r = .23, p < .05$ ) pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmektedir.

Son olarak, erken dönem uyum bozucu şemalar ile araştırma kapsamında uygulanan ölçeklerin alt ölçekleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları Tablo 3.3.'te görülmektedir.

Tablo 3.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Alt Ölçekler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	YBOKÖ- Obsesyon	YBOKÖ- Kompulsiyon	Olumlu İnançlar	Olumsuz İnançlar	Bilişsel Güvensizlik	Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	Bilişsel Farkındalık	DEKÖ- Olabilirlik	DEKÖ- Ahlak	PEEÖ
Duygusal Yoksunluk	.26*	.13	.16	.11	.22*	.23*	.17	.10	.13	.14
Başarısızlık	.21*	.22*	.23*	.34**	.58**	.34**	.12	.26	.30**	.31**
Karamsarlık	.26**	.13	.28**	.64**	.34**	.45**	.40**	.20*	.37**	.57**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.29**	.17	.36**	.52**	.42**	.46**	.41**	.17	.23*	.39**
Duyguları Bastırma	.29**	.25*	.30**	.36**	.22*	.35**	.25*	.14	.22*	.37**
Onay Arayıcılık	.07	.09	.30**	.43**	.12	.56**	.34**	.14	.25*	.34**
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.36**	.25*	.36**	.35**	.46**	.48**	.17	.31**	.30**	.49**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.10	-.03	.18	.42**	.07	.46**	.39**	-.01	.02	.31**
Kendini Feda	-.03	.04	.26**	.04	.23*	.14	.09	.26**	.35**	.22*
Terk Edilme	.18	.03	.30**	.37**	.26*	.46**	.31**	.22*	.32**	.28**
Cezalandırılma	.16	.14	.42**	.45**	.32**	.55**	.45**	.35**	.39**	.52**
Kusurluluk	.28**	.17	.29**	.37**	.47**	.50**	.24*	.36**	.32**	.33**
Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	.18	.10	.43**	.38**	.39**	.26**	.22*	.26*	.31*	.41**
Yüksek Standartlar	.08	.01	.24*	.35**	.08	.30**	.40**	-.04	.03	.28**

\*p &lt; .05, \*\*p &lt; .01

Tablo 3.3.’ten de izlenebileceği gibi YBOKÖ’nin Obsesyon alt ölçeği ile erken dönem uyum bozucu şemalardan Duygusal Yoksunluk ( $r = .26, p < .05$ ), Başarısızlık ( $r = .21, p < .05$ ), Karamsarlık ( $r = .26, p < .01$ ), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ( $r = .29, p < .01$ ), Duyguları Bastırma ( $r = .29, p < .01$ ), İç İç Geçme/Bağımlılık ( $r = .36, p < .01$ ) ve Kusurluluk ( $r = .28, p < .01$ ) ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkisi olduğu belirlenmiştir. YBOKÖ’nin Kompulsiyon alt ölçeği ile ise Başarısızlık ( $r = .22, p < .05$ ), Duyguları Bastırma ( $r = .25, p < .05$ ) ve İç İç Geçme/Bağımlılık ( $r = .25, p < .05$ ) arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

### **3.2. DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ÜST-BİLİŞLERİ YORDAMASINA İLİŞKİN REGRESYON ANALİZİ SONUÇLARI**

Düşünce eylem kaynaşması, DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin, üst-biliş faktörleri olan olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığı ne derece yordadığının ortaya konması amacıyla toplam beş adet aşamalı (stepwise) regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.4’te görülmektedir.

Tablo 3.4. Düşünce Eylem Kaynaşmasının Üst-bilişleri Yordamasına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
Olumlu inançlar	DEK-Ahlak	.39	4.13	.39	.15	.14	.000
Olumsuz inançlar	DEK-Ahlak	.34	3.52	.34	.12	.11	.001
Bilişsel güvensizlik	DEK-Ahlak	.40	4.23	.40	.16	.15	.000
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	DEK-Ahlak	.45	4.84	.45	.20	.19	.000
Bilişsel farkındalık	DEK-Ahlak	.21	2.05	.21	.04	.03	.043

Tablo 3.4'te de görüldüğü gibi olumlu inançların yordanan, düşünce eylem kaynaşmasının boyutları olan DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin yordayıcı değişken olduğu aşamalı regresyon analizi sonucuna göre DEK-Ahlakın ( $F_{(1,94)} = 17.09$ ,  $p = .000$ ) olumlu inançları anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Düşünce eylem kaynaşması varyansın %14'ünü açıklamaktadır. Buna göre DEK-Ahlak arttıkça olumlu inançların da artabileceği görülmüştür.

Olumsuz inançların yordanan, DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin yordayıcı değişken olduğu regresyon analizi sonucuna göre DEK-Ahlakın ( $F_{(1,94)} = 12.40$ ,  $p = .001$ ) olumsuz inançları anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %11'ini açıkladığı görülmektedir. Buna göre DEK-Ahlak arttıkça olumsuz inançların artabileceği saptanmıştır. Bilişsel güvensizliğin yordanan, DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin yordayıcı değişken olduğu regresyon analizi sonucuna göre ise DEK-Ahlakın ( $F_{(1,94)} = 17.91$ ,  $p = .000$ ) bilişsel güvensizliği anlamlı

düzeyde yordadığı belirlenmiştir. DEK-Ahlak varyansın %15'ini açıklamaktadır. Buna göre DEK-Ahlak arttıkça bilişsel güvensizliğin de artabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Düşünceleri kontrol ihtiyacının yordanan, DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin yordayıcı değişken olduğu regresyon analizinin sonucuna göre DEK-Ahlakın ( $F_{(1,94)} = 23.42$ ,  $p = .000$ ) düşünceleri kontrol ihtiyacını anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %19'unu açıkladığı belirlenmiştir. DEK-Ahlak arttıkça düşünceleri kontrol ihtiyacının da artabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bilişsel farkındalığın yordanan değişken olduğu regresyon analizi sonucuna göre ise DEK-Ahlakın ( $F_{(1,94)} = 4.19$ ,  $p = .043$ ) bilişsel farkındalığı anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %3'ünü açıkladığı görülmektedir. Buradan yola çıkarak DEK-Ahlak arttıkça bilişsel farkındalığın da artabileceği saptanmıştır.

Genel olarak analiz sonuçlarına bakıldığında düşünce eylem kaynaşmasının boyutlarından DEK-Ahlakın üst-biliş boyutlarının tümünü (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordadığı, buna karşılık, DEK-Olabilirliğin yordayıcı gücü olmadığı belirlenmiştir.

### **3.3. ŞEMA ALANLARI İLE OBSESYON, KOMPULSİYON VE ENDİŞE ARASINDA ÜST-BİLİŞLERİN ARACI (MEDIATOR) ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER**

Şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasında üst-bilişlerin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı (mediator) rolünün incelenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. YŞÖ'nün beş alt boyutu olan zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik yordayıcı değişkenler, YBOKÖ'nün obsesyon ve kompulsiyon alt boyutlarından alınan puanlar ve PEEÖ'den alınan toplam puanlar ise yordanan (criterion) değişkenler olarak alınmıştır. ÜBÖ'nün alt boyutları olan olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve



bilişsel farkındalık ise ileri sürülen aracı değişkenlerdir. Her bir regresyon analizinde, yordayan değişkenlerin beta değerlerindeki farkın ve aracı değişken ile yordanan değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlılığı incelenmiştir. Beta değerlerindeki azalmanın anlamlılık düzeyini belirlemek amacıyla Sobel testi kullanılmıştır (Kenny, Kashy ve Bolger, 1998).

Araştırmada ileri sürülen değişkenlerin aracı rolleri incelenirken dört ölçüt göz önünde bulundurulmaktadır (Baron ve Kenny, 1986). Buna göre:

1. Yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.
2. Yordayıcı değişken ile aracı değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.
3. Aracı değişken ile yordanan değişken arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır.
4. Aracı değişken yordayıcı değişken ile eş zamanlı olarak regresyon analizine girildiğinde daha önce yordayıcı ve yordanan değişken arasında var olan yordayıcılık ilişkisi anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır (Baron ve Kenny, 1986).

### **3.3.1. Aracı Değişken (Mediator) Analizinin İlk Üç Ölçütüne Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Baron ve Kenny'nin öne sürdüğü ölçütlerden ilkinin sınanmasına yönelik olarak regresyon analizleri yürütülmüştür. Bu doğrultuda şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) yordayıcı değişken, obsesyon, kompulsiyon ve endişe yordanan değişkenler olarak analize alınmıştır.

Öncelikle zedelenmiş otonomi şema alanının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığına yönelik analizler yürütülmüştür. Zedelenmiş otonomi şema alanının yordayıcı, obsesyon, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak alındığı regresyon analizi sonuçları Tablo 3.5'te görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Kopukluk şema alanının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığına belirlemek amacıyla regresyon analizleri yürütülmüştür. Kopukluk şema alanının yordayıcı, obsesyon, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.6'da görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Yüksek standartlar şema alanının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığına belirlemek amacıyla regresyon analizleri yürütülmüştür. Ancak yüksek standartlar şema alanının obsesyonları ( $R = .09$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = .77$ ,  $p = .382$ ) ve kompulsiyonları ( $R = .07$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .46$ ,  $p = .502$ ) yordamadığı saptanmıştır. Yüksek standartlar şema alanının yordayıcı, endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.7'de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Zedelenmiş sınırlar şema alanının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizleri sonuçlarına göre zedelenmiş sınırlar şema alanının obsesyonları ( $R = .10$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = .88$ ,  $p = .350$ ) ve kompulsiyonları ( $R = .03$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .07$ ,  $p = .786$ ) yordamadığı saptanmıştır. Zedelenmiş sınırlar şema alanının yordayıcı, endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.8'de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Diğeri yönelimlilik şema alanının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizleri sonuçlarına göre diğeri yönelimlilik şema alanının obsesyonları ( $R = .09$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = .66$ ,  $p = .418$ ) ve kompulsiyonları ( $R = .11$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = 1.19$ ,  $p = .278$ ) yordamadığı saptanmıştır. Diğeri yönelimlilik şema alanının yordayıcı, endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.9'da görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Aracı değişken analizinin yürütülmesi için gerekli olan ölçütlerden birincisine ait analizler özetlenecek olursa zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi yordarken, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik sadece endişeyi yordamaktadır. Analizlere ilişkin verilerin özeti Tablo 3.10'da verilmiştir.

Tablo 3.10. Aracı Değişken Analizinin Birinci Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti

Yordanan Değişken	Yordayıcı Şema Alanı
Obsesyon	Zedelenmiş otonomi
	Kopukluk
Kompulsiyon	Zedelenmiş otonomi
	Kopukluk
Endişe	Zedelenmiş otonomi
	Kopukluk
	Yüksek standartlar
	Zedelenmiş sınırlar
	Diğeri yönelimlilik

Baron ve Kenny'nin öne sürdüğü ölçütlerden ikincisinin sınanmasına yönelik olarak regresyon analizleri yürütülmüştür. Bu doğrultuda şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) yordayıcı değişken, düşünce eylem kaynaşması boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutları (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordanan değişkenler olarak analize dahil edilmiştir.

İlk olarak zedelenmiş otonomi şema alanının düşünce eylem kaynaşmasının boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.11'de verilmiştir (Bkz. Ek 9).

Kopukluk şema alanının düşünce eylem kaynaşmasının boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.12’de verilmiştir (Bkz. Ek 9).

Yüksek standartlar şema alanının düşünce eylem kaynaşmasının boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre yüksek standartlar şema alanının DEK-Ahlakı ( $R = .19$ ,  $R^2 = .04$ ,  $F_{(1,93)} = 3.47$ ,  $p = .065$ ) ve DEK-Olabilirliği ( $R = .08$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = .59$ ,  $p = .443$ ) ve üst-biliş boyutlarından biri olan bilişsel güvensizliği ( $R = .13$ ,  $R^2 = .02$ ,  $F_{(1,93)} = 1.52$ ,  $p = .221$ ) yordamadığı saptanmıştır. Yüksek standartlar şema alanının üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordama gücüne ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 3.13’te verilmiştir (Bkz. Ek 9).

Zedelenmiş sınırlar şema alanının düşünce eylem kaynaşmasının boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre zedelenmiş sınırlar şema alanının DEK-Ahlakı ( $R = .02$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .03$ ,  $p = .861$ ) ve DEK-Olabilirliği ( $R = .01$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .01$ ,  $p = .931$ ) ve üst-biliş boyutlarından olumlu inançlar ( $R = .18$ ,  $R^2 = .03$ ,  $F_{(1,93)} = 2.98$ ,  $p = .087$ ) ve bilişsel güvensizliği ( $R = .07$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .46$ ,  $p = .501$ ) yordamadığı saptanmıştır. Zedelenmiş sınırlar şema alanının üst-biliş boyutlarını (olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 3.14’te verilmiştir (Bkz Ek 9).

Diğeri yönelimlilik şema alanının düşünce eylem kaynaşmasının boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel

güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.15'te verilmiştir (Bkz. Ek 9).

Aracı değişken analizi yürütebilmek için gerekli olan ikinci ölçüte ilişkin analiz sonuçları Tablo 16'da özetlenmiştir.

Tablo 3.16. Aracı Değişken Analizinin İkinci Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>
DEK-Ahlak	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Diğeri yönelimlilik
DEK-Olabilirlik	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Diğeri yönelimlilik
Olumlu İnançlar	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Yüksek standartlar Diğeri yönelimlilik
Olumsuz İnançlar	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Yüksek standartlar Zedelenmiş sınırlar Diğeri yönelimlilik
Bilişsel Güvensizlik	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Diğeri yönelimlilik
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Yüksek standartlar Zedelenmiş sınırlar Diğeri yönelimlilik
Bilişsel Farkındalık	Zedelenmiş otonomi Kopukluk Yüksek standartlar Zedelenmiş sınırlar Diğeri yönelimlilik

Baron ve Kenny'nin öne sürdüğü ölçütlerden üçüncüsünün sınanmasına yönelik olarak regresyon analizleri yürütülmüştür. Bu doğrultuda düşünce eylem kaynaşması boyutları (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) ve üst-biliş boyutları (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordayıcı değişken, obsesyon, kompulsiyon ve endişe yordanan değişkenler olarak analize alınmıştır.

Öncelikle düşünce eylem kaynaşması boyutları ile yordanan değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Buradan yola çıkarak öncelikle DEK-Ahlakın obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığına belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizleri sonuçlarına göre DEK-Ahlakın obsesyonları ( $R = .07$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .46$ ,  $p = .499$ ) yordamadığı saptanmıştır. DEK-Ahlakın yordayıcı, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.17'de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

DEK-Olabilirliğin obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizleri sonuçlarına göre DEK-Olabilirliğin obsesyonları ( $R = .07$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .46$ ,  $p = .501$ ) yordamadığı saptanmıştır. DEK-Olabilirliğin yordayıcı, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.18'de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Üst-biliş boyutlarının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla ilk olarak olumlu inançların bağımlı değişkenleri ne derece yordadığına ilişkin regresyon analizleri yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre olumlu inançların obsesyonları ( $R = .11$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = 1.25$ ,  $p = .267$ ) yordamadığı saptanmıştır. Olumlu inançların yordayıcı, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.19'da görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Olumsuz inançların, obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığına ilişkin yürütülen regresyon analizi sonuçlarına göre olumsuz inançların kompulsiyonları ( $R = .18$ ,  $R^2 = .03$ ,  $F_{(1,93)} = 3.03$ ,  $p = .085$ ) yordamadığı saptanmıştır. Olumsuz inançların yordayıcı, obsesyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.20’de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Bilişsel güvensizliğin obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla regresyon analizleri yürütülmüştür. Bilişsel güvensizliğin yordayıcı, obsesyon, kompulsiyon ve endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.21’de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Düşünceleri kontrol ihtiyacının obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizleri sonuçlarına göre düşünceleri kontrol ihtiyacının obsesyonları ( $R = .08$ ,  $R^2 = .01$ ,  $F_{(1,93)} = .64$ ,  $p = .428$ ) ve kompulsiyonları ( $R = .13$ ,  $R^2 = .02$ ,  $F_{(1,93)} = 1.71$ ,  $p = .194$ ) yordamadığı saptanmıştır. Düşünceleri kontrol ihtiyacının yordayıcı, endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.22’de görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Bilişsel farkındalığın obsesyon, kompulsiyon ve endişeyi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizleri sonuçlarına göre bilişsel farkındalığın obsesyonları ( $R = .04$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .14$ ,  $p = .713$ ) ve kompulsiyonları ( $R = .01$ ,  $R^2 = .00$ ,  $F_{(1,93)} = .01$ ,  $p = .921$ ) yordamadığı saptanmıştır. Bilişsel farkındalığın yordayıcı, endişenin yordanan değişken olarak dahil edildiği regresyon analizi sonuçları Tablo 3.23’te görülmektedir (Bkz. Ek 9).

Aracı değişken analizi yürütebilmek için gereken üçüncü ölçüte yönelik yürütülen analiz sonuçları özetlenecek olursa olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizlik obsesyonları; DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik, olumlu inançlar ve bilişsel güvensizlik kompulsiyonları; DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik, olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik,

düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık endişeyi yordamaktadır. Analiz sonuçları Tablo 3.24'te verilmiştir.

Tablo 3.24. Aracı Değişken Analizinin Üçüncü Ölçütüne İlişkin Analizlerin Özeti

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı DEK ve Üst-biliş</b>
Obsesyon	Olumsuz inançlar
	Bilişsel güvensizlik
Kompulsiyon	DEK-Ahlak
	DEK-Olabilirlik
	Olumlu inançlar
	Bilişsel güvensizlik
Endişe	DEK-Ahlak
	DEK-Olabilirlik
	Olumlu inançlar
	Olumsuz inançlar
	Bilişsel güvensizlik
	Zedelenmiş sınırlar
	Diğeri yönelimlilik



### 3.3.2. Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Üst-Bilişlerin Aracı (Mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler

Baron ve Kenny'nin (1986) öne sürdüğü dört ölçüt göz önde bulundurularak şema alanları ile obsesyonlar arasında üst-bilişlerin aracı rolüne ilişkin analizler yürütülmüştür. Değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığını belirlemek için regresyon analizleri yapılmıştır. Ancak yapılan analizler sonucunda yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanlarının obsesyonları yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz bölüm 3.3.1). Ayrıca üst-biliş boyutlarından olumlu inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın obsesyonları yordamadığı saptanmıştır (Bkz bölüm 3.3.3). Bunun sonucunda aracı değişken analizi ölçütleri karşılanmadığı için analizlerde zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları yordayıcı değişken, obsesyonlar yordanan değişken ve olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizlik aracı değişken olarak analize dahil edilmiştir. İlk olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesine yönelik Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.25'te verilmiştir.

Tablo 3.25. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

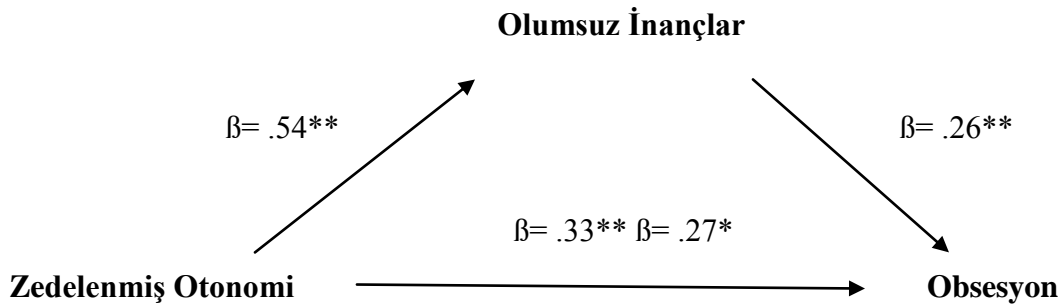
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.33	.11	.11	.33**	.33
2	Zedelenmiş otonomi	.34	.12	.01	.27*	.24
	Olumsuz İnançlar				.11	.10

\*p < .05, \*\*p < .01

Tablo 3.25'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin obsesyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir (R= .33, R<sup>2</sup>= .11, F<sub>(1,94)</sub>= 11.69, p = .001). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %11'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile

birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .34$ ,  $R^2 = .12$ ,  $F_{(1,93)} = 6.26$ ,  $p = .003$ ). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .33'ten ( $p < .001$ ) .27'ye ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.37$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %12 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.1'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.1. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.26'da verilmiştir.

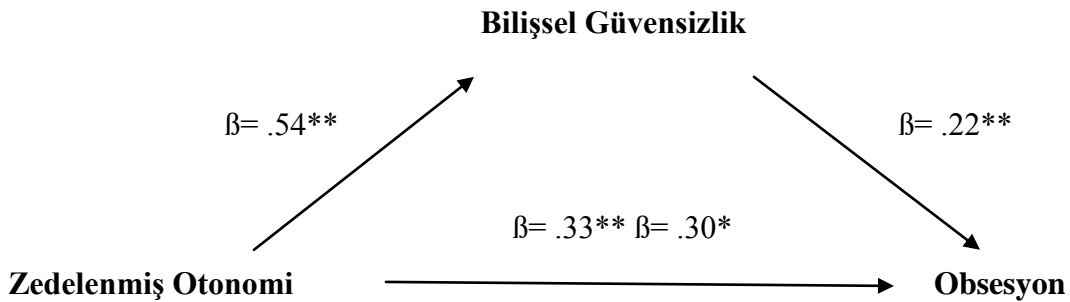
Tablo 3.26. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş otonomi	.33	.11	.11	.33**	.33
2	Zedelenmiş otonomi	.34	.11	.00	.30*	.26
	Bilişsel güvensizlik				.06	.05

\*p < .05, \*\*p<.01

Tablo 3.26’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin obsesyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir (R= .33, R<sup>2</sup>= .11, F<sub>(1,94)</sub>= 11.69, p = .001). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %11’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .34, R<sup>2</sup>= .11, F<sub>(1,93)</sub>=5.93, p = .004). İkinci blokta bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .33’ten (p < .01) .30’a (p < .05) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.29, p< .05.

Buradan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu saptanmıştır. Şekil 3.2’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.2. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.27’de verilmiştir.

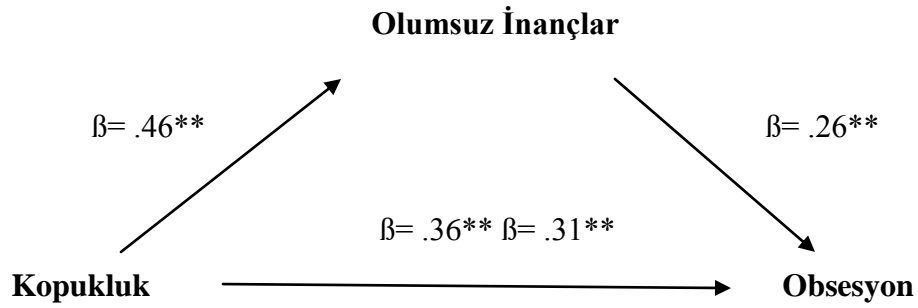
Tablo 3.27. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.36	.13	.13	.36*	.36
2	Kopukluk	.38	.14	.01	.31*	.29
	Olumsuz İnançlar				.12	.11

\*p<.01

Tablo 3.27’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin obsesyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir (R= .36, R<sup>2</sup>= .13, F<sub>(1,94)</sub>= 14.20, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %13’ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .38, R<sup>2</sup>= .14, F<sub>(1,93)</sub>=7.67, p = .001). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .36’dan (p < .001) .31’e (p < .01) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.28, p< .05. Açıklanan toplam varyans artarak %14 olmuştur.

Sonuç olarak kopukluk şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.3’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.3. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.28’de verilmiştir.

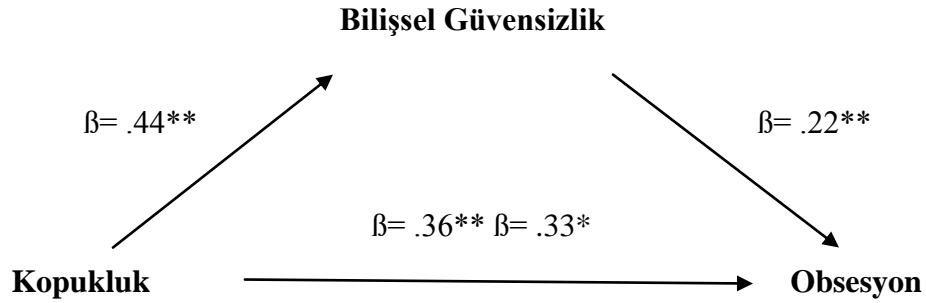
Tablo 3.28. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.36	.13	.13	.36*	.36
2	Kopukluk	.38	.14	.01	.33*	.30
	Bilişsel güvensizlik				.08	.08

\*p<.01

Tablo 3.28’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin obsesyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir (R= .36, R<sup>2</sup>= .13, F<sub>(1,94)</sub>= 14.20, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %13’ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .38, R<sup>2</sup>= .14, F<sub>(1,93)</sub>=7.67, p = .001). İkinci blokta bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .36’dan (p < .01) .33’e (p < .01) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.00, p< .05.

Kopukluk şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.4'te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.4. Kopukluk Şema Alanı ile Obsesyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Sonuç olarak zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanı ile obsesyonların arasındaki ilişkide, üst-biliş boyutları olan olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir.

### 3.3.3. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Üst-Bilişlerin Aracı (Mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler

Baron ve Kenny'nin (1986) öne sürdüğü dört ölçüt göz önde bulundurularak şema alanları ile kompulsiyonlar arasında üst-bilişlerin aracı rolüne ilişkin analizler yürütülmüştür. Değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığını belirlemek için regresyon analizleri yapılmıştır. Bu bölümde aktarılan analizlerde dördüncü ölçüt test edilmiştir. Son olarak da Sobel testiyle aracı değişkenin rolü değerlendirilmiştir.

Erken dönem uyum bozucu şema alanlarından öncelikle zedelenmiş otonomi ile kompulsiyonlar arasında üst-biliş boyutlarının aracı rolü olup olmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığına ilişkin analizler

yürütülmüş, bunun sonucunda da olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın kompulsiyonları yordamadığı belirlenmiştir (Bkz. Bölüm 3.2.3). Bu nedenle aracı değişken analizleri olumlu inançlar ve bilişsel güvensizlik değişkenleri ile yapılmıştır. İlk olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.29’da verilmiştir.

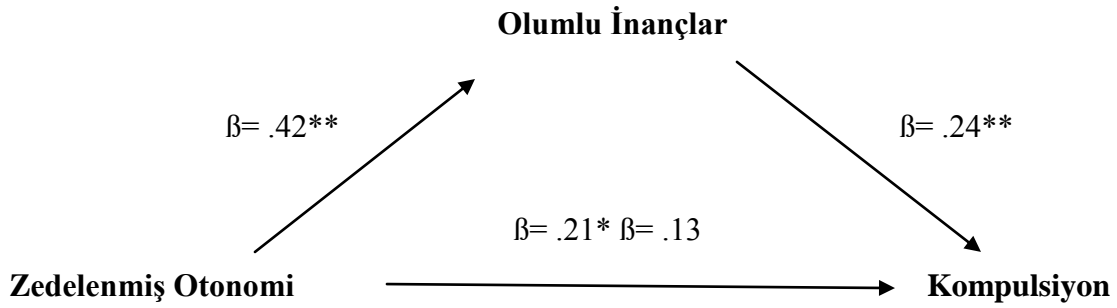
Tablo 3.29. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş otonomi	.21	.04	.04	.21*	.21
2	Zedelenmiş otonomi	.27	.07	.03	.13	.12
	Olumlu İnançlar				.19	.17

\*p < .05.

Tablo 3.29’da da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir (R= .21, R<sup>2</sup>= .04, F<sub>(1,94)</sub>= 4.37, p = .039). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %4’ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .27, R<sup>2</sup>= .07, F<sub>(1,93)</sub>=3.65, p = .03). İkinci blokta olumlu inançların eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .21’den (p < .05) .13’e (p > .05) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.13, p < .05. Açıklanan toplam varyans artarak %7 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.5’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.5. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün olup olmadığını belirleyebilmek amacıyla yürütülen Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.30’da verilmiştir.

Tablo 3.30. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.21	.04	.04	.21*	.21
2	Zedelenmiş otonomi	.29	.08	.04	.08	.07
	Bilişsel güvensizlik				.23*	.20

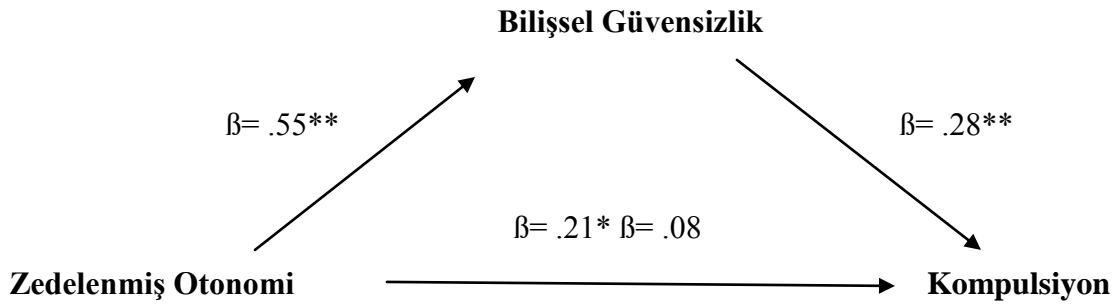
\*p < .05.

Tablo 3.30’da da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır (R= .21, R<sup>2</sup>= .04, F<sub>(1,94)</sub>= 4.37, p = .039). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %4’ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .29, R<sup>2</sup>= .08, F<sub>(1,93)</sub>= 4.18, p = .018). İkinci blokta denkleme bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta



değerinde .21'den ( $p < .05$ ) .08'e ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z=2.57$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %8 olmuştur.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.6'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.6. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.31'de verilmiştir.

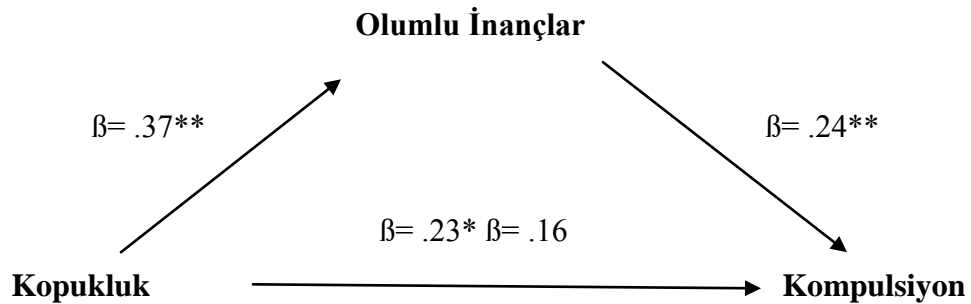
Tablo 3.31. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.23	.05	.05	.23*	.23
2	Kopukluk	.29	.08	.03	.16	.16
	Olumlu İnançlar				.18	.17

\* $p < .05$ .

Tablo 3.31’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir ( $R = .23$ ,  $R^2 = .05$ ,  $F_{(1,94)} = 5.22$ ,  $p = .025$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %5’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Kopukluk şema alanı ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .29$ ,  $R^2 = .08$ ,  $F_{(1,93)} = 4.11$ ,  $p = .02$ ). İkinci blokta denkleme olumlu inançların eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .23’ten ( $p < .001$ ) .16’ya ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.04$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %8 olmuştur.

Bunun sonucunda kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu saptanmıştır. Şekil 3.7’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.7. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün olup olmadığını belirleyebilmek amacıyla yürütülen Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.32’de verilmiştir.

Tablo 3.32. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Kopukluk	.23	.05	.05	.23*	.23
2	Kopukluk	.30	.09	.04	.13	.12
	Bilişsel güvensizlik				.22*	.20

\*p < .05.

Tablo 3.32’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .23$ ,  $R^2 = .05$ ,  $F_{(1,94)} = 5.22$ ,  $p = .025$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %5’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Kopukluk şema alanı ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .30$ ,  $R^2 = .09$ ,  $F_{(1,93)} = 4.65$ ,  $p = .048$ ). İkinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte kopukluk değişkeninin açıkladığı Beta değerinde .23’ten ( $p < .05$ ) .13’e ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.42$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %9 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.8’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.8. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanı ile kompulsiyonlar arasında üst-bilişlerin aracı rolünü belirlemek amacıyla değişkenlerin ölçütleri karşılayıp karşılamadığına bakılmış, bunun sonucunda da bu üç şema alanının kompulsiyonları yordamadığı belirlenmiştir (Bkz. Bölüm 3.2.1). Bu nedenle aracı değişken analizleri yapılamamıştır.

Yapılan analiz sonuçları genel olarak değerlendirilecek olursa zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu saptanmıştır.

### 3.3.4. Şema Alanları ile Endişe Arasında Üst-Bilişlerin Aracı (mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler

Şema alanları ile endişe arasında üst-bilişlerin aracı rolüne ilişkin analizler yürütülmüştür. Değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığını belirlemek amacıyla regresyon analizleri yapılmıştır. Bu bölümde aktarılan analizlerde dördüncü ölçüt test edilmiştir. Son olarak da Sobel testiyle aracı değişkenin rolü değerlendirilmiştir.

İlk olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.33'te verilmiştir.

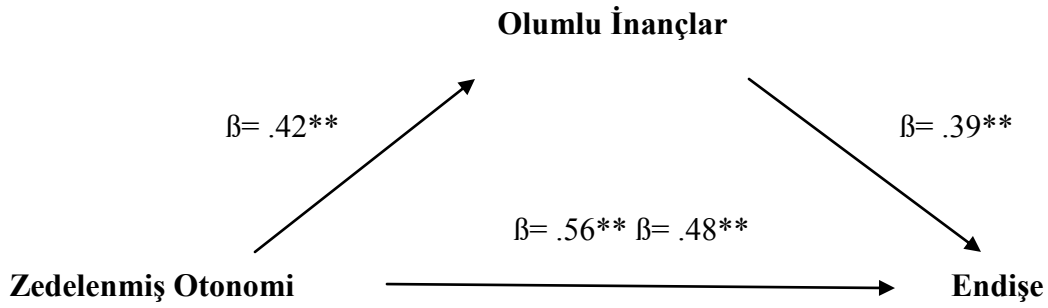
Tablo 3.33. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşamaları</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56**	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.58	.34	.03	.48**	.47
	Olumlu inançlar				.19*	.20

\*p < .05. \*\*p < .01.

Tablo 3.33'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .56, R<sup>2</sup>= .31 F<sub>(1,94)</sub>= 41.93, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .58, R<sup>2</sup>= .34, F<sub>(1,93)</sub>= 23.60, p = .050). İkinci blokta olumlu inançlar değişkeninin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi değişkeninin açıkladığı Beta değerinde .56'dan (p< .01) .48'e (p< .01) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 3.00, p< .01. Açıklanan toplam varyans artarak %34 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.9'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.9. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.34'te verilmiştir.

Tablo 3.34. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

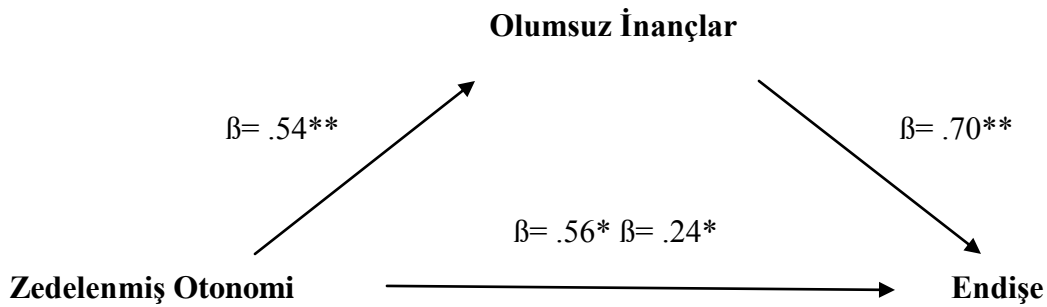
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56*	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.73	.54	.23	.24*	.29
	Olumsuz inançlar				.57*	.57

\* p < .01

Tablo 3.34'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .56, R<sup>2</sup>= .31, F<sub>(1,94)</sub>= 41.93, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .73, R<sup>2</sup>= .54, F<sub>(1,93)</sub>= 53.87, p = .000). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .56'dan (p < .05) .24'e (p < .05) anlamlı

bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z= 4.60$ ,  $p< .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %54 olmuştur.

Bunun sonucunda zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.10'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.10. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.35'te verilmiştir.

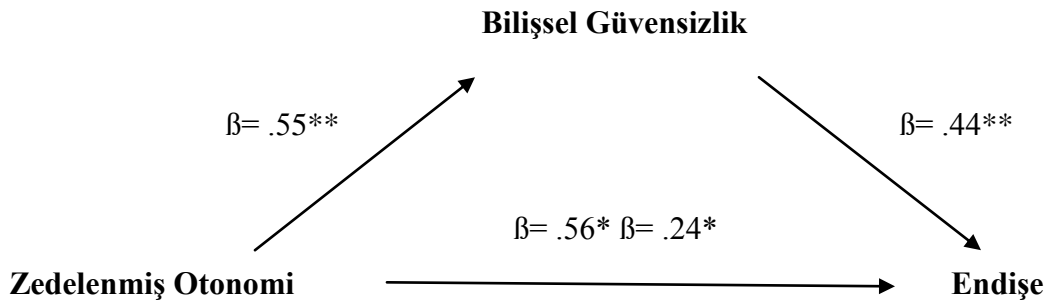
Tablo 3.35. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56*	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.58	.33	.02	.45*	.42
	Bilişsel güvensizlik				.19	.19

\*  $p < .01$

Tablo 3.35'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .56$ ,  $R^2 = .31$ ,  $F_{(1,94)} = 41.93$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .58$ ,  $R^2 = .33$ ,  $F_{(1,93)} = 23.28$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde  $.56$ 'dan ( $p < .05$ )  $.45$ 'e ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.78$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %33 olmuştur.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.11'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.11. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.36'da verilmiştir.



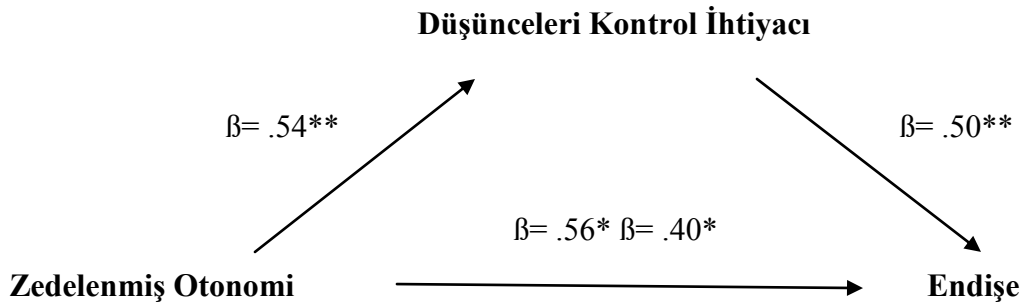
Tablo 3.36. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56*	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.61	.37	.06	.40*	.39
	Düşünceleri kontrol ihtiyacı				.29*	.29

\*  $p < .01$

Tablo 3.36’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .56$ ,  $R^2 = .31$ ,  $F_{(1,94)} = 41.93$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacı değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte düşünceleri kontrol ihtiyacının bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .61$ ,  $R^2 = .37$ ,  $F_{(1,93)} = 26.99$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacının eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .56’dan ( $p < .05$ ) .40’a ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 4.13$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %37 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.12’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.12. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.37’de verilmiştir.

Tablo 3.37. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

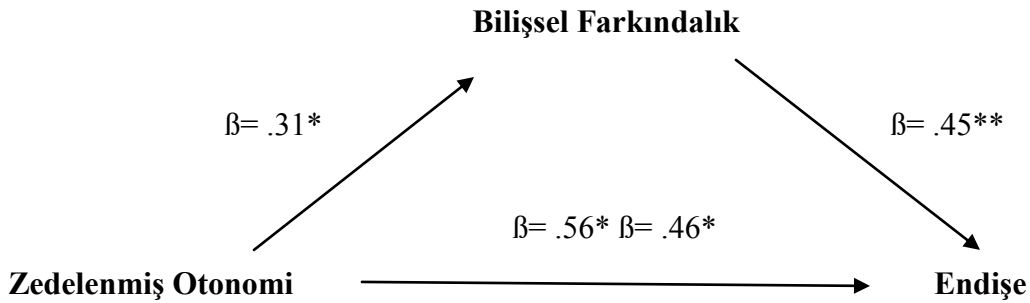
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56*	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.63	.40	.09	.46*	.49
	Bilişsel farkındalık				.31*	.36

\* p < .01

Tablo 3.37’de de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .56, R<sup>2</sup>= .31, F<sub>(1,94)</sub>= 41.93, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel farkındalık değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte bilişsel farkındalığın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .63, R<sup>2</sup>= .40, F<sub>(1,93)</sub>= 30.61, p = .000). İkinci blokta bilişsel farkındalığın eklenmesi sonucunda zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .56’dan (p < .05)

.46'ya ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.64$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %40 olmuştur.

Sonuç olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.13'te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.13. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.38'de verilmiştir.

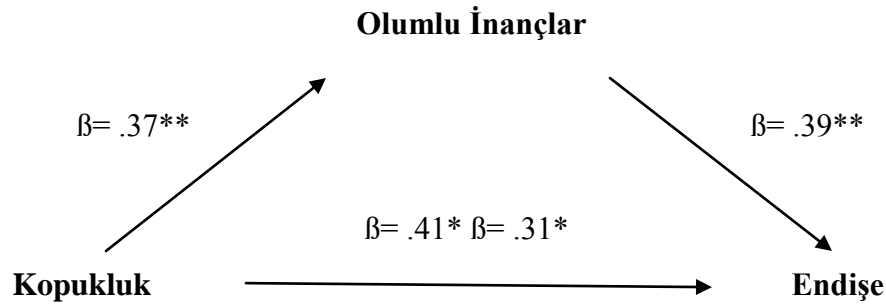
Tablo 3.38. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.48	.23	.07	.31*	.31
	Olumlu inançlar				.27*	.28

\*  $p < .01$

Tablo 3.38’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .41$ ,  $R^2 = .17$ ,  $F_{(1,94)} = 18.56$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .48$ ,  $R^2 = .23$ ,  $F_{(1,93)} = 13.86$ ,  $p = .006$ ). İkinci blokta olumlu inançların eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde  $.41$ ’den ( $p < .05$ )  $.31$ ’e ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.00$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %23 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.14’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.14. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.39’da verilmiştir.

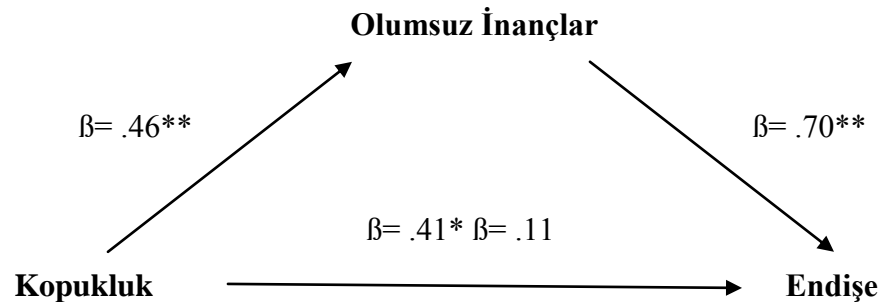
Tablo 3.39. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.71	.50	.34	.11	.13
	Olumsuz inançlar				.66*	.64

\* p < .01

Tablo 3.39’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .41, R<sup>2</sup>= .17, F<sub>(1,94)</sub>= 18.56, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .71, R<sup>2</sup>= .50, F<sub>(1,93)</sub>= 47.15, p = .000). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41’den (p < .05) .11’e (p > .05) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 4.44, p< .001. Açıklanan toplam varyans artarak %50 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu saptanmıştır. Şekil 3.15’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.15. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.40'ta verilmiştir.

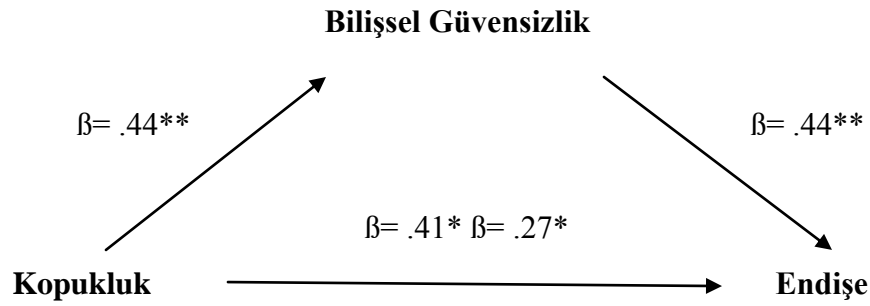
Tablo 3.40. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşamaları	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.50	.25	.08	.27*	.26
	Bilişsel güvensizlik				.32*	.31

\*  $p < .01$

Tablo 3.40'ta görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .41$ ,  $R^2 = .17$ ,  $F_{(1,94)} = 18.56$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17'sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .50$ ,  $R^2 = .25$ ,  $F_{(1,93)} = 15.25$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41'den ( $p < .05$ ) .27'ye ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.35$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %25 olmuştur.

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.16'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.16. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.41’de verilmiştir.

Tablo 3.41. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

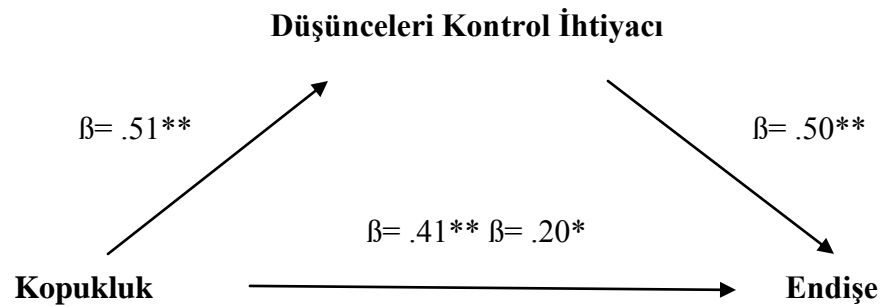
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41**	.41
2	Kopukluk	.53	.28	.12	.20*	.20
	Düşünceleri kontrol ihtiyacı				.40**	.38

\*p < .05. \*\* p < .01

Tablo 3.41’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .41, R<sup>2</sup>= .17, F<sub>(1,94)</sub>= 18.56, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacı değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte düşünceleri kontrol ihtiyacının bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .53, R<sup>2</sup>= .28, F<sub>(1,93)</sub>= 18.34, p = .000). İkinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacının eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41’den (p < .001)

.20'ye ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z= 4.01$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %28 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.17'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.17. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.42'de verilmiştir.

Tablo 3.42. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

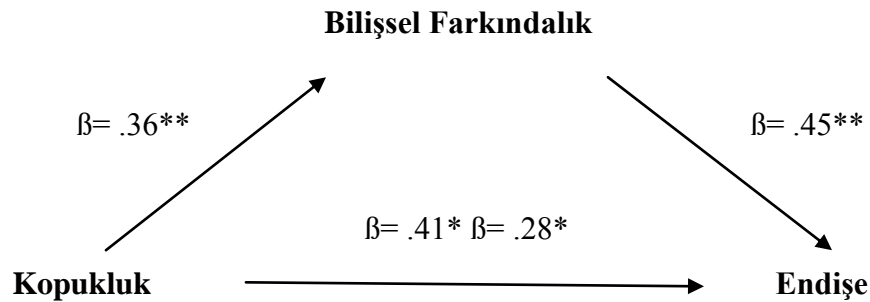
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.52	.27	.11	.28*	.29
	Bilişsel farkındalık				.35*	.36

\*  $p < .01$



Tablo 3.42’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .41$ ,  $R^2 = .17$ ,  $F_{(1,94)} = 18.56$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel farkındalık değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte bilişsel farkındalığın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .52$ ,  $R^2 = .27$ ,  $F_{(1,93)} = 17.52$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel farkındalığın eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41’den ( $p < .05$ ) .27’ye ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.99$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %27 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.18’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.18. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.43’te verilmiştir.

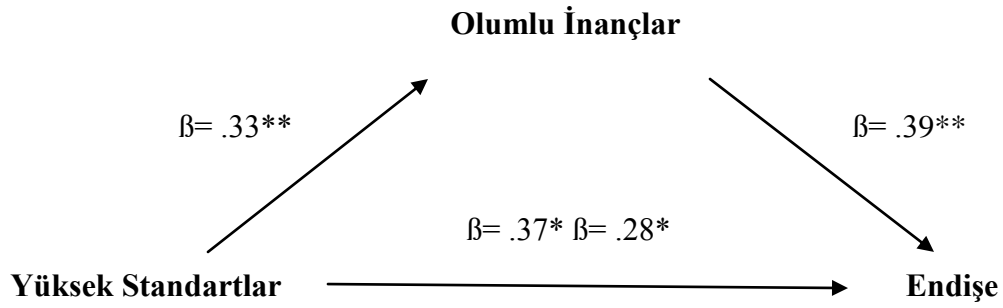
Tablo 3.43. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Yüksek standartlar	.37	.14	.14	.37*	.37
2	Yüksek standartlar	.47	.22	.08	.28*	.37
	Olumlu inançlar				.29*	.39

\* p < .01

Tablo 3.43'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen yüksek standartlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .37$ ,  $R^2 = .14$ ,  $F_{(1,94)} = 15.17$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %14'ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Yüksek standartlar ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .47$ ,  $R^2 = .22$ ,  $F_{(1,93)} = 12.80$ ,  $p = .003$ ). İkinci blokta olumlu inançların eklenmesiyle birlikte yüksek standartlar şema alanının beta değerinde .37'den ( $p < .05$ ) .08'e ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.61$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %22 olmuştur.

Buradan yola çıkarak yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.19'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.19. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.44'te verilmiştir.

Tablo 3.44. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

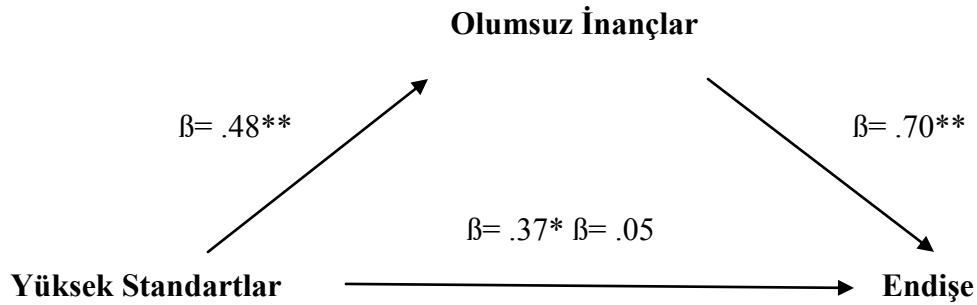
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Yüksek standartlar	.37	.14	.14	.37*	.37
2	Yüksek standartlar	.70	.50	.36	.05	.06
	Olumsuz inançlar				.68*	.64

\* p < .01

Tablo 3.44'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen yüksek standartlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .37, R<sup>2</sup>= .14, F<sub>(1,94)</sub>= 15.17, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %14'ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Yüksek standartlar ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .70, R<sup>2</sup>= .50, F<sub>(1,93)</sub>= 45.85, p = .000). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte yüksek standartlar şema alanının beta değerinde .37'den (p < .05) .05'e (p > .05) anlamlı bir düşüş

olduğu görülmektedir, Sobel  $z= 4.60$ ,  $p< .001$ . Açıklanan toplam varyans artarak %50 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.20’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.20. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasında bilişsel güvensizliğin aracı rolünün araştırılması amacıyla yapılan analizler sonucunda yüksek standartlar şema alanının bilişsel güvensizliği yordamadığı belirlenmiştir (Bkz. Bölüm 3.2.2). Bunu sonucunda analizler sürdürülmemiştir.

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.45’te verilmiştir.

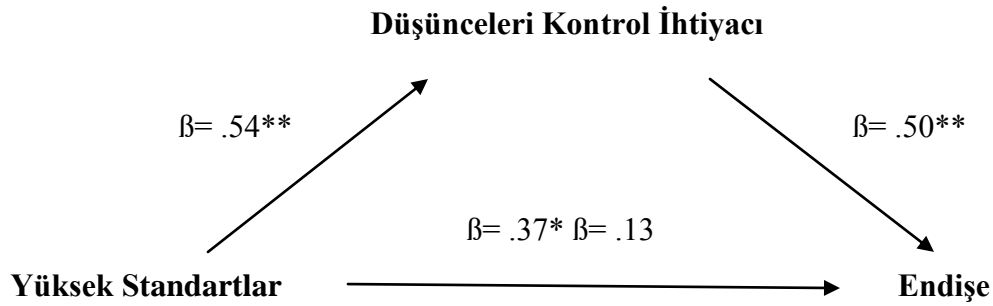
Tablo 3.45. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Yüksek standartlar	.37	.14	.14	.37*	.37
2	Yüksek standartlar	.52	.27	.13	.14	.14
	Düşünceleri Kontrol İhtiyacı				.43*	.39

\*  $p < .01$

Tablo 3.45'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen yüksek standartlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .37$ ,  $R^2 = .14$ ,  $F_{(1,94)} = 15.17$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %14'ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacı değişkeni girilmiştir. Yüksek standartlar ile birlikte düşünceleri kontrol ihtiyacının bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .52$ ,  $R^2 = .27$ ,  $F_{(1,93)} = 16.88$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacının eklenmesiyle birlikte yüksek standartlar şema alanının beta değerinde .37'den ( $p < .05$ ) .14'e ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 4.18$ ,  $p < .001$ . Açıklanan toplam varyans artarak %27 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.21'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.21. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.46’da verilmiştir.

Tablo 3.46. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

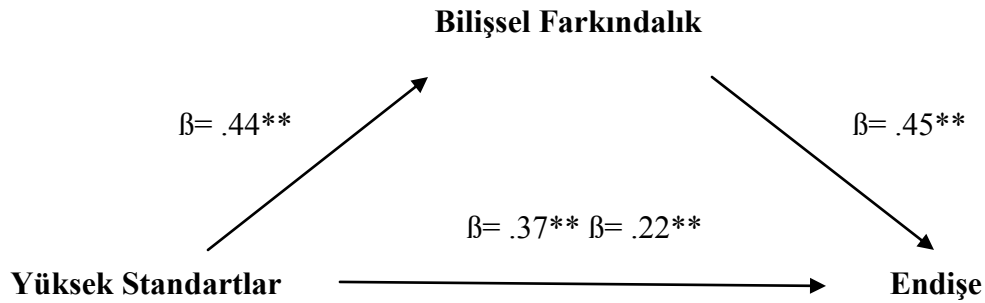
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Yüksek standartlar	.37	.14	.14	.37**	.37
2	Yüksek standartlar	.49	.24	.10	.22*	.22
	Bilişsel farkındalık				.36**	.35

\*p < .05. \*\* p < .01

Tablo 3.46’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen yüksek standartlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .37, R<sup>2</sup>= .14, F<sub>(1,94)</sub>= 15.17, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %14’ünü açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel farkındalık değişkeni girilmiştir. Yüksek standartlar ile birlikte bilişsel farkındalığın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .49, R<sup>2</sup>= .24, F<sub>(1,93)</sub>= 14.96, p = .001). İkinci blokta bilişsel farkındalığın eklenmesiyle birlikte yüksek standartlar şema alanının beta değerinde .37’den (p < .001) .22’ye (p < .05) anlamlı

bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z= 3.41$ ,  $p< .001$ . Açıklanan toplam varyans artarak %24 olmuştur.

Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.22’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.22. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasında olumlu inançların ve bilişsel güvensizliğin aracı rolünün araştırılması amacıyla yapılan analizler sonucunda zedelenmiş sınırlar şema alanının olumlu inançları ve bilişsel güvensizliği yordamadığı belirlenmiştir (Bkz. Bölüm 3.2.2). Bunu sonucunda analizler sürdürülmemiştir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.47’de verilmiştir.

Tablo 3.47. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

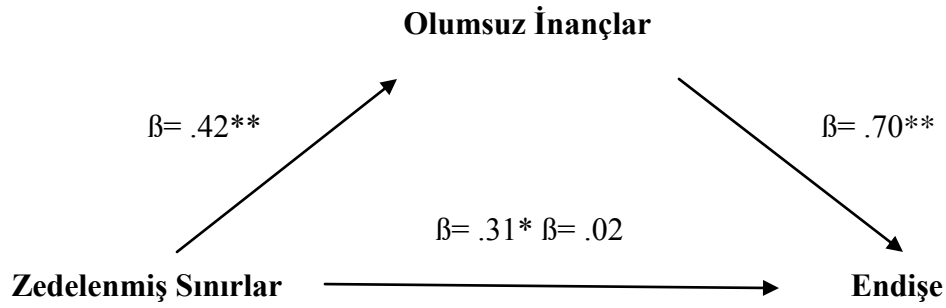
<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş sınırlar	.32	.10	.10	.31*	.31
2	Zedelenmiş sınırlar	.71	.50	.40	.02	.03
	Olumsuz İnançlar				.69*	.66

\* p < .01

Tablo 3.47’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş sınırlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .32$ ,  $R^2 = .10$ ,  $F_{(1,94)} = 10.18$ ,  $p = .002$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %10’unu açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş sınırlar ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .71$ ,  $R^2 = .50$ ,  $F_{(1,93)} = 45.58$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta olumsuz inançların eklenmesiyle birlikte zedelenmiş sınırlar şema alanının beta değerinde .31’den ( $p < .05$ ) .02’ye ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 4.05$ ,  $p < .001$ . Açıklanan toplam varyans artarak %50 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.23’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.





Şekil 3.23. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.48’de verilmiştir.

Tablo 3.48. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

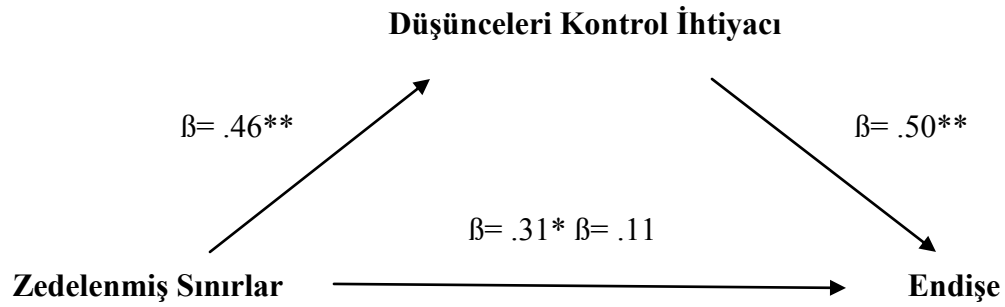
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş sınırlar	.32	.10	.10	.31*	.31
2	Zedelenmiş sınırlar	.51	.26	.16	.11	.11
	Düşünceleri kontrol ihtiyacı				.45*	.50

\* p < .01

Tablo 3.48’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş sınırlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .32, R<sup>2</sup>= .10, F<sub>(1,94)</sub>= 10.18, p = .002). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %10’unu açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacı değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş sınırlar ile birlikte düşünceleri kontrol ihtiyacının bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .51, R<sup>2</sup>= .26, F<sub>(1,93)</sub>= 16.41, p = .000). İkinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacının eklenmesiyle birlikte zedelenmiş sınırlar şema alanının beta değerinde .31’den

( $p < .05$ ) .11'e ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.71$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %26 olmuştur.

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.24'te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.24. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.49'da verilmiştir.

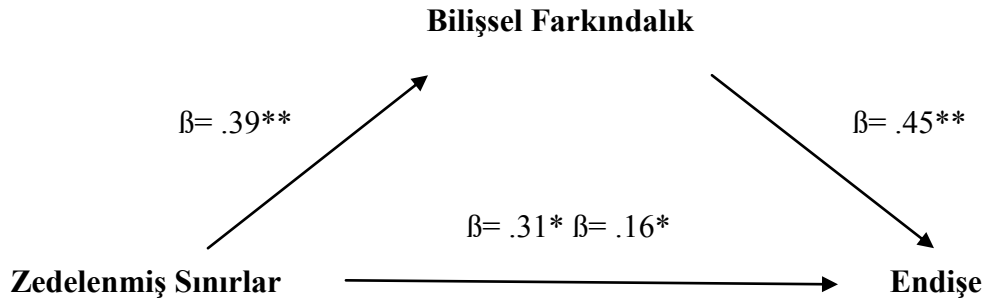
Tablo 3.49. Yüksek Standartlar Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş sınırlar	.32	.10	.10	.31*	.31
2	Zedelenmiş sınırlar	.48	.23	.13	.16*	.17
	Bilişsel farkındalık				.39*	.38

\*  $p < .01$

Tablo 3.49’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş sınırlar değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .32$ ,  $R^2 = .10$ ,  $F_{(1,94)} = 10.18$ ,  $p = .002$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %10’unu açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel farkındalık değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş sınırlar ile birlikte bilişsel farkındalığın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .48$ ,  $R^2 = .23$ ,  $F_{(1,93)} = 13.77$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel farkındalığın eklenmesiyle birlikte zedelenmiş sınırlar şema alanının beta değerinde .31’den ( $p < .05$ ) .16’ya ( $p < .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.13$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %23 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.25’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.25. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.50’de verilmiştir.

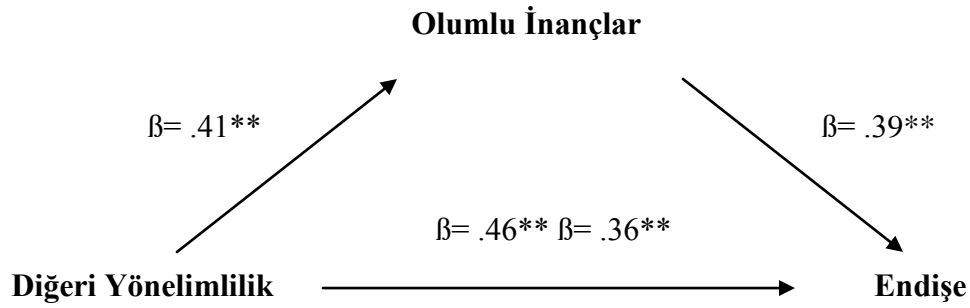
Tablo 3.50. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Diğeri yönelimlilik	.46	.21	.21	.46**	.46
2	Diğeri yönelimlilik	.50	.26	.05	.36**	.35
	Olumlu inançlar				.24*	.24

\*p < .05. \*\* p < .01

Tablo 3.50’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .46$ ,  $R^2 = .21$ ,  $F_{(1,94)} = 24.77$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %21’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumlu inançlar değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik ile birlikte olumlu inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .50$ ,  $R^2 = .26$ ,  $F_{(1,93)} = 15.93$ ,  $p = .018$ ). İkinci blokta olumlu inançların eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .46’dan ( $p < .001$ ) .36’ya ( $p < .001$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.98$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %26 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançların aracı rolü olduğu saptanmıştır. Şekil 3.26’da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.26. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumlu İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.51’de verilmiştir.

Tablo 3.51. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

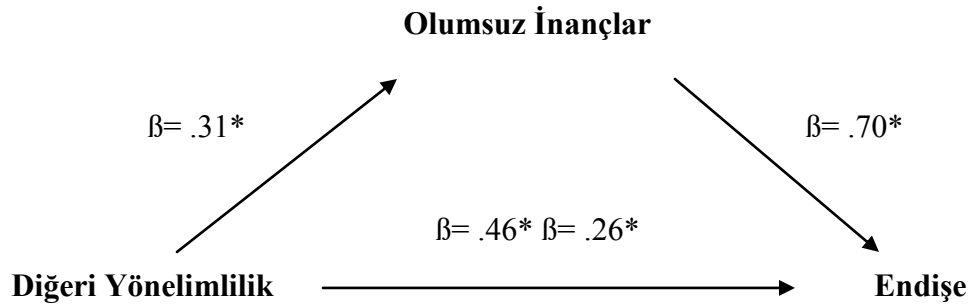
<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Diğeri yönelimlilik	.46	.21	.21	.46*	.46
2	Diğeri yönelimlilik	.75	.56	.26	.26*	.35
	Olumsuz inançlar				.62*	.66

\* $p < .01$ .

Tablo 3.51’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .46$ ,  $R^2 = .21$ ,  $F_{(1,94)} = 24.77$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %21’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta olumsuz inançlar değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik şema alanı ile birlikte olumsuz inançların bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .75$ ,  $R^2 = .56$ ,  $F_{(1,93)} = 58.42$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta olumsuz inançlar değişkeninin eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik değişkeninin açıkladığı Beta değerinde .46’dan

( $p < .01$ ) .26'ya ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.03$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %56 olmuştur.

Buradan yola çıkarak diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançların aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.27'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.27. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Olumsuz İnançların Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.52'de verilmiştir.

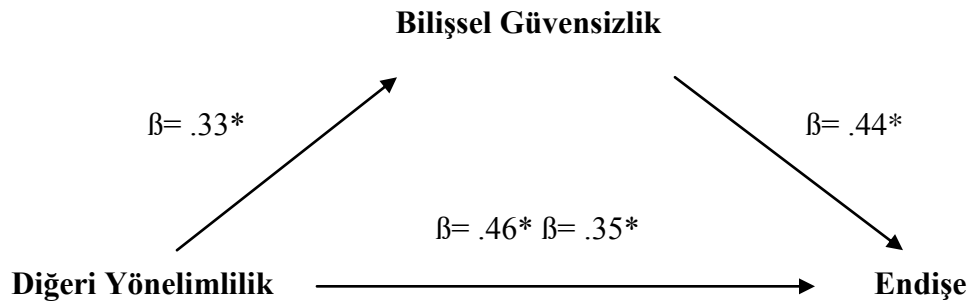
Tablo 3.52. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Diğeri yönelimlilik	.46	.21	.21	.46*	.46
2	Diğeri yönelimlilik	.55	.30	.09	.35*	.37
	Bilişsel güvensizlik				.32*	.34

\*  $p < .01$

Tablo 3.52’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .46$ ,  $R^2 = .21$ ,  $F_{(1,94)} = 24.77$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %21’ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel güvensizlik değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik ile birlikte bilişsel güvensizliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .55$ ,  $R^2 = .30$ ,  $F_{(1,93)} = 19.91$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel güvensizliğin eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .46’dan ( $p < .001$ ) .35’e ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.76$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %30 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.28’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.28. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Güvensizliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.53’te verilmiştir.

Tablo 3.53. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

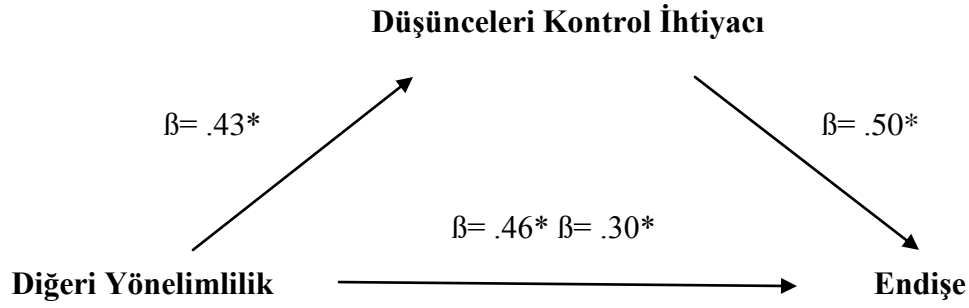
<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Diğeri yönelimlilik	.46	.21	.21	.46*	.46
2	Diğeri yönelimlilik	.57	.32	.11	.30*	.31
	Düşünceleri Kontrol İhtiyacı				.38*	.38

\*  $p < .01$

Tablo 3.53'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .46$ ,  $R^2 = .21$ ,  $F_{(1,94)} = 24.77$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %21'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacı değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik ile birlikte düşünceleri kontrol ihtiyacının bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .57$ ,  $R^2 = .32$ ,  $F_{(1,93)} = 22.16$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta düşünceleri kontrol ihtiyacının eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .46'dan ( $p < .001$ ) .30'a ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.58$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %32 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünceleri kontrol ihtiyacının aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.29'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.





Şekil 3.29. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.54'te verilmiştir.

Tablo 3.54. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

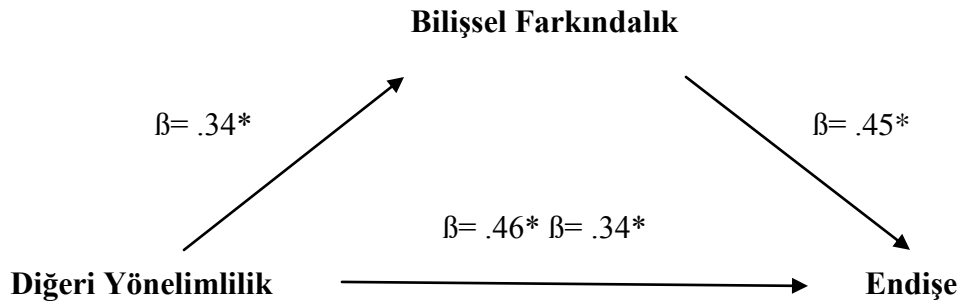
<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Diğeri yönelimlilik	.46	.21	.21	.46*	.46
2	Diğeri yönelimlilik	.56	.31	.10	.34*	.36
	Bilişsel farkındalık				.34*	.36

\*  $p < .01$

Tablo 3.54'te görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .46$ ,  $R^2 = .21$ ,  $F_{(1,94)} = 24.77$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %21'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta bilişsel farkındalık değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik ile birlikte bilişsel farkındalığın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .56$ ,  $R^2 = .31$ ,  $F_{(1,93)} = 20.80$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta bilişsel farkındalığın eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .46'dan ( $p < .001$ ) .34'e ( $p < .01$ ) anlamlı bir

düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z= 2.87$ ,  $p< .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %31 olmuştur.

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.30'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.30. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında Bilişsel Farkındalığın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yapılan analizler genel olarak değerlendirildiğinde zedelenmiş otonomi ile endişe arasındaki ilişkide üst-biliş boyutlarından olumlu inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide ise üst-biliş boyutlarının hepsinin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü olduğu saptanmıştır. Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide üst-biliş boyutlarından olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Son olarak zedelenmiş sınırlar ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

### **3.4. ŞEMA ALANLARI İLE OBSESYON, KOMPULSİYON VE ENDİŞE ARASINDA DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ARACI (MEDIATOR) ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN ANALİZLER**

#### **3.4.1 Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı (mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler**

Baron ve Kenny'nin (1986) öne sürdüğü dört ölçüt göz önünde bulundurularak şema alanları ile obsesyonlar arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolüne ilişkin analizler yürütülmüştür. Değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığını belirlemek için regresyon analizleri yapılmıştır. Ancak yapılan analizler sonucunda düşünce eylem kaynaşmasının boyutları olan DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin obsesyonları yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Bölüm 3.3.3). Gerekli ölçütlerin karşılanmaması nedeniyle aracı değişken analizleri sürdürülmemiştir.

#### **3.4.2. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı (mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler**

Şema alanları ile kompulsiyonlar arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolüne ilişkin analizleri yürütebilmek için gerekli olan ölçütlerin karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir. Analize alınan değişkenlere bakıldığında; YŞÖ'den alınan puanlar yordayıcı değişken, YBOKÖ'nün kompulsiyon alt ölçeğinden alınan toplam puan ise yordanan (criterion) değişken olarak tanımlanmıştır. DEKÖ'den alınan puanlar ise ileri sürülen aracı değişkendir. Öncelikle değişkenler arasındaki ilişkiye bakılmış, bu doğrultuda yordayıcı değişkenler olan şema alanları ve düşünce eylem kaynaşması ile yordanan değişken olan kompulsif belirtiler arasındaki ilişki incelenmiştir.

İlk olarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.55’te verilmiştir.

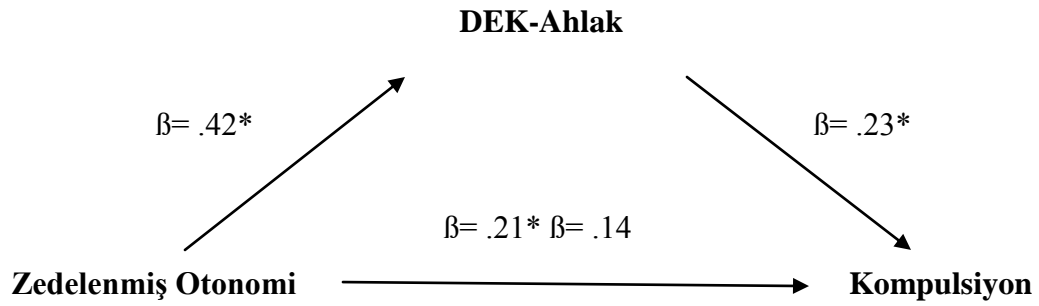
Tablo 3.55. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Zedelenmiş otonomi	.21	.04	.04	.21*	.21
2	Zedelenmiş otonomi	.27	.07	.03	.14	.13
	DEK-Ahlak				.18	.17

\*p < .05.

Tablo 3.55’te de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .21, R<sup>2</sup>= .04 F<sub>(1,94)</sub>= 4.37, p = .039). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %4’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Denkleme ikinci blokta DEK-Ahlak değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte DEK-Ahlakın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .27, R<sup>2</sup>= .07, F<sub>(1,93)</sub>= 3.52, p = .033). İkinci blokta DEK-Ahlakın eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .21’den (p < .05) .14’e (p > .05) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.07, p< .05. Açıklanan toplam varyans artarak %7 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.31’de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.31. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.56’da verilmiştir.

Tablo 3.56. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.21	.04	.04	.21*	.21
2	Zedelenmiş otonomi	.27	.07	.03	.15	.15
	DEK-Olabilirlik				.18	.17

\*p < .05.

Tablo 3.56’den izlenebileceği gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .21, R<sup>2</sup>= .04 F<sub>(1,94)</sub>= 4.37, p = .039). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %4’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Denkleme ikinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte DEK-Olabilirliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .27, R<sup>2</sup>= .07, F<sub>(1,93)</sub>= 3.59, p = .032). İkinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta

değerinde .21'den ( $p < .01$ ) .15'e ( $p > .05$ ) düşüş olduğu ancak bu düşüşün anlamlı olmadığı tespit edilmiştir, Sobel  $z = 1.88$ ,  $p = .06$ .

Kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.57'de verilmiştir.

Tablo 3.57. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşamaları	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.23	.05	.05	.23*	.21
2	Kopukluk	.27	.08	.03	.18	.17
	DEK-Ahlak				.18	.17

\* $p < .05$ .

Tablo 3.57'de de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .23$ ,  $R^2 = .05$ ,  $F_{(1,94)} = 5.22$ ,  $p = .025$ ). Denkleme ikinci blokta DEK-Ahlak değişkeni girilmiştir. Kopukluk şema alanı ile birlikte DEK-Ahlakın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .27$ ,  $R^2 = .08$ ,  $F_{(1,93)} = 4.22$ ,  $p = .018$ ). İkinci blokta DEK-Ahlak değişkeninin eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .23'ten ( $p < .05$ ) .18'e ( $p > .05$ ) düşüş olduğu ancak bu düşüşün anlamlı olmadığı tespit edilmiştir, Sobel  $z = 1.84$ ,  $p = .07$ .

Kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.58'de verilmiştir.

Tablo 3.58. Kopukluk Şema Alanı ile Kompulsiyonlar Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Kopukluk	.23	.05	.05	.23*	.21
2	Kopukluk	.29	.08	.03	.18	.18
	DEK-Olabilirlik				.18	.18

\*p < .05.

Tablo 3.58’da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin kompulsiyonları anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .23$ ,  $R^2 = .05$ ,  $F_{(1,94)} = 5.22$ ,  $p = .025$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %5’ini açıkladığı belirlenmiştir. Denkleme ikinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeni girilmiştir. Kopukluk şema alanı ile birlikte DEK-Olabilirliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .29$ ,  $R^2 = .08$ ,  $F_{(1,93)} = 4.19$ ,  $p = .018$ ). İkinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .23’ten ( $p < .05$ ) .18’e ( $p > .05$ ) düşüş olduğu ancak bu düşüşün anlamlı olmadığı tespit edilmiştir, Sobel  $z = 1.68$ ,  $p = .09$ .

Yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanı ile kompulsiyonlar arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolünü belirlemek amacıyla değişkenlerin ölçütleri karşılayıp karşılamadığına bakılmış, bunun sonucunda da bu üç şema alanının kompulsiyonları yordamadığı belirlenmiştir. Bu nedenle aracı değişken analizleri yapılamamıştır.

Yapılan analizlerin sonuçları özetlenecek olursa zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu, DEK-Olabilirliğin aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Kopukluk şema alanı ile kompulsiyonlar arasında DEK boyutlarının aracı rolü olmadığı saptanmıştır.

### 3.4.3. Şema Alanları ile Endişe Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı (mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler

Şema alanları ile endişe arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolüne ilişkin analizler yürütülmüştür. YŞÖ'den alınan puanlar yordayıcı değişken, PEEÖ'den alınan toplam puan ise yordanan (criterion) değişken olarak tanımlanmıştır. DEKÖ'den alınan puanlar ise ileri sürülen aracı değişkendir. Değişkenlerin ilk üç ölçütü karşılayıp karşılamadığının belirlenmesi amacıyla regresyon analizleri yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçütleri karşılayan değişkenler için aracı değişken analizi yapılmış ve dördüncü ölçüt test edilmiştir. Son olarak da Sobel testiyle aracı değişkenin rolü değerlendirilmiştir.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.59'da verilmiştir.

Tablo 3.59. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56**	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.59	.34	.04	.47**	.47
	DEK-Ahlak				.21*	.23

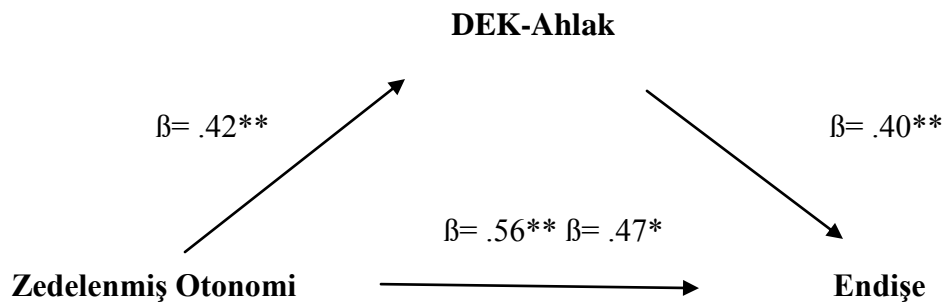
\*p<.05, \*\* p < .01

Tablo 3.59'da görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .56, R<sup>2</sup>= .31, F<sub>(1,94)</sub>= 41.93, p = .000). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta DEK-Ahlak değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi ile birlikte DEK-Ahlakın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .59, R<sup>2</sup>= .34, F<sub>(1,93)</sub>= 24.44, p = .026). İkinci blokta DEK-Ahlakın eklenmesiyle birlikte zedelenmiş



otonomi şema alanının beta değerinde .56'dan ( $p < .001$ ) .47'ye ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 3.08$ ,  $p < .01$ . Açıklanan toplam varyans artarak %34 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.32'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.32. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.60'ta verilmiştir.

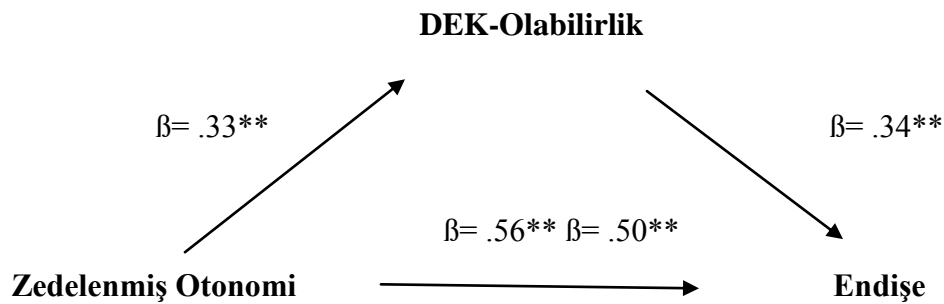
Tablo 3.60. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Dek-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Zedelenmiş otonomi	.56	.31	.31	.56**	.56
2	Zedelenmiş otonomi	.58	.34	.03	.50**	.50
	DEK-Olabilirlik				.18*	.20

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

Tablo 3.60'ta görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen zedelenmiş otonomi değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .56$ ,  $R^2 = .31$ ,  $F_{(1,94)} = 41.93$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeni girilmiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile birlikte DEK-Olabilirliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .58$ ,  $R^2 = .34$ ,  $F_{(1,93)} = 23.63$ ,  $p = .000$ ). İkinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte zedelenmiş otonomi şema alanının beta değerinde .56'dan ( $p < .01$ ) .50'ye ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.47$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %34 olmuştur.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.33'te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.33. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.61'de verilmiştir.

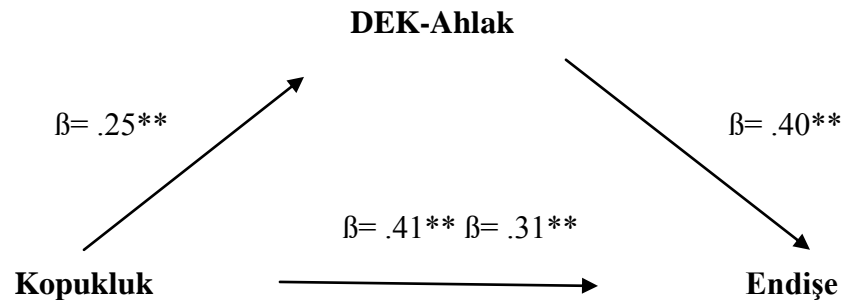
Tablo 3.61. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.51	.25	.09	.31*	.33
	DEK-Ahlak				.31*	.32

\* p < .01

Tablo 3.61’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta DEK-Ahlak değişkeni girilmiştir. Kopukluk ile birlikte DEK-Ahlakın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .51, R<sup>2</sup>= .25, F<sub>(1,93)</sub>= 15.77, p = .001). İkinci blokta DEK-Ahlakın eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41’den (p < .001) .31’e (p < .01) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.44, p< .05. Açıklanan toplam varyans artarak %25 olmuştur.

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu saptanmıştır. Şekil 3.34’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.34. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3.62’de verilmiştir.

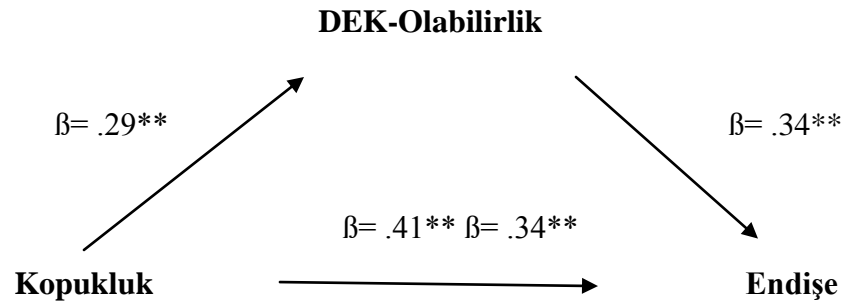
Tablo 3.62. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide Dek-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Analiz Aşaması</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>R<sup>2</sup> Artış</b>	<b>β</b>	<b>r (kısmi)</b>
1	Kopukluk	.41	.17	.17	.41*	.41
2	Kopukluk	.48	.23	.06	.34*	.35
	DEK-Olabilirlik				.26*	.27

\*  $p < .01$

Tablo 3.62’de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen kopukluk değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir ( $R = .41$ ,  $R^2 = .17$ ,  $F_{(1,94)} = 18.56$ ,  $p = .000$ ). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür. Denkleme ikinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeni girilmiştir. Kopukluk şema alanı ile birlikte DEK-Olabilirliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .48$ ,  $R^2 = .23$ ,  $F_{(1,93)} = 13.67$ ,  $p = .007$ ). İkinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte kopukluk şema alanının beta değerinde .41’den ( $p < .01$ ) .34’e ( $p < .01$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.06$ ,  $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %23 olmuştur.

Kopukluk şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.35’te yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.35. Kopukluk Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Yüksek Standartlar ve Zedelenmiş Sınırlar şema alanlarının DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirlik ile ilişkili olmadığı, bunun sonucunda da bu şema alanlarının DEK boyutlarını yordamadığı belirlenmiştir. Bu nedenle bu iki şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolüne ilişkin analizler sürdürülmemiştir.

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.63'te verilmiştir.

Tablo 3.63. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

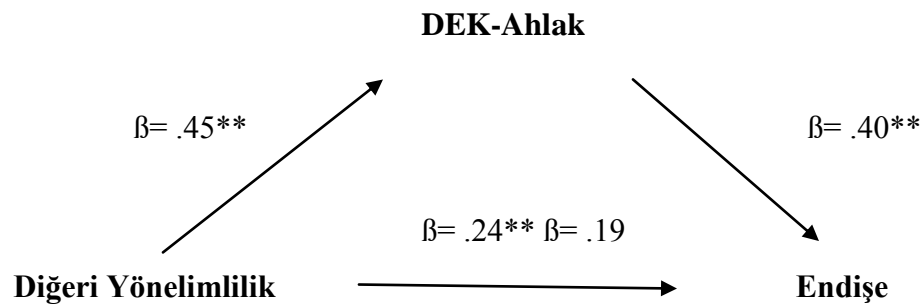
Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Diğeri yönelimlilik	.24	.06	.06	.24*	.24
2	Diğeri yönelimlilik	.26	.07	.01	.19	.17
	DEK-Ahlak				.11	.10

\*p < .01.

Tablo 3.63'te de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .24, R<sup>2</sup>= .06 F<sub>(1,94)</sub>= 5.60, p = .020). Değişkenin, bağımlı değişkendeki varyansın %6'sını açıkladığı belirlenmiştir. Denkleme ikinci blokta DEK-Ahlak değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik şema alanı ile

birlikte DEK-Ahlakın bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur ( $R = .26$ ,  $R^2 = .07$ ,  $F_{(1,93)} = 3.31$ ,  $p = .314$ ). İkinci blokta DEK-Ahlak değişkeninin eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .24'ten ( $p < .01$ ) .09'a ( $p > .05$ ) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel  $z = 2.54$   $p < .05$ . Açıklanan toplam varyans artarak %7 olmuştur.

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Şekil 3.36'da yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.36. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Ahlakın Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları Tablo 3.64'te verilmiştir.

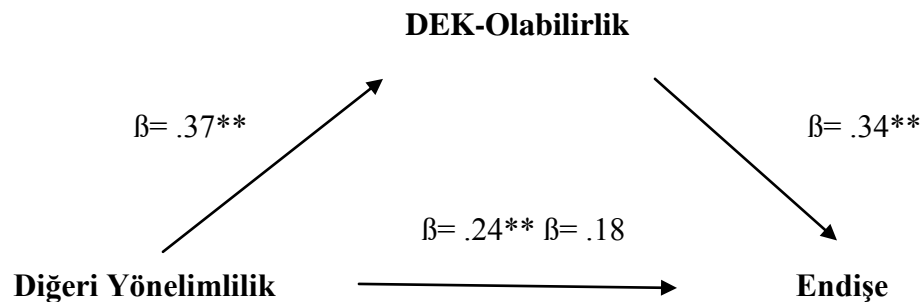
Tablo 3.64. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasındaki İlişkide DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Artış	β	r (kısmi)
1	Diğeri yönelimlilik	.24	.06	.06	.24*	.24
2	Diğeri yönelimlilik	.28	.08	.02	.18	.17
	DEK-Olabilirlik				.16	.15

\*p < .01.

Tablo 3.64'te de görüldüğü gibi denkleme ilk blokta girilen diğeri yönelimlilik değişkeninin endişeyi anlamlı olarak yordadığı görülmektedir (R= .24, R<sup>2</sup>= .06 F<sub>(1,94)</sub>= 5.60, p = .020). Denkleme ikinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeni girilmiştir. Diğeri yönelimlilik şema alanı ile birlikte DEK-Olabilirliğin bağımlı değişkeni anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur (R= .28, R<sup>2</sup>= .08, F<sub>(1,93)</sub>= 3.90, p = .149). İkinci blokta DEK-Olabilirlik değişkeninin eklenmesiyle birlikte diğeri yönelimlilik şema alanının beta değerinde .24'ten (p < .01) .18'e (p > .05) anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir, Sobel z= 2.62 p < .05. Açıklanan toplam varyans artarak %8 olmuştur.

Bu sonuçlardan yola çıkarak diğeri yönelimlilik şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Şekil 3.37'de yordayıcı ve aracı değişkenlerin bağımlı değişkenle ilişkisi ve ilgili beta değerleri görülmektedir.



Şekil 3.37. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı ile Endişe Arasında DEK-Olabilirliğin Aracı Rolüne İlişkin Beta Katsayıları

Sonuç olarak zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide hem DEK-Ahlakın hem de DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular özetlenecek olursa;

1. Obsesyonlar ile zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar ve diğeri yönelimlilik şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Kompulsiyonlarla ise Zedelenmiş Otonomi ve Kopukluk şema alanlarının pozitif yönde ve anlamlı ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

2. Üst-biliş boyutlarından olan olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizlik ile obsesyonlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki varken olumlu inançlar ve bilişsel güvensizlik ile kompulsiyonların pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

3. Obsesyonlarla DEK-Olabilirliğin ve DEK-Ahlak arasında ilişki olmadığı saptanırken, kompulsiyonlarla her ikisinin de pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır.

4. Araştırmanın ilk sorusu düşünce eylem kaynaşması boyutlarının (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) üst-bilişleri (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordayıp yordamadığıdır. Elde edilen bulgulara göre tüm üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) DEK-Ahlak anlamlı şekilde yordarken DEK-Olabilirliğin yordama gücü olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

5. Araştırmanın ikinci sorusu olan şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) ile düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) arasında üst-bilişlerin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü olup olmadığını belirlemek için analizler yürütülmüştür. Elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir.



a. Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile obsesyonlar arasında olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu saptanmıştır.

b. Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

c. Şema alanları ile endişe arasındaki ilişkiye bakıldığında ise zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide üst-biliş boyutlarının hepsinin (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Bunun yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü vardır. Son olarak zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü vardır.

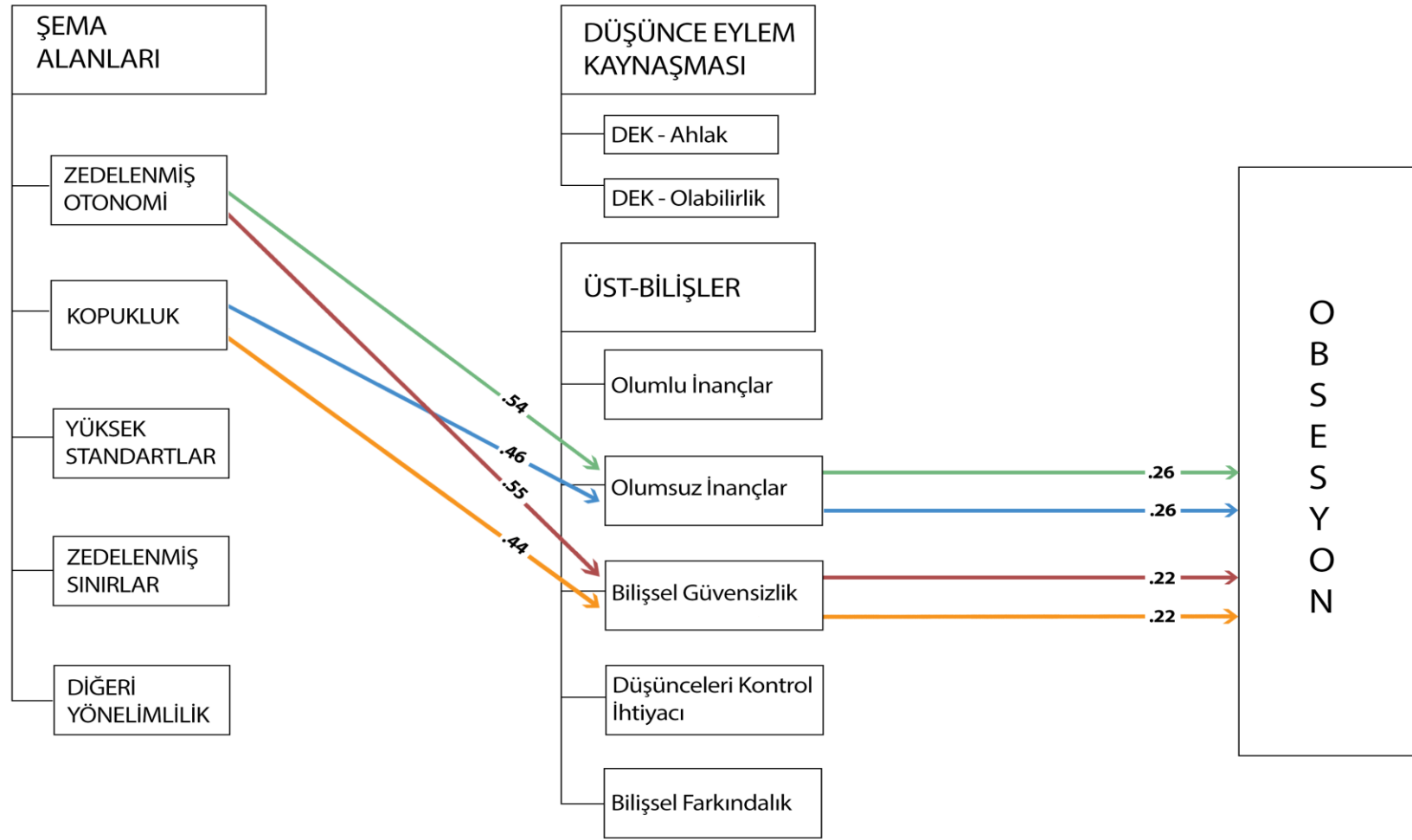
6. Araştırmanın üçüncü sorusu olan şema alanları (zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik) ile düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) arasında düşünce eylem kaynaşmasının (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) aracı rolünü belirlemeye yönelik olarak yapılan analiz sonuçları aşağıda verilmiştir.

a. Şema alanları ile obsesyonlar arasındaki ilişkide DEK boyutlarının aracı rolü olmadığı belirlenmiştir.

b. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu belirlenmiştir.

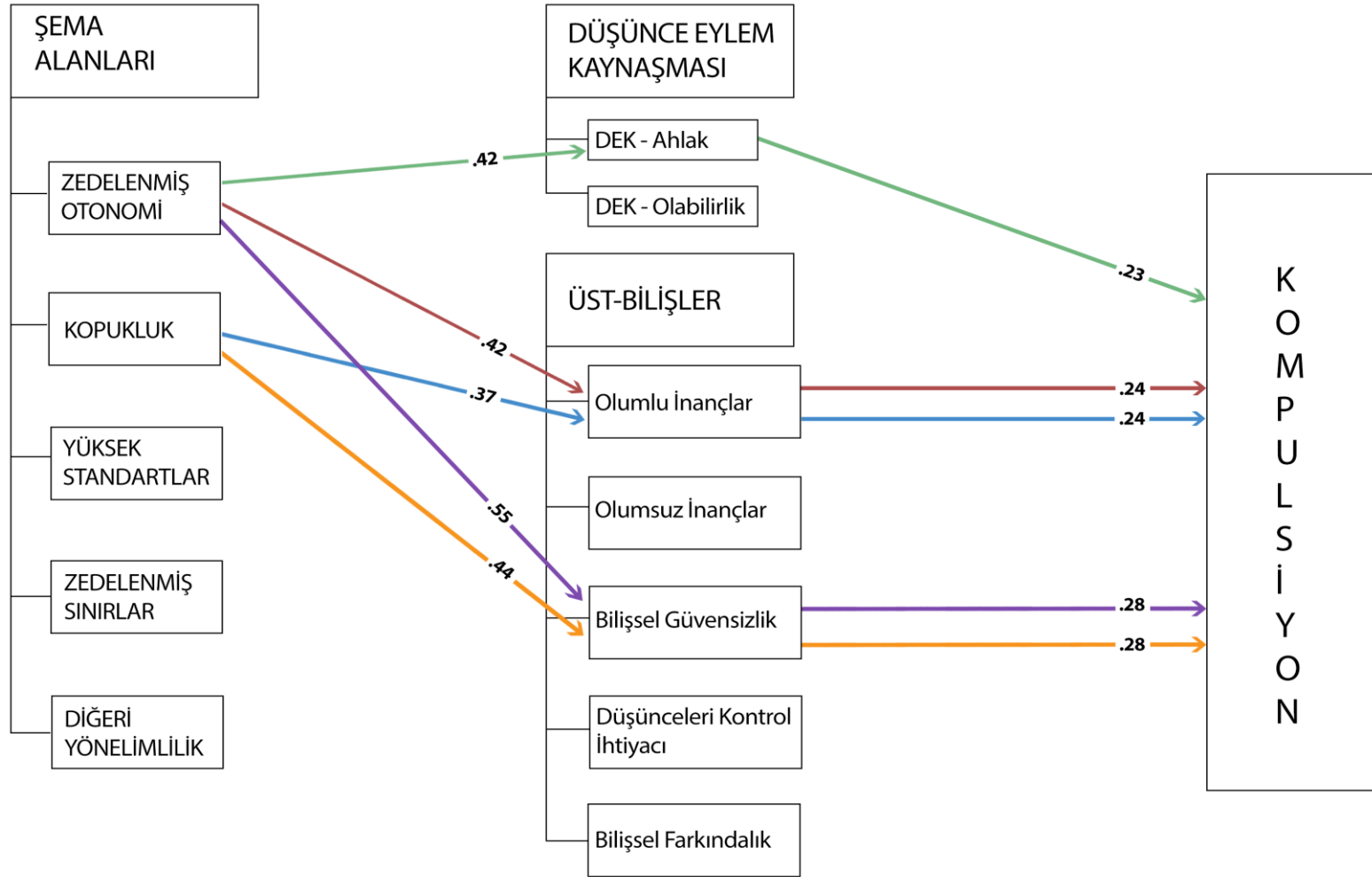
c. Zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aracı değişken analizlerinden elde edilen bulguların özeti Şekil 3.38, 3.39 ve 3.40'ta görülmektedir.



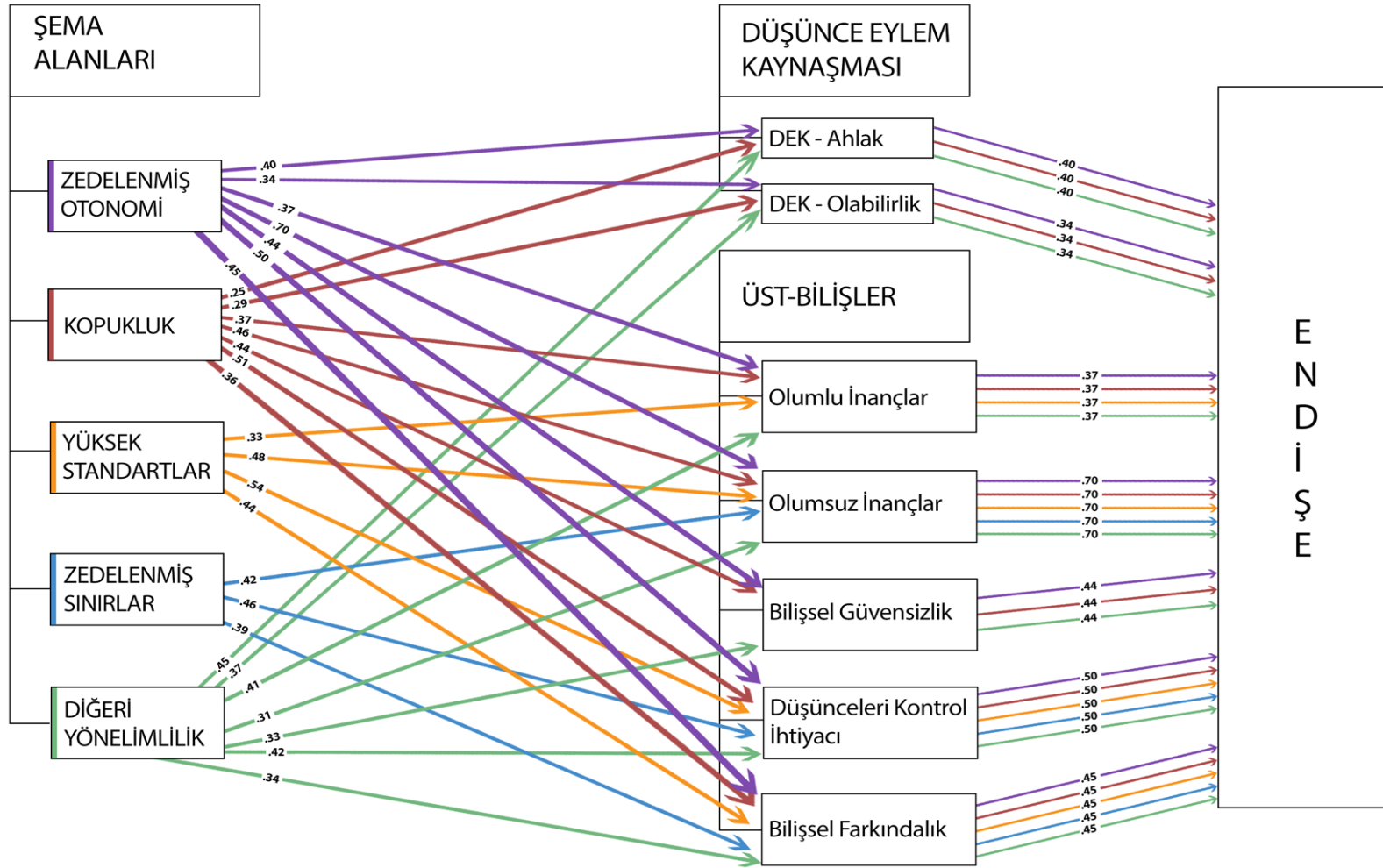
Renkli oklar, aracı değişken özelliğini göstermektedir.

Şekil 3.38. Şema Alanları ile Obsesyon Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti



Renkli oklar, aracı değişken özelliğini göstermektedir.

Şekil 3.39. Şema Alanları ile Kompulsiyon Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti



Renkli oklar, aracı değişken özelliğini göstermektedir.

Şekil 3.40. Şema Alanları ile Endişe Arasındaki İlişkide Düşünce Eylem Kaynaşması ve Üst-bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Özeti

## 4. TARTIŞMA

Bu araştırmada Şema alanları ile OKB’de görülen düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) ıktıları arasında bilişsel değişkenlerin (düşünce eylem kaynaşması ve üst-biliş boyutları) aracı rolü incelenmiştir. Bu bölümde yapılan araştırma sonucunda elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılacaktır. Bulguların tartıŐılmasının ardından araştırmanın klinik önemi, sınırlılıkları aktarılacak, gelecek araştırmalar için öneriler ve genel sonuçları sunulacaktır.

### 4.1. DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASI BOYUTLARININ ÜST-BİLİŞ BOYUTLARINI YORDAMASINA İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI

Araştırma sorularından ilki düşünce eylem kaynaşması boyutlarının (DEK-Ahlak, DEK-Olabilirlik) st-bilişleri (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyaı, bilişsel farkındalık) yordayıp yordamadığıdır. Yapılan analizler sonucunda DEK-Ahlakın st-biliş boyutlarının hepsini yordadığı, DEK-Olabilirliğin ise yordayıcı gücü olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgular OKB’nin üst-biliş kuramıyla uyumludur. Kurama göre girici düşüncelerin kişi için anlamları ve önemleri üst-bilişsel inançları harekete geçirmektedir. Bu inançların harekete geçmesi sonucunda da kişi, yaşadığı içsel deneyimlerin dış dünyada da etkisinin olabileceğine inanmaktadır. Üst-bilişsel inançlar ise girici düşüncelerle ilgili değerlendirmeleri ve ritüellerle ilgili inançları harekete geçirmektedir. Bunun sonucunda da davranışsal tepkiler ve duygular ortaya çıkmaktadır (Wells, 2009).

Yapılan çalışmanın bulgularına göre sadece DEK-Ahlakın st-bilişsel inançları harekete geçirdiği sonucuna varılmıştır. DEK-Ahlak st-bilişsel inançlardan bir tanesidir. Kişinin aklına gelen düşünceyle bu düşünceyi gerçekleŐtirme ihtimalinin ahlaki açıdan eşdeğer olarak değerlendirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Shafran ve ark., 1996). Girici düşünce veya obsesyonun akla gelmesiyle bu düşüncenin gerçekleŐtirilmesinin ahlaki açıdan

eşdeğer tutulması bu düşünceyle ilgili değerlendirmeler olarak kabul edilebilecek olan olumlu ve olumsuz inançları tetikleyen değişkenlerden biri olabilir. Bu düşünceler kişide endişeye neden olabilmektedir. Bunun sonucunda da bu endişe işlevsel olarak değerlendiriliyor olabilir. Öte yandan bu endişe arttıkça kontrol edilemeyeceği, tehlikeli olduğuna dair inançlar artabilir. Endişenin giderilebilmesi için çeşitli ritüeller gerçekleştirilmektedir. Bu ritüellerle ilgili inançlar olarak kabul edilebilecek olan bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık boyutlarını DEK-Ahlak tetikleyebilir. Özellikle ahlaki açıdan kişi için önemli olan düşünceler sonucunda gerçekleştirilen ritüellerde kişinin belleğine olan güveni azalıyor olabilir ve bu bilişsel güvensizliğe yol açıyor olabilir. Benzer şekilde bu düşüncelerin durdurulması gerektiği inancı ve kontrol edilmediği durumlarda oluşacak sonuçlarla ilgili inançların düşünceleri kontrol ihtiyacını artırıyor olabileceği düşünülmektedir. Kişinin, düşüncenin aklına gelip gelmediğini izlediği bilişsel farkındalığın da bu süreçte arttığı öne sürülebilir.

Bütün bu süreci DEK-Olabilirliğin yordamayıp DEK-Ahlakın yordaması özellikle ülkemizde yapılan çalışmalarda (Yorulmaz ve ark., 2004; Piri ve Kabakçı, 2007; Aydın ve ark., 2012) DEK-Ahlakın obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkili bulunmasıyla tutarlı olabilir. Bu ilişkinin de kültürel farklılıklardan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir. Yorulmaz ve arkadaşları (2004) yaptıkları çalışma sonucunda, DEK-Ahlak ile obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin daha yüksek olmasını, Türk toplumunun Batı toplumlarına göre daha toplulukçu olması, sosyal onaya daha fazla önem veriyor olmasına bağlamışlardır. Ayrıca bazı dini farklılıkların da bu ilişkide rolü olduğunu ileri sürmüşlerdir. Yapılan çalışmalarda da dindarlık ile DEK-Ahlak arasındaki ilişkinin DEK-Olabilirlikten daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Rassin ve Koster, 2003; Morino ve ark., 2008; Berman ve ark., 2010; Cogle ve ark., 2013).

Bunun yanı sıra üst-bilişler ve düşünce eylem kaynaşması arasındaki ilişki incelenirken yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre DEK-Olabilirlik ile üst-biliş boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Ancak DEK boyutları bir arada aşamalı regresyon analizine alındığında DEK-Ahlakın, üst-biliş boyutlarını yordayıcı gücü olduğu,

DEK-Olabilirliğin ise yordayıcı gücü olmadığı belirlenmiştir. DEK-Ahlakın daha güçlü bir yordayıcı olabileceği düşünülmektedir.

## **4.2. ŞEMA ALANLARI İLE DÜŞÜNCE, DAVRANIŞ VE DUYGU ARASINDA ÜST-BİLİŞLERİN ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI**

Araştırmanın ikinci sorusu şema alanları ile düşünce, davranış ve duygu arasında üstbilişlerin aracı rolünün olup olmadığına ilişkindir. Elde edilen bulgular düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) için alt başlıklar halinde aktarılacaktır.

### **4.2.1. Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Üst-Bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Şema alanları ile obsesyonlar arasındaki ilişkide üst-bilişlerin aracı rolü olup olmadığını belirlemek amacıyla analizler yürütülmüştür. Öncelikle aracı değişken analizi yürütebilmek için gerekli olan ölçütler sınanmıştır. Bunun sonucunda zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının obsesyonları yordadığı; ancak zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar ve diğeri yönelimlilik şema alanlarının obsesyonları yordamadığı belirlenmiştir. Alanyazına bakıldığında şema alanları ile obsesif-kompulsif belirtileri karşılaştıran çalışmaya rastlanmamakla birlikte erken dönem uyum bozucu şemalardan özellikle hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık ve soysal izolasyon şemalarının obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Karahana, 2006; Atalay ve ark., 2008; Taşdemir, 2011). Bu üç erken dönem uyum bozucu şema zedelenmiş otonomi, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları içerisinde yer almaktadır. Yapılan çalışmada da obsesyonların zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarıyla ilişkili olduğu sonucu kısmen desteklenmektedir. Yüksek standartlar şema alanının obsesyonları yordamadığı sonucu ise bahsedilen çalışmalardan farklıdır.

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile obsesyonlar arasındaki ilişkide olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü vardır. Zedelenmiş otonomi şema alanı kişilerin kendilerinden beklentileri, ailelerinden ayrışabilme, bağımsız işlevsellik gösterebilme yeteneklerini engellemektedir. Genellikle çocukluklarında aşırı koruyucu ailelere sahiptirler. Yapılan bazı çalışmaların sonuçlarına göre (Merkel ve ark., 1993; Yoshida ve ark., 2005) OKB tanısı almış kişilerin annelerini aşırı korumacı olarak değerlendirdikleri öne sürülmüştür. Bu da zedelenmiş otonomi ile obsesyonlar arasındaki ilişkiyi destekler niteliktedir. Elde edilen bulgular doğrultusunda da zedelenmiş otonominin obsesyonları olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracılığıyla yordadığı görülmüştür. Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip kişilerin; ailelerinin aşırı koruyucu olduğu, çocukluğunda kendini sınavabileceği durumlarda engellendiği ve yetersizlik hissettiği ileri sürülmektedir (Young ve ark., 2002).

Kopukluk şema alanında ise kişiler, diğerlerine güvenli ve tatmin edici bir biçimde bağlanamamaktadırlar. Alanyazına bakıldığında OKB tanısı almış kişilerin aileleri tarafından reddedilmiş hissettiklerini gösteren çalışmalar mevcuttur (Ehiobuche, 1983, Akt. Doron ve Kyrios, 2005; Turgeon ve ark., 2002; Alonso ve ark., 2004). Yapılan çalışmalarda OKB tanısı almış kişilerin annelerinin daha az ilgili ve kendine güvenlerinin daha düşük olduğu ileri sürülmektedir (Sookman ve ark., 2001; Myhr ve ark., 2004). Kişilerarası ilişkilerde güvensiz bağlanmanın algılanan dayanıksızlıkla ilişkili olup OKB'ye yatkınlığa yol açabiliyor olabileceği belirtilmektedir. İlişki kurulan kişilerin ulaşılabilirliği ve duyarlılıklarıyla ilgili olumsuz beklentilerle, acı verici duygulara olan toleransın düşmesi ve bu duyguları yatıştırma kapasitesinin azalması kişinin obsesyonlara artmış anksiyeteye tepki vermesine yol açmaktadır. Ayrıca bu tepkilerle ilgili felaketleştirilmiş değerlendirmelere sahiptirler (Myhr ve ark., 2004). Bu çalışmalar kopukluk şema alanı ile obsesyonlar arasındaki ilişkiyi desteklemektedir.

Şemalar ile OKB arasındaki ilişki açıklandıktan sonra üst-biliş kavramı ve kuramından bahsederek elde edilen bulgular bu doğrultuda tartışılacaktır. Temel olarak Üst-biliş kuramına bakıldığında psikopatolojilerin oluşması ve sürdürülmesinin temelinde işlevsel



olmayan inançlarla ilgili bilişlerin yer aldığı düşünülmektedir. Kuramda, bilişsel işlemlerle birlikte düşüncelerin üst-bilişsel boyutlarıyla ilgilenilmektedir (Wells ve Matthews, 1994). Üst-biliş kavramı klinik, gelişim, sosyal psikoloji gibi pek çok alanda kullanılmaktadır. Klinik psikoloji alanında yapılan üst-biliş tanımına göre bilişleri gözlemleyen, yorumlayan, değerlendiren, içeriğini düzenleyen ve kendi düzenini işlemleyen bilgi işleme sisteminin bir yönüdür (Wells ve Purdon, 1999; Wells, 2001).

Üst-bilişlerin üç boyuttan oluştuğu ileri sürülmektedir. Bunlar üst-bilişsel bilgi (metacognitive knowledge), üst-bilişsel deneyim (metacognitive experiences) ve üst-bilişsel kontrol stratejileridir (metacognitive control strategies). Üst-bilişsel bilgi, kişinin bilişleri hakkındaki inançlarıdır. Psikopatolojiler bağlamında üst-bilişsel bilgi, açık (implicit) ve örtük (explicit) olmak üzere iki türe ayrılır. Açık üst-bilişsel bilgi, bilinç düzeyinde olan ve sözel olarak ifade edilebilen bilgilerdir (Örn: Endişelenmek tehlikeli ve kontrol edilemezdir). Örtük üst-bilişsel bilgi ise çoğunlukla bilince bağlı olmayan, sözel olarak ifade edilemeyen bilgilerdir. Dikkatin bölünmesi, belleğin araştırılması ve kararların oluşturulmasında kullanılan deneyimler ve yanlılıklar gibi süreçleri yönlendiren plan ve kurallardır (Well, 1995; Cartwright-Hatton ve Wells, 1997; Wells ve Purdon, 1999; Wells, 2001). Üst-bilişsel deneyimler ise kişinin kendi zihinsel durumuyla ilgili durumsal değerlendirmeleri ve duyguları olarak tanımlanmaktadır. Üst-bilişsel değerlendirmeler ve yargılar, bilişsel deneyimlerin etiketlenmesi olarak tanımlanabilir. Pek çok psikolojik bozukluğun, olumsuz üst-bilişsel değerlendirme ve yargılarla ilgili olması, üst-bilişsel deneyimlerin bu bozukluklarla ilişkili olduğunu göstermektedir (Wells, 2001; Wells, 2009).

Üst-bilişsel kontrol stratejileri ise bilişsel süreçleri kontrol etmek, bir diğer deyişle düşüncenin durumunu kontrol etmek için kullanılan yöntemlerdir. Bu stratejiler düşünce sistemlerini bastırabilir ya da yoğunlaştırabilir. Ayrıca izleme süreçlerini de yoğunlaştırabilirler. Günlük yaşamda pek çok insan çeşitli stratejiler kullanmakta ancak psikopatolojileri olan kişilerde bu stratejiler bilinç akışını kontrol etme girişimlerinden oluşmaktadır. Planlama, seçici dikkat, izleme, kontrol etme ya da denetlemek üst-bilişsel stratejilerden birkaçıdır. Bu süreçler ya izleme ya da kontrol süreçlerini yansıtmaktadır

(Wells, 1995; Wells ve Purdon, 1999; Wells, 2001). Üst-biliş modeline göre psikopatolojide; üst-bilişsel bilgi, deneyim ve stratejiler birlikte rol almaktadır. Bu üç çeşitteki uyumsuzluk işlevsel olmayan düşünce şekillerine neden olmaktadır. Bunun sonucunda da psikopatolojiler ortaya çıkmaktadır (Well, 2009).

Üst-biliş boyutlarından üst-bilişsel bilginin örtük olabileceği ve bilince bağlı olmadığı ve karar verme sürecinde kullanılan deneyimlerin oluşma sürecinde etkili olan kurallar olduğu belirtilmektedir. Bu kuralların temelini şemalar olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca üst-bilişsel deneyimlerin de bilişsel deneyimlerin etiketlenmesi olduğu ileri sürülmektedir. Bu bilişsel deneyimler de erken dönemlerden itibaren oluşturulan şemalar tarafından etkileniyor olabilir. Bu doğrultuda üst-biliş boyutlarının temelinde şemalar yer alıyor olabilir, bu boyutlardaki tutarsızlıklar da işlevsel olmayan üst-bilişsel stratejileri etkiliyor olabilir. Bahsedilen bütün üst-biliş boyutlarında dikkatin etkili olduğu belirtilmektedir. OKB'nin üst-biliş modelinde Bilişsel Dikkat Sendromunun rol oynadığı bilinmektedir. Obsesyonları olan kişi sıkıntı yaşamaya başlamakta ve dikkatle ilgili baş etme yöntemlerine başvurmaktadır. Genellikle, obsesyonlar sonucunda oluşan endişeyle ilgili tehlikeleri ve kendilerinde oluşan değişiklikleri izlerler (Wells ve Matthews, 1996). Girici düşünce sonucunda, üst-bilişsel kontrol stratejisi olarak BDS'nin devreye girmesiyle birlikte tehdidin izlendiği süreç başlar. Böylece kişi düşüncelerine ve belleğine dikkatini verir. Bunun sonucunda tehlike içeren düşüncelerle ilgili olumsuz inançlar desteklenmiş olur. Aynı zamanda kişinin belleğine olan güveni de azalabilir. Böylece girici düşünceler obsesyonlara dönüşüyor olabilir. Sonuç olarak zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanından elde edilen bilgiler ve deneyimler doğrultusunda BDS'nin aktive olabileceği, böylece başlayan izleme süreciyle birlikte olumsuz inançların ve bilişsel güvensizliğin artabileceği, bunun sonucunda da obsesyonların oluşabileceği düşünülmektedir.

Elde edilen bulgulara göre olumlu inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık boyutlarının zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile obsesyonlar arasında aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Bunun sebebinin bu boyutların obsesyonlar oluşuktan sonra ortaya çıkabilecek boyutlar olabilecekleridir. Obsesyonlar oluşuktan

sonra kişi bunlarla ilgili endişelenmenin, düşünceler aklına geldiğinde yaşayacağı duyguyla beş etmek için hazırlayabileceğine inanıyor olabilir. Böylece obsesyon sonucu oluşan endişeyle ilgili olumlu inançları artırıyor olabilir. Aklına geldikçe yoğun sıkıntı yaşadığı için bu düşünceleri durdurma ve kontrol etme ihtiyacı duyabilir. Kontrol altına alabilmesi için de bilişsel süreçlerine dikkat etmeye başlayabilir, böylece bilişsel farkındalığı artabilir.

#### **4.2.2. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Üst-Bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Şema alanları ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide üst-bilişlerin aracı rolü olup olmadığını belirlemek amacıyla yürütülen analizler sonucunda zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasında olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanı ile obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişki bir önceki bölümde aktarılmıştır. Yapılan çalışmalar OKB tanısı almış kişilerin aileleri tarafından reddedilmiş hissettiklerini (Turgeon ve ark., 2002; Alonso ve ark., 2004), kişilerarası ilişkilerinde güvensiz bağlandıklarını öne sürmektedir (Myhr ve ark., 2004).

Wells'e göre (2009); insanların, duygularını sürdüren ve olumsuz düşüncelerini güçlendiren içsel deneyimlerle tepki vermelerine neden olan üst-bilişleri vardır. Bu da duygusal rahatsızlıklara yakalanmalarına neden olabilir. Bu tepki verme şekli Bilişsel Dikkat Sendromudur. Sendrom, endişeyi, ruminasyonları, saplanmış dikkati ve yardımcı olmayan kendini düzenleme stratejileri ya da baş etme davranışlarını kapsamaktadır (2009). Bir önceki bölümde üst-bilişsel bilgi, deneyimler ve kontrol stratejileri ile şemalar arasındaki ilişki ve bunun sonucunda ortaya çıkan dikkat süreçleri açıklanmıştır. Buradan yola çıkarak zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanına sahip OKB tanısı almış kişiler yetersizlik ve güvensizlik hissediyor olabilir; bu şemalar doğrultusunda yapılan değerlendirmeler üst-bilişsel bilgi ve deneyimleri etkiliyor olabilir. Bunun sonucunda üst-bilişsel baş etme stratejileri geliştirebilir. Bu stratejiler, kontrol etme ve dikkatle ilişkilidir. OKB'de bu stratejilerin ritüellerle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Wells, 2009). Böylece kişi,

obsesyonla baş edebilmek için endişelenmek gerektiğine inanıyor olabilir. Bu şekilde endişeyle ilgili olumlu inançları artabilir. Ayrıca belleğinin güvenilir olmadığına ilişkin inançlara sahip olabilir, bilişsel güvensizlik yaşıyor olabilir. Bu inançların sonucunda ortaya çıkan duyguları düzenleyebilmek için, rahatlama sağlayabilmek amacıyla kompulsif davranışlar gerçekleştiriyor olabilir. Böylece zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasında olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olduğu desteklenebilir.

Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile kompulsiyonlar arasında olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kompulsiyonların daha çok ritüellerle ilgili inançlarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle kontrol edilemezlik ve tehditle ilgili olumsuz inançların girici düşünceyle ilgili değerlendirmelerle ilişkili olduğu söylenebilir. Düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın da kompulsif davranışlardan çok düşünceyi içeren bilişsel süreçlerle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

#### **4.2.3. Şema Alanları ile Endişe Arasında Üst-Bilişlerin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide üst-bilişlerin aracı rolü olup olmadığını belirlemek amacıyla yürütülen analizler sonucunda zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasında olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasındaki ilişkide ise olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Son olarak yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasında olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip kişilerin ailelerinin aşırı korumacı olduğu, yapacakları şeylerin aileleri tarafından gerçekleştirildiği, yeterlilik hissedebilecekleri

davranışların desteklenmediği bu nedenle yetersizlik hissedebilecekleri ileri sürülmektedir (Young ve ark.,2003). Alanyazına bakıldığında aşırı korumacı ailelere sahip kişilerin patolojik endişe yaşadıkları gösterilmiştir (Muris, 2002; Manfredi ve ark., 2011; Spada ve ark, 2012). Araştırmacıların ortak görüşüne göre aşırı koruma, çocuğun keşfetme deneyimlerini engeller ve eyleme yönelik baş etme becerilerini öğrenmesine mani olur. Bunun sonucunda da endişe ve anksiyete ortaya çıkar. Spada ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları çalışma sonucunda da aşırı koruyucu aileye sahip olma, üst-biliş boyutlarından olumlu endişe, olumsuz endişe ve düşünceleri kontrol ihtiyacını yordamaktadır. Üst-biliş boyutlarının da endişeyi yordadığı yapılan pek çok araştırmayla gösterilmiştir (Wells ve Papageorgiou, 1998; Davis ve Valentiners, 2000; de Bruin ve ark., 2007; Spada ve ark., 2012).

Kopukluk şema alanına sahip olan kişilerin ise çocuklukta ihtiyaçları karşılanmamış, reddedilmiş, kendilerine güvenlerinin düşük olduğu ileri sürülmektedir (Young ve ark.,2003). Ebeveynlerin reddedici bir tutum sergiliyor olmasının endişeye yol açtığı ileri sürülmektedir (Muris ve ark., 2001; Brown ve Whiteside, 2008; Wilson ve ark, 2011). Benzer şekilde ambivalan bağlanmanın da endişeye yol açabileceği belirtilmektedir (Muris ve ark., 1999). Diğer yönelimlilik şema alanına sahip kişilerin ise çocuklukta duygularını ve gereksinimlerini ifade etmelerine, talep etmelerine izin verilmediği öne sürülmektedir. Dolayısıyla yetişkinliklerinde ilişkilerini sürdürülebilmek, onay alabilmek için kendilerinden çok başkalarının gereksinimleri ve duygularına odaklanmaktadırlar (Young ve ark.,2003). Borkovec ve arkadaşlarına göre (1998), bakım veren kişiyle olan ilişkiler endişeyle bağlantılıdır. Bu ilişkilerin sağlıklı olmaması, gereksinimlerinin giderilmemesi kişinin güvensiz bağlanmasına neden olabilir. Kişilerarası ilişkilerde güvensiz bağlanma, stresle yetersiz baş etme becerilerine neden olması ve koruyucu, destekleyici ilişkiler kurma becerisini azaltması sonucunda psikopatolojiye neden olmaktadır (Cassidy, 1995). Bu psikopatolojilerden birinin de patolojik endişe olabileceği belirtilmektedir (Borkovec ve ark., 1998; Stöber ve Joormann, 2001).

Üst-bilişsel bilgi, deneyimler ve kontrol stratejileri ile şemalar arasındaki ilişki ve bunun sonucunda ortaya çıkan dikkat süreçleri önceki bölümlerde aktarılmıştır. OKB'nin üst-biliş kuramına göre BDS, düşünceler ya da şüphelere tepki olarak endişe, ruminasyon ve analitik düşünmeyi ortaya koyar. Kişi perseveratif şekilde, tehditten ya da tehlikeden kaçınmak için endişelenmektedir. Bu süreç BDS'nin kavramsal bileşenlerinden bir tanesidir. Düşünceleri ve bazı duygu durumları sağlayabilmekle ilgili üst-bilişsel inançlar ya da kurallar tarafından harekete geçer (Wells, 2009). Buradan yola çıkarak zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanlarına sahip kişilerin yetersizlik, güvensizlik hissediyor olabilecekleri ve onay arama ihtiyacı duyuyor olabilecekleri ileri sürülebilir. Şemalardan elde edilen bilgi ve veriler üst-bilişsel bilgi, deneyimler ve üst-bilişsel kontrol stratejilerini etkileyebilir. Böylece BDS aktive olup üst-bilişsel inançların harekete geçmesiyle endişe ortaya çıkıyor olabilir. Endişenin kaçınma olarak kullanılmasının; endişenin faydalı bir şey olduğuna ilişkin olumlu inançlarla başladığı düşünülmektedir. Kişi endişelendiği zaman gerçekten bir durumla karşılaştığında bununla baş edebileceğine, olumsuz duygular yaşamayacağına inanabilir. Ancak bir süre sonra endişenin kontrol edilemezliği ve tehlikeli oluşunu içeren düşüncelerle ilgili olumsuz inançları devreye girebilir. Kişinin belleğine olan güveni azalabilir, düşüncelerini kontrol etme ihtiyacı yaşayabilir. Ayrıca bu süreçte dikkati düşünce süreçlerine odaklanabilir, bilişsel farkındalığı artabilir. Üst-biliş boyutları sonucunda kişinin yaşadığı endişe düzeyi yükselebilir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanına sahip kişilerin aşırı hoşgörülü, çok az yönlendirici ebeveynleri olduğu öne sürülmektedir. İçsel sınır koymakta, kendini disipline etmekte zorlanan, engellenme eşiği düşük olan kişilerdir. Narsisistik özellikleri olabileceği belirtilmektedir (Young ve ark.,2003). Yapılan çalışmalar da bu görüşü desteklemektedir (Nordahl ve ark., 2005; Jovey ve Jackson, 2004). Yüksek standartlar şema alanına sahip kişilerin ise beklentileri çok yüksek ebeveynlere sahip oldukları, baskılanmış bir ortamda büyüdükleri düşünülmektedir. Bunun sonucunda ailelerinin katı ve yüksek standartlarını içselleştirip bunları gerçekleştirebilmek için kendi gereksinimlerinden vazgeçerler (Young ve ark.,2003). Atalay ve arkadaşlarının (2008) yaptığı çalışmada da OKB tanısı almış

kişilerde yüksek standartlar şema alanında olan karamsarlık şemasının normal gruba göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Alanyazına bakıldığında durumluk ve sürekli anksiyete gibi durumluk (state) ve sürekli (trait) endişe kavramlarının da tanımlandığı görülmektedir (Matthews ve Funke, 2006). Sürekli endişe, nevrozluğun kişilik faktörlerinin görünümü olarak tanımlanmaktadır. Kişilikle ilgili etkileşimci modellere göre endişeyle ilgili kişilik özellikleri uzun süreli bellekte temsil edilen, kendilik bilgisinin içeriğinde ve organizasyonunda oluşan çeşitli yanlılıklarla ilişkilidir (Matthews ve ark., 2003). Bu bellek yapıları aktive olana kadar gizlidirler. Aktive olmalarının da içsel (olumsuz kendilik değeri) ve dışsal (diğerleri tarafından eleştirilme) tehditlere bağlı olduğu ileri sürülmektedir. Sürekli endişesi yüksek olan kişilerde, durumluk endişeyi artıran çeşitli bilişsel çarpıtma kaynakları bulunmaktadır (Matthews ve ark., 2003). Bu çarpıtmaların, kendilik şemasındaki bireysel farklılıklardan doğuyor olabileceği belirtilmektedir (Wells ve Matthews, 1994). Bu şemaların içsel ve dışsal tehditlerle aktive olduğu belirtilmiştir. Bunun sonucunda endişeli kişilerin, sosyal değerlendirmelerindeki kişisel yetersizlikleri ve güvensizliklerini yansıttıkları ileri sürülmektedir. Kendini düzenleyici teorilere bakıldığında ise (Wells ve Matthews, 1994), ideal ve gerçek durumlardaki tutarsızlıklar karşısında kendilikle ilgili tutarsızlığı (self-discrepancy) azaltma eğilimi ortaya çıkmaktadır. Tutarsızlıkla ilgili endişe; kodlama, baş etme ve üst-biliş olmak üzere üç süreçle durumluk endişeye yol açmaktadır. Potansiyel tehditlerin taranmasıyla birlikte endişe süreci başlar. Bu süreçte dikkatle ilgili çarpıtmalar yapılı ve bunlar otomatiktir. Böylece tehdit olmayan bir uyarıcı da tehdit olarak kodlanır. Tutarsızlıkla ilgili endişe baş etme yöntemlerini de çarpıtır. Kişinin problem odaklı düşünme yerine önceden tehdidi tahmin edemediğiyle ilgili kendini eleştirici düşünceleri olur. Üst-bilişlerin ise izleme ve kontrol olarak ayrılabilmesi ve bu iki sürecin bağlantılı olduğu belirtilmektedir. Tutarsızlıkla ilgili endişenin bu iki süreçte de çarpıtmaya neden olabileceği öne sürülmektedir. Üst-bilişsel inançlar, tutarsızlıkla ilişkili endişeye ilişkin düşüncelerin izlenmesinin önemini pekiştirir. Endişenin yararlı olduğuna dair olumlu inançlar endişeyi sürdürebilir (Matthews ve Funke, 2006).

Buradan yola çıkarak yukarıda bahsedilen kendilik şemasındaki kişisel farklılıkların zedelenmiş sınırlar ve yüksek standartlar şema alanları ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Engellenme eşiği düşük olan, gerçekçi kişisel hedefler koymakta zorlanan zedelenmiş sınırlar şema alanına sahip OKB tanısı almış kişilerin olumsuz kendilikle ilgili değerlendirmeleri olabilir. Eleştirici aileler sahip olan ve ailelerinin katı ve yüksek standartlarını içselleştirip bu doğrultuda kendi gereksinimlerinden vazgeçen yüksek standartlar şema alanına sahip OKB tanısı almış kişilerin ise diğerleri tarafından eleştirilmeyle ilişkili algıları olabilir. Bunun sonucunda da zedelenmiş sınırlar ve yüksek standartlar şema alanlarına sahip kişilerin kendilikle ilgili tutarsızlıkları olabileceği böylece endişe yaşıyor olabilecekleri düşünülmektedir. Bu süreçte de üst-bilişsel inançların da etkisi vardır. Zedelenmiş sınırlarda içsel tehditle ilgili düşüncelerin olduğu göz önünde bulundurulursa bu düşüncelerin durdurulamayacağına ilişkin olumsuz inançlar oluşabilir. Bu düşüncelerin kişinin aklına gelmemesi gerektiğiyle ilgili inancı olabilir, bunun sonucunda da düşüncelerini kontrol etme ihtiyacı yaşayabilir. Ayrıca bu düşünceleri kontrol etmeye çalışırken bilişsel süreçlerini izleyebilir, bilişsel farkındalığı artabilir. Bütün bu üst-bilişsel inançlar endişeyi artırabilir. Ancak zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasında olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Narsisistik özellikleri olduğu ileri sürülen bu şemaya sahip kişilerin belleklerine güveniyor olabilecekleri ve endişenin baş etme yöntemi olmaktan çok kontrol edilmesi gereken bir duygu olduğuna inanıyor olabilecekleri düşünülmektedir. Buradan yola çıkarak zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasında olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü olduğu ileri sürülebilir. Bu ilişkide olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü olmadığı saptanmıştır. Bunun sebebi olarak zedelenmiş sınırlar şema alanına kişilerin endişenin baş etme yöntemi olmadığına inanması ve narsisistik özellikleri olabileceğinden dolayı bilişsel olarak güvensizlik yaşamıyor olabilecekleri öne sürülebilir.

Yüksek standartları olan, bu nedenle kendi gereksinimlerini göz ardı eden ve olumsuz yaşam olaylarına karşı tetikte olmayı öğrenen yüksek standartlar şema alanına sahip kişilerin diğerleri tarafından eleştirilmekle ilgili tehdit algıları olabileceği düşünülmektedir.



Kişinin yüksek standartlarının olması, bu standartları yerine getiremediği durumlarda ya da eleştirildiği durumlarda kendilikle ilgili tutarsızlık yaşayabileceğini akla getirmektedir. Bu tutarsızlıkla birlikte de üst-bilişsel inançlar aktive olabilir. Endişenin yararlı olduğuna ilişkin olumlu inançları olabilir. Ancak olumlu inançların endişeyi sürdürdüğü bilinmektedir. Böylece de endişenin tehlikeli ve kontrol edilemez olduğuna ilişkin olumsuz inançlar ortaya çıkıyor olabilir. Kişi, düşüncelerini kontrol etme ihtiyacı hissedebilir. Kontrol edebilmesi için de bilişsel farkındalık süreci gerekmektedir. Böylece yüksek standartlar şema alanının endişeyle olan ilişkisinde olumlu inançlar, olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü desteklenebilir. Bu ilişkide bilişsel güvensizliğin aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Bunun nedeninin kişinin içselleştirdiği yüksek standartları gerçekleştirebilmesi için çaba sarf ettiği ve bu doğrultuda belleğine olan güvende azalma olmayabileceği ileri sürülebilir.

### **4.3. ŞEMA ALANLARI İLE DÜŞÜNCE, DAVRANIŞ VE DUYGU ARASINDA DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASININ ARACI ROLÜNE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI**

Araştırma sorularından üçüncüsü şema alanları ile düşünce, davranış ve duygu arasında düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolü olup olmadığıdır. Bu doğrultuda yürütülen analizler sonucunda düşünce eylem kaynaşmasının obsesyonları yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle aracı değişken analizi yürütülememiştir. Bulgular davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) için alt başlıklar halinde aktarılacaktır.

#### **4.3.1. Şema Alanları ile Obsesyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Obsesif Kompulsif Bozuklukta görülen düşünce çıktısı ile şema alanları arasında hem doğrudan ilişki olduğu, hem de üst-bilişlerin olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizlik boyutlarının aracı rolü olduğu saptanırken, DEK boyutlarının aracı rolü olmadığı belirlenmiştir. Önceki bölümde aktarıldığı gibi zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema

alanları obsesyonları yordamaktadır. Aşırı korumacı ya da reddedici ailelere sahip, yetersizlik hisleri olan ve kişilerarası ilişkilerinde güvensiz bağlanan kişilerin obsesyonlara yatkın olduğu yapılan çalışmalarla gösterilmiştir (Merkel ve ark., 1993; Turgeon ve ark., 2002; Alonso ve ark., 2004; Yoshida ve ark., 2005). Bu sonuçlardan yola çıkarak obsesyonların gelişmesinde çocukluk yaşantılarının ve ebeveyn tutumlarının etkili olabileceği düşünülmektedir. Çocukluk yaşantılarıyla oluşan şema alanlarının obsesyonlarla ilişkili olduğu ileri sürülebilir. Öte yandan bu ilişkide üst-biliş boyutlarından olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü varken üst-bilişsel inançlar olarak kabul edilen düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolü olmaması üst-bilişsel kavramların farklılıklarını gösteriyor olabilir. OKB'nin üst-biliş kuramına göre üst-bilişsel inançlar olan kaynaşma inançları (düşünce olay kaynaşması, düşünce eylem kaynaşması, düşünce nesne kaynaşması) girici düşünceyle ilgili değerlendirmeleri ve ritüellerle ilgili inançları, yani üst-biliş boyutlarını tetiklemektedir. Bu değerlendirmeler ve inançlar da davranışsal tepkileri ve duyguları ortaya çıkartmaktadır. Elde edilen bulgular da bu bilgiyi doğrular niteliktedir. Düşünce eylem kaynaşmasının ve üst-biliş boyutlarının şema ile kompulsiyon ve endişe arasında aracı rol oynayıp obsesyonlarda aracı rolü olmaması OKB'de görülen düşünce, davranış ve duygu çıktıları için farklı yolların olduğu görüşünü destekler niteliktedir.

#### **4.3.2. Şema Alanları ile Kompulsiyonlar Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Şema alanları ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK'in aracı rolünü belirlemek amacıyla yürütülen analizler sonucunda zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasında DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu saptanmıştır. Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip kişiler ailelerinden ayrışıp bireyselleşememekte, yetersizlik hissetmektedirler (Young ve ark., 2003).

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile üst-bilişsel bilgi, deneyimler ve kontrol stratejileri arasındaki ilişki önceki bölümlerde aktarılmıştır. Şemaların etkilediği düşünülen üst-bilişsel bilgi ve deneyimler bazı üst-bilişsel inançlara neden olmaktadır. Bu üst-bilişsel inançlar

“kaynaşma inançları” (fusion beliefs) olarak tanımlanmaktadır (Wells, 1997). Bunlar düşünce olay kaynaşması, düşünce eylem kaynaşması ve düşünce nesne kaynaşmasıdır. Çalışma kapsamında düşünce eylem kaynaşması ele alınmıştır. Bu üst-bilişsel inançlar sonucunda BDS devreye girmektedir. OKB’nin üst-biliş modeline göre üst-bilişsel inançlar ritüellerle ilgili inançları aktive eder. Kişi obsesyonları izlemeye başlar. Bunlarla baş edebilmek için de işlevsel olmayan baş etme yöntemlerinden biri olan kompulsiyonları gerçekleştirir. Buradan yola çıkarak başkalarından ayrışma konusunda yetersizlik hissedenden zedelenmiş otonomi şemasına sahip olan OKB tanısı almış kişilerin obsesyonlar sonucunda üst-bilişsel inançları harekete geçiyor olabilir. Bu süreçte; yetersizlik hisleri nedeniyle, sosyal olarak onaylanmakla ilişkili olduğu düşünülen DEK-Ahlakın rol oynadığı belirlenmiştir. DEK-Ahlakın ortaya çıkmasıyla birlikte BDS harekete geçmektedir. BDS sonucunda kişinin işlevsel olmayan baş etme stratejilerine başvurması da kompulsiyonların oluşmasına sebep olmaktadır. Böylece zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü olduğu öne sürülebilir.

Düşünce eylem kaynaşması kavramında kişinin düşüncesine verdiği önem vurgulanmaktadır. Zedelenmiş otonomi şema alanı ile kompulsiyonlar arasında DEK-Olabilirliğin aracı rolü olmamasının sebebi bu şema alanına sahip kişilerin, obsesyonların gerçekleşme olasılığının değil, bu obsesyonları ahlaki olarak gerçekleştirmiş olmanın daha önemli olduğuna inançları olabilir.

#### **4.3.3. Şema Alanları ile Endişe Arasında Düşünce Eylem Kaynaşmasının Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması**

Şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide DEK’in aracı rolünü belirlemek amacıyla yürütülen analizler sonucunda zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasındaki ilişkide hem DEK-Ahlakın hem de DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu belirlenmiştir. Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip kişilerin ailelerinin aşırı korumacı oldukları, her şeyi çocuğun yerine yaptıkları belirtilmektedir. Kopukluk şema alanına sahip olan kişilerin ise ailelerinin reddedici ve eleştirici tutumlarının olduğu ileri

sürülmektedir. Diğer yönelimlilik şema alanına sahip kişilerin aileleri ise çocuğun duyguları ve gereksinimlerini görmezden gelirler. Böylece yetişkinlikte ilişkilerini sürdürmek, onaylanmak için kendi ihtiyaçları yerine ilişki kurduğu kişinin ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırlar (Young ve ark., 2003).

Şema alanlarının üst-biliş boyutları ve DEK boyutlarıyla olan ilişkisi bir önceki bölümde aktarılmıştır. Buradan yola çıkarak yetersizlik, güvensizlik hisseden ve onay arayan kişilerin obsesyonları olduğunda, bu obsesyonların gerçekleşme ihtimalinin arttığına ya da bu obsesyonun akıllarına gelmesinin bunu gerçekleştirmekle ahlaki olarak eşdeğer olduğuna dair üst-bilişsel inançları olabilir. Bu inançlar BDS'yi harekete geçirir. BDS'de düşüncelere tepki olarak endişe ortaya konur, bir kaçınma şekli olarak endişe kullanılır. Böylece şema alanlarının üst-bilişsel inançlardan düşünce eylem kaynaşması aracılığıyla endişeye neden oluyor olabileceği ileri sürülebilir.

#### **4.4. ARAŞTIRMANIN KLİNİK ÖNEMİ VE DOĞURGULAR**

Erken dönem uyum bozucu şemalar ile psikopatolojiler arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar giderek artmaktadır (Welburn ve ark., 2002; Batur, 2004; Karahan, 2006; Çakır, 2007; Soygüt ve ark., 2009; Deas ve ark., 2011). Araştırmanın bu çalışmalara katkısı olabileceği düşünülmektedir. Klinik örnekleme yürütülmüş bir araştırma olmasının, erken dönem uyum bozucu şemalar ile psikopatoloji ilişkisinin belirlenmesi açısından önemli olduğu belirtilebilir. OKB ile ilişkili olan erken dönem uyum bozucu şemaların tedavi sürecinde formülasyonun belirlenmesinde ve tedavi planının şekillendirilmesinde etkili olabilir. Tedaviye başvuran OKB tanısı almış kişilerde hangi üst-bilişsel inançların devreye giriyor olabileceği, bu inançlardan hangilerinin düşünceyi, davranışı ya da duyguyu etkiliyor olabileceği hakkında fikir sahibi olunabilir. Ayrıca bu inançların temelinde hangi şemalar ve bu şemalarla ilgili başa çıkma davranışlarına yönelik formülasyon yapılabilir ve tedavi bu formülasyona göre şekillendirilebilir. Bu nedenle, yapılan çalışmanın uygulama alanına ek katkısı olabilir.

Yapılan araştırmada Şema alanları ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasında üst-bilişlerin ve düşünce eylem kaynaşmasının aracı rolü incelenmiştir. Alanyazına bakıldığında bu ilişkiyi inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca obsesif ve kompulsif belirtiler ayrı olarak analize alınmıştır. Benzer Şekilde bu belirtilerin ayrı olarak değerlendirildiği bir çalışmayla karşılaşılmamıştır. Dolayısıyla yapılan araştırmanın literatüre ek katkısı olabileceği düŐünölmektedir.

#### **4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

Yapılan alıŐmaya Hacettepe Üniversitesi Tıp Faköltesi Erişkin Hastanesi Psikiyatri Polikliniğinde ve Servisinde takip edilen OKB tanısı almış 96 hasta dahil edilmiştir. Örnekleme sayısının az olması ve tek merkezde gerçekleştirilmiş olması sınırlılıklar arasında yer almaktadır. Hastaların, aldıkları tedaviler (ilaç, BDT) ve bu tedavilerin evresi (yeni başvuru, takip) araştırma kapsamında incelenen değişkenleri etkileyebilir. Tedavi almaları OKB belirtilerinin Şiddetini ve katılımcıların endişe düzeylerini azaltabilir. Ayrıca katılımcıların tedavi alıyor olması, özellikle BDT almış olmaları düşünce eylem kaynaşması ve üst-bilişsel inançlarla ilgili ölçümleri etkileyebilir. Bu nedenlerden dolayı hastaların aldıkları tedaviye göre deĐerlendirilmemiŐ olması bir başka sınırlılık olarak değerlendirilebilir.

Araştırmaya katılan hastaların semptomlarının Şiddeti değişiklik göstermektedir. Belirti Őiddetindeki farklılık araştırmaya dahil edilen değişkenleri etkileyebilir. Dolayısıyla belirti Őiddetinin analize alınmamıŐ olması araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Ayrıca kullanılan veri toplama araçları, YBOKÖ dışında, kendini bildirimine dayalı ölçeklerdir. Bulgularla ilgili yorum yapılırken kendini bildirimine dayalı ölçeklerden kaynaklanan problemler göz önünde bulundurulmalıdır. Son olarak elde edilen sonuçlar genellenirken çalışmanın sınırlılıkları dikkate alınmalıdır.

#### 4.6. GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Erişkin Hastanesi Psikiyatri Polikliniğinde ve Servisinde gerçekleştirilmiştir. Farklı merkezlerde, daha geniş bir örnekleme çalışılabilir. Bunun yanı sıra kadın ve erkek katılımcıların sayıları eşitlenerek karşılaştırma yapılabilir. Benzer şekilde farklı hastalık tanısı almış kişiler ve herhangi bir psikiyatrik tanı almamış kontrol gruplarıyla karşılaştırmalı bir araştırma yürütülebilir.

Örneklemin yanı sıra araştırmada kullanılan değişkenlerle ilişkili de önerilerde bulunulabilir. Bu doğrultuda katılımcıların aldıkları tedavi, belirti şiddeti açısından benzer gruplarla çalışılabilir ya da bu değişkenler analizlere dahil edilebilir. Bunların yanı sıra erken dönem uyum bozucu şemalarla yapılan çalışmalara bakıldığında erken dönem yaşantıların şema gelişiminde etkili olduğu görülmektedir. Bu yaşantılarda ebeveyn tutumlarının belirleyici olabileceği, bu nedenle Young Ebeveynlik Ölçeğinin de dahil edildiği çalışmalar yürütülebilir. Ayrıca bu çalışmada şema alanları ile obsesyon, kompulsiyon ve endişe arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Erken dönem uyum bozucu şemalar ile OKB’de görülen düşünce, davranış ve duygu çıktıları arasındaki ilişki de incelenebilir.

Obsesif Kompulsif Bozukluğun üst-biliş kuramına bakıldığında içsel veya dışsal bir tetikleyiciyle birlikte üst-bilişsel inançlar aktive olmaktadır. Üst-bilişsel inançlar da tetikleyiciyle ilgili değerlendirmeleri ve ritüellerle ilgili inançları tetikler. Bunun sonucunda da davranışsal tepki ve duygu ortaya çıkar. Buradan yola çıkarak gelecekte yapılacak olan çalışmalarda OKB belirtilerinin ölçülmesinin yanı sıra girici düşünceler değerlendirilerek OKB’nin üst-biliş modeli sınanabilir. Öte yandan bu çalışma kapsamında üst-bilişsel inançlardan DEK alınmıştır. Diğer inançlar olan düşünce olay kaynaşması ve düşünce nesne kaynaşmasının da rolünün incelendiği çalışma yürütülebilir.

#### 4.7. GENEL SONUÇ

Bu çalışmada, şema alanları ile obsesif-kompulsif belirtiler ve endişe arasındaki ilişki ve bu ilişkide bilişsel değişkenler olan düşünce eylem kaynaşması ve üst-biliş boyutlarının aracı rolü incelenmiştir. Araştırmanın soruları doğrultusunda düşünce eylem kaynaşması boyutlarından olan DEK-Ahlakın üst-biliş boyutlarını (olumlu inançlar, olumsuz inançlar, bilişsel güvensizlik, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) yordadığı belirlenmiştir. Zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile obsesyonlar arasında olumsuz inançlar ve bilişsel güvensizliğin; aynı şema alanları ile kompulsiyonlar arasında ise olumlu inançlar ve bilişsel güvensizliğin aracı rolü vardır. Zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasında üst-biliş boyutlarının hepsinin aracı rolü varken zedelenmiş sınırlar şema alanı ile endişe arasında olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalığın aracı rolü vardır. Yüksek standartlar şema alanı ile endişe arasında ise bilişsel güvensizlik dışındaki üst-biliş boyutlarının aracı rolü vardır. Zedelenmiş otonomi ile kompulsiyonlar arasındaki ilişkide DEK-Ahlakın aracı rolü varken, zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile endişe arasında DEK-Ahlak ve DEK-Olabilirliğin aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Genel olarak elde edilen bulgular değerlendirildiğinde OKB tanısı almış kişilerde görülen düşünce (obsesyon), davranış (kompulsiyon) ve duygu (endişe) çıktılarında özellikle zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının ön plana çıktığı görülmektedir. Şema alanlarının psikopatolojilerde rolü olduğu, bu rolde ise üst-bilişsel kavramlar olan üst-biliş boyutları ve düşünce eylem kaynaşması boyutlarının da rolü olduğu belirlenmiştir. Sınırlılıklarına rağmen elde edilen bulgular doğrultusunda şema alanları ile OKB'deki düşünce, davranış ve duygu çıktısı arasındaki ilişki değerlendirilirken özellikle zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının etkili olduğunun, ayrıca üst-bilişsel kavramların da şema ile çıktılar arasındaki ilişkide rol oynadığının göz önünde bulundurulabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Abramowitz J. S., Whiteside S., Lynam D. & Kals., S. (2003). Is Thought-Action Fusion Specific to Obsessive Compulsive Disorder?: A mediating role of negative affect. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 1069-1079.
- Alonso, P., Menchón, J. M., Mataix-Cols, D., Pifarré, J., Urretavizcaya, M., Cosp, J. M., Jiménez, S., Vallejo, G. & Vallego, J. (2004). Percieved parental rearing style in obsessive-compulsive disorder: relation to symptom dimensions. *Psychiarty Research*, 127(3), 267-278.
- Altın, M. & Gençöz, T. (2011). How Does Thought-Action Fusion Relate to Responsibility Attitudes and Thought Suppression to Aggravate the Obsessive-Compulsive Symptoms? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 39, 99-114.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı (DSM-V)*. (Çev. Köroğlu, E.). Hekimler Yayın Birliği: Ankara.
- Amir, N., Freshman, M., Ramsey, B., Neary, E. & Brigidi, B. (2001). Thought-Action Fusion in Individuals with OCD Symptoms. *Behavioural Research and Therapy*, 39, 765-776.
- Andrews, G., Henderson, S. & Hall, W. (2001). Pervallence, comorbidity, disability and service utilization. Overview of the Australian National Mental Health Survey. *British Journal of Psychiatry*, 178, 145-153.
- Angst, J. Gamma, A., Endrass, J., Goodwin, R., Ajdacic, V., Eich, D. & Rössler, W. (2004). Obsessive-compulsive severity spectrum in the community: prevalence, comorbidity, and course. *European Archives of Psychiatry Clinical and Neuroscience*, 254, 156-164.
- Angst, J. Gamma, A., Endrass, J., Hantouche, E., Goodwin, R., Ajdacic, V., Eich, D. & Rössler, W. (2005). Obsessive-compulsive syndromes and disorders. *European Archives of Psychiatry Clinical and Neuroscience*, 255(1), 65-71.



- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D. & Çalışkan, M. (2008). Early maladaptive schemas activated in patients with obsessive compulsive disorder: A cross-sectional study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 12(4), 268-279.
- Aydın, A., Boysan, M., Tutarel-Kışlak, Ş., Kalafat, T., Selvi, Y. & Beşiroğlu, L. (2012). The Predictive Value of Interpersonal Schemas, Perfectionism, and Thought-Action-Fusion in Obsessive Compulsive Disorder. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 205, 108-118.
- Ball, S. A., & Cecero, J. J. (2001). Addicted patients with personality disorders: Traits, schemas and presenting problems. *Journal of Personality Disorders*, 15, 72- 83.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social-psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Batur, S. (2004). *Yeme bozukluğu gösterenlerde ve göstermeyenlerde temel bilişsel şemalar*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Beck, A. T., Rush, A.J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1979). *Cognitive theory of depression*. Guilford Press: New York.
- Berman, N. C., Abramowitz, J. S., Pardue, C. M., & Wheaton, M. G. (2010). The relationship between religion and thought-action fusion: Use of an in vivo paradigm. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 670-674.
- Berman, N. C., Wheaton, M. G., Fabricant, L. E., Jacobson, S. R. & Abramowitz, J. S. (2011). The effects of familiarity on thought-action fusion. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 695-699.
- Bogetto, F., Venturellos, A. U., Maina, G. & Ravizza, L. (1999). Gender-related clinical differences in obsessive-compulsive disorder. *European psychiatry*, 14(8), 434-441.
- Borkovec, T. D., Ray, W. J., & Stöber, J. (1998). Worry: A cognitive phenomenon intimately linked to affective, physiological, and interpersonal behavioral processes. *Cognitive Therapy and Research*, 22, 561–576.

- Braitman, K. A. (2002). Relationships among body satisfaction, appearance schemas, early maladaptive schemas, and sociocultural attitudes towards appearance. *Dissertation Abstracts International*, 62(10- B), 4835.
- Brown, A. M., & Whiteside, S. P. (2008). Relations among perceived parental rearing behaviours, attachment style and worry in anxious children. *Anxiety Disorders*, 22, 263–272.
- Burns, G. L., Keortge, S. G., Formea, G. M. & Sternberger, L. G. (1996). Revision of the Padua Inventory of obsessive-compulsive symptoms: distinctions between worry, obsessions, and compulsions. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 163-173.
- Camara, M. & Calvete E. (2011). Early Maladaptive Schemas as moderators of the Impact of Stressful Events on Anxiety and Depression in University Students. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*,
- Carr, S. N. & Francis, A. J. P. (2010). Do Early Maladaptive Schemas Mediate the Relationship Between Childhood Experiences and Avoidant Personality Disorder Features? A Preliminary Investigation in a Non-Clinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 343-358.
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive-Behavioral Therapy for OCD*. New York: The Guilford Press.
- Chen, Y. W. & Dilsaver, S. C. (1995). Comorbidity for obsessive-compulsive disorder in bipolar and unipolar disorders. *Psychiatry Research*, 59(1-2), 57-64.
- Chmielewski, M. ve Watson, D. (2008). The heterogeneous structure of schizotypal personality disorder: Item-level factors of the schizotypal personality questionnaire and their associations with obsessive-compulsive disorder symptoms, dissociative tendencies, and normal personality. *Journal of Abnormal Psychology*, 117, 364-376.
- Cockram, D. M., Drummand, P. D. & Lee, C. W. (2010). Role and Treatment of Early Maladaptive Schemas in Vietnam Veterans with PTSD. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17, 165-182.

- Cohen, R. J., & Calamari, J. E. (2004). Thought-Focused Attention and Obsessive-Compulsive Symptoms: An Evaluation of Cognitive Self-Consciousness in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*, 28(4), 457-471.
- Coles, M. E., Mennin, D. S. & Heimberg, R. G. (2001). Distinguishing Obsessive Features and Worries: The role of thought-action fusion. *Behavior Research and Therapy*, 39, 947-959.
- Cougle, J. R., Purdon, C., Fitch, K. E. & Hawkins, K. A. (2013). Clarifying Relations Between Thought-Action Fusion, Religiosity, and Obsessive-Compulsive Symptoms Through Consideration of Intent. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 221-231.
- Çakır, Z. (2007). Antisozyal Kişilik Bozukluğunda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri ve Şema Sürdürücü Başa Çıkma Davranışları Arasındaki İlişkiler: ŞemaTerapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- De Bruin G. O., Muris, P., & Rassin, E. (2007). Are there specific meta-cognitions associated with vulnerability to symptoms of worry and obsessional thoughts? *Personality and Individual Differences*, 42, 689-699.
- Deas, S., Power, K., Collin, P., Yellowless, A. & Grierson, D. (2011). The Relationship between Disordered Eating, Perceived Parenting, and Perfectionistic Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 35, 414-424.
- Doron, G. & Kyrios, M. (2005). Obsessive compulsive disorder: A review of possible specific internal representations within a broader cognitive theory. *Clinical Psychology Review*, 25, 415-432.
- Emmelkamp, P. M. G. & Aardema, A. (1999). Metacognition, Specific Obsessive-Compulsive Beliefs and Obsessive-Compulsive Behaviour. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 139-145.
- Eurelings-Bontekoe, E. H. M., Luyten, P., Ijssennagger, M., van Vreeswijk, M. & Koelen, J. (2010). Relationship between personality organization and Young's cognitive

- model of personality pathology. *Personality and Individual Differences*, 49(3), 198-203.
- Fisher, P. L. & Wells, A. (2005). Experimental modification of beliefs in obsessive-compulsive disorder: a test of the metacognitive model. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 823-829.
- Goodman, W. K., Price, L. H., Rasmussen, S. A., Mazure, C., Fleischmann, R. L., Hill, C. L., Henninger, G. R. & Charney, D. S. (1989). The Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale. I. Development, use, and reliability. *Archives of General Psychiatry*, 46(11), 1006-1011.
- Gwilliam, P., Wells, A. & Cartwright-Hatton, S. (2004). Does Meta-cognition or Responsibility Predict Obsessive-Compulsive Symptoms: A test of the metacognitive model. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 137-144.
- Haaland, A. T., Vogel, P. A., Launes, G., Haaland, V. O., Hansen, B., Solem, S. & Himle, J. A. (2011). The role of early maladaptive schemas in predicting exposure and response prevention outcome for obsessive-compulsive disorder. *Behavior Research and Therapy*, 49, 781-788.
- Halvorsen, M., Wang, C. E., Richter, J., Myrland I., Pederson, S. K., Eisemann, M., & Waterloo, K. (2009). Early Maladaptive Schemas, Temperament and Character Traits in Clinically Depressed and Previously Depressed Subjects. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 16, 394-407.
- Halvorsen, M., Wang, C. E., Eisemann, M. & Waterloo, K. (2010). Dysfunctional Attitudes and Early Maladaptive Schemas as Predictors of Depression: A 9-year follow-up study. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 368-379.
- Harding, H. G., Burns E. E. & Jackson J. L. (2012). Identification of Child Sexual Abuse Survivor Subgroups Based on Early Maladaptive Schemas: Implications for Understanding Differences in Posttraumatic Stress Disorder Symptom Severity. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 560-575.

- Haris, A. E. & Curtin, L. (2002). Parental Perception, Early Maladaptive Schemas and Depressive Symptoms in Young Adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405-416.
- Hedley, L. M., Hoffart, A., & Sexton, H. (2001). Early maladaptive schemas in patients with panic disorder with agoraphobia. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 15, 131-142.
- Hermans, D., Martens, K., De Cort, K., Pieters, G., & Eelen, P. (2003). Reality monitoring and metacognitive beliefs related to cognitive confidence in obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 383-401.
- Hodgson, R. J. & Rachman, S. J. (1977). Obsessional complaints. *Behavioural Research and Therapy*, 15, 389-395.
- Irak, M. & Tosun, A. (2008). Exploring the role of metacognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1316-1325.
- Janeck, A. S., Calamari, J. E., Riemann, B. C. & Heffelfinger, S. K. (2003). Too much thinking about thinking?: metacognitive differences in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 181-195.
- Karadağ, F., Kalkan Oğuzhanoglu, N., Özdel, O., Ateşçi, F. Ç. & Amuk, T. (2006). OCD symptoms in a sample of Turkish patients: a phenomenological picture. *Depresyon and Anxiety*, 23(3), 145-152.
- Karahan, D. (2006). Erken Disfonksiyonel Şemaların Obsesif- Kompulsif Bozukluğu Olan Hastalar ve Sağlıklı Kişilerdeki Aktivasyonlarının Karşılaştırılması. Uzmanlık Tezi. İstanbul Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kliniği.
- Karamustafalıoğlu, O. K., Üçışık, A. M., Ulusoy, M. & Erkmen, H. (1993). Yale-Brown Obsesyon-Kompülsiyon Derecelendirme Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. 29. Ulusal Psikiyatri Kongresi Program ve Bildiri Özetleri Kitabı. Savaş Ofset: Bursa.

- Kenny, D. A., Kashy, D. A. & Bolger, N. (1998). Data analysis in social psychology. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 203-227). Berlin, Germany: Springer-Verlag.
- Krüger, S., Cooke, G. C., Hasey, G. M., Jorna, T. & Persad, E. (1995). Comorbidity of obsessive-compulsive disorder in bipolar disorder. *Journal of Affective Disorders*, 34(2), 117-120.
- Labad, J., Menchon, J. M., Alonso, P., Segalas, C., Jimenez, S., Jaurrieta, N., Leckman, J. F. & Valleja, J. (2008). *Depression and Anxiety*, 25(10), 833-838.
- Leckman, J. F., Grice, D. E., Boardman, J., Zhang, H., Vitale, A., Bondi, C., Alsobrook, J., Peterson, B. S., Cohen, D. J., Rasmussen, S. A., Goodman, W. K., McDougle, C. J. & Pauls, D. L. (1997). Symptoms of obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 154, 911-917.
- Leung, N., Waller, G., & Thomas, G. (1999). Core beliefs in anorexic and bulimic women. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 187, 736-741.
- Lobbestael, J., van Vreeswijk, M. F., Arntz, A. (2008). An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 854-860.
- Lochner, C., Seedat, S., du Toit, P. L., Nel, D. G., Niehaus, D. J. H., Sandler, R. & Stain, D. J. (2005). Obsessive-compulsive disorder and trichotillomania: a phenomenological comparison. *BMC Psychiatry*, 5(2), 1-10.
- Manfredi, C., Caselli, G., Rebecchi, D., Rovetto, F., Ruggiero, G. M., Sassaroli, S. & Spada M. M. (2011). Temperament and parenting styles as predictors of ruminative brooding and worry. *Personality and Individual Differences*, 50, 186-191.
- Marcks, B. A. & Woods, D. W. (2007). Role of thought-related beliefs and coping strategies in the escalation of intrusive thoughts: An analog to obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2640-2651.

- Matthews, G., Deary, I. J. & Whiteman, M. C. (2003). *Personality Traits* (2nd Edition). Cambridge: Cambridge University Press.
- Matthews, G. & Funke, G. J. (2006). Worry and Information-Processing. In G. C. L. Davey & Q. Wells (Eds.), *Worry and its Psychological Disorders* (pp. 51-67). England: Wiley.
- McKay, D., Abramowitz, J. S., Calamari, J. E., Kyrios, M., Radomsky, A., Sookman, D., Taylor, S. & Wilhelm, S. (2004). A critical evaluation of obsessive-compulsive disorder subtypes: Symptoms versus mechanisms. *Clinical Psychology Review*, 24, 283-313.
- Merkel, W. T., Pollard, C. A., Weiner, R. L. & Staebler, C. R. (1993). Perceived Parental Characteristics of Patients with Obsessive Compulsive Disorder, Depression, and Panic Disorder. *Clinical Psychiatry and Human Development*, 24(1), 49-57.
- Meyer, T. J., Miller, M. L., Metzger, R. L. & Borkovec, T. D. (1990). Development and Validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 28(6), 487-495.
- Millet, B., Kochman, F., Gallarda, T., Krebs, M.O., Demonfaucon, F., Barrot, I., Bourdel, M.C., Olie, J.P., Loo, H., ve Hantouche, E.G. (2004). Phenomenological and comorbid features associated in obsessive-compulsive disorder: influence of age of onset. *Journal of Affective Disorder*, 79, 241-246.
- Mohammadi, R. M., Ghanizadeh, A., Rahgozar, M., Noorbala, A. A., Davidian, H., Afzali, H. M., Naghavi, H. R., Yazdi, S. A. B., Saberi, S. M., Mesgarpour, B., Akhondzadeh, S., Alaghebandrad, J. & Tehranidoost, M. (2004). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in Iran. *Psychiatry*, 4(2), 1-8.
- Morino, T. L., Lunt, R. A. & Negy, C. (2008). Thought-acton fusion: A comprehensive analysis using structural equation modeling. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 845-853.

- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences, 32*(2), 337-348.
- Muris, P., Merckelbach, H., Schmidt H. & Mayer, B. (1999). The revised version of the screen for child anxiety related emotional disorder (SCARED-R): factor structure in normal children. *Personality and Individual Differences, 26*, pp. 99–112.
- Muris, P., Meesters, C., Rassin, E., Merckelbach, H. & Campbell, J. (2001). Thought-action fusion and anxiety disorders symptoms in normal adolescents. *Behaviour Research and Therapy, 39*, 843-852.
- Myers, S. G., Fisher, P. L. & Wells, A. (2009). An empirical test of the metacognitive model of obsessive-compulsive symptoms: Fusion beliefs, beliefs about rituals and stop signals. *Journal of Anxiety Disorders, 23*, 436-442.
- Myers, S. G. & Wells, A. (2005). Obsessive-compulsive symptoms: the contribution of metacognitions and responsibility. *Journal of Anxiety Disorders, 19*, 806-817.
- 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.
- Nordahl, H. M., Holthe, H. & Haugum, J. A. (2005). Early Maladaptive Schemas in Patients with or without Personality Disorders: does schema modification predict symptomatic relief. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 12*, 142-149.
- Petrocelli, J. V., Glaser, B. A., Calhoun, G. B. & Campbell, L. F. (2001a). Cognitive Schemas as Mediating Variables of the Relationship between the Self-Defeating Personality and Depression. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23*(3), 183-191.
- Petrocelli, J. V., Glaser, B. A., Calhoun, G. B. & Campbell, L. F. (2001b). Early Maladaptive Schemas of Personality Disorder Subtypes. *Journal of Personality Disorder, 15*(6), 546-559.



- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A. & Cunha, M. (2006). Early Maladaptive Schemas and Social Phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 571-584.
- Piri, S. & Kabakçı, E. (2007). Düşünce-Eylem Kaynaşması, Yükleme Biçimleri, Depresif ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 1-10.
- Purdon, C. & Clark, C. A. (1999). Metacognition and Obsessions. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 102-110.
- Rachman, S. (1976). The modification of obsessions: A new formulation. *Behaviour Research and Therapy*, 14 , 437-443.
- Rachman, S. (1993). Obsessions, responsibility and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 149–154.
- Rachman, S. (1997). A COGNITIVE THEORY OF OBSESSIONS. *Behaviour Research and Therapy*, 39(9) , 793-802.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 385-401.
- Rachman, S., Thordarson, D. S., Shafran, R., & Woody, S. R. (1995). Perceived responsibility: Structure and significance. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 779–784.
- Rachman, S. & Shafran R. (1999). Cognitive Distortions: Thought-Action Fusion. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 80-85.
- Rasmussen, S. A. & Eisen, J. L. (1992). The epidemiology and clinical features of obsessive compulsive disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 15, 743-758.
- Rassin, E. (2001). The contribution of thought-action fusion and thought suppression in the development of obsession-like intrusions in normal participants. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 1023-1032.

- Rassin, E., Diepstraten, P., Merckelbach, H. & Muris, D. (2001). Thought-Action Fusion and Thought Suppression in Obsessive-Compulsive Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 757-764.
- Rassin, E. & Koster, E. (2003). The correlation between thought-action fusion and religiosity in a normal sample. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 361-368.
- Rassin, E., Merckelbach, H., Muris, P. & Spaan, V. (1999). Thought-action fusion as a casual factor in the development of intrusions. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 231-237.
- Rassin, E., Merckelbach, H., Muris, P. & Schmidt, H. (2001). The thought-action fusion scale: further evidence for its reliability and validity. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 537-544.
- Rassin, E., Muris, P., Schmidt, H. & Merckelbach, H. (2000). Relationships between Thought-Action Fusion, Thought Suppression and Obsessive-Compulsive Symptoms: A structural equation modeling. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 889-897.
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A. & Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136, 581-590.
- Riso, L. P., du Toit, P. L., Blandino, J. A., Penna, S., Dacey, S., Duin, J. S., Pacoe, E. M., Grant, M.M. & Ulmer, C.S. (2003). Cognitive Aspects of Chronic Depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 112(1), 72-80.
- Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N., Penna, S., Blandino, J. A., Jacobs, C. E. & Cherry, M. (2006). The Long-Term Stability of Early Maladaptive Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515-529.
- Ruscio, A. M., Stein, D. J. & Kessler, R. C. (2010). The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in the National Comorbidity Survey Replication. *Molecular Psychiatry*, 15, 53-63.

- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive Problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 571-583.
- Salkovskis, P., Shafran, R., Rachman, S. & Freeston, M. H. (1999). Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problems: possible origins and implications for therapy and research. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 1055-1072.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19(3), 295-321.
- Sezgin, N. (1996). The normative study of schema questionnaire on Turkish university students: A pilot study. 26th Congress of European Association for Behaviour and Cognitive Therapy, Budapest: Hungary.
- Sezgin, N. (1997). The factor study of schema questionnaire on a Turkish sample. Fifth European Congress of Psychology, Dublin: Ireland, Abstract book, s. 63.
- Shafran, R. & Rachman, S. (2004). Thought-Action Fusion: A review. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35, 87-107.
- Shafran, R., Thordarson, D. S. & Rachman, S. (1996). Thought-Action Fusion in Obsessive Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379-391.
- Sica, C., Steketee, G., Ghisi, M., Chiri, L. R. & Franceschini, S. (2007). Metacognitive Beliefs and Coping Strategies Predict Worry, Obsessive-Compulsive Symptoms and Coping Styles: A Preliminary Prospective Study on an Italian Non-Clinical Sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 258-268.
- Smári, J. & Hólmsteinsson, H. E. (2001). Intrusive thoughts, responsibility attitudes, thought-action fusion, and chronic thought suppression in relation to obsessive compulsive symptoms. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 29, 13-20.
- Skoog, G. ve Skoog, I. (1999). A 40-year follow-up of patients with obsessive-compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 56, 121-127.

- Solem, S., Myers, S. G., Fisher, P. L., Vogel, P. A. & Wells, A. (2010). An empirical test of the metacognitive model of obsessive-compulsive symptoms: Replication and extension. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 79-86.
- Sookman D, Pinard G, Beck AT. (2001). Vulnerability schemas in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 15, 109–130.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. & Çakır, Z.(2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi :Y.Ş.Ö.Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Spada, M. M., Caselli, G., Manfredi, C., Rebecchi, D., Rovetto, F., Ruggiero, G. M., Nikčević, A. V. & Sassaroli, S. (2012). Parental Overprotection and Metacognitions as Predictors of Worry and Anxiety. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40, 287-296.
- Stopa, L., Thorne, P., Waters, A., & Preston, J. (2001). Are the short and long forms of the Young schema questionnaire comparable and how well does each version predict psychopathology scores? *Journal of Cognitive Therapy*, 15 (3), 253-272.
- Stöber, J. & Joormann, J. (2001). Worry, Procastination, and Perfectionism: Differentiating Amount of Worry, Pathological Worry, Anxiety, and Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(1), 49-60.
- Summerfeldt, L. J., Richter, M. A., Antony, M. M. & Swinson R. P. (1999). Symptom structure in obsessive-compulsive disorder: A confirmatory factor analytic study. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 297-311.
- Tabachnick, B. G. & Fidel, L. S. (1996). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Tadai, T., Nakamura, M., Okazaki, S. & Nakajima, T. (1995). The prevalence of obsessive-compulsive disorder in Japan: A study of students using the Maudsley Obsessional-Compulsive Inventory and DSM-III-R. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 49(1), 39-41.

- Taşdemir, T. (2011). *Psikiyatri Polikliniğine Başvuran Kişilerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İncelenmesi: Sağlıklı Bireylerle bir Karşılaştırma Çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Tek, C., Uluğ, B., Rezaki, B. G., Tanrıverdi, N., Mercan, S., Demir, B. & Vargel, S. (1995). Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale and US National Institute of Mental Health Global Obsessive Compulsive Scale in Turkish: reliability and validity. *Archives of General Psychiatry*, 91(6), 410-413.
- Thimm, J. C. (2010). Personality and Early Maladaptive Schemas: A five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(4), 373-380.
- Thompson-Hollands, J., Farchione, T. J. & Barlow, D. W. (2013). Thought-Action Fusion Across Anxiety Disorder Diagnosis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(5), 407-413.
- Tosun, A. & Irak, M. (2008). Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe Uyarlaması, Geçerliği, Güvenirliği, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 67-80.
- Turgeon, L., O'Connor, K. P., Marchand, A., & Freeston, M. H. (2002). Recollections of parent-child relationships in patients with obsessive-compulsive disorder and panic disorder with agoraphobia. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(4), 310-316.
- Unoka, Z., Tölgyes, T. & Czobor, P. (2007). Early maladaptive schemas and body mass index in subgroups of eating disorders: a differential association. *Comprehensive Psychiatry*, 48, 199-204.
- Welburn, K., Carstine, M., Dagg, P., Pontefract, A. & Jordan, S. (2002). The Schema Questionnaire-short form: Factor analysis and relationships between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26,519-530.
- Wells, A. (1995). Meta-Cognition and Worry: a cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 23, 301-320.

- Wells, A. (1997). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: A practice manual and conceptual guide*. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A. (1999). A Cognitive Model of Generalized Anxiety Disorder. *Behavior Modification*, 23(4), 526-555.
- Wells, A. (2001). *Emotional Disorders and Metacognition: Innovative cognitive therapy*. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A. (2008). Metacognitive Therapy: Cognition Applied To Regulating Cognition. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36, 651-658.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*. New York, USA: The Guilford Press.
- Wells, A., & Cartwright-Hatton, S. (2004). A short form of the metacognitions questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 385-396.
- Wells, A., & Matthews, G. (1994). *Attention and emotion: a clinical perspective*. Hove, UK: Erlbaum.
- Wells, A. & Papagiorgiou, C. (1998). Relationships between worry, obsessive-compulsive symptoms and meta-cognitive beliefs. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 899-913.
- Yılmaz, A. E., Gençöz, T., & Wells, A. (2008). Psychometric characteristics of the Penn State Worry Questionnaire and Meta-Cognitions Questionnaire-30 and metacognitive predictors of worry and obsessive-compulsive symptoms in a Turkish Sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 424-439.
- Yorulmaz, O., Yılmaz, A. E. & Gençöz, T. (2004). Psychometric Properties of the Thought-Action Fusion Scale in a Turkish Sample. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1203-1214.

- Yorulmaz, O., Karancı, A. N., Baştuğ, B., Kısa, C. & Göka, E. (2008). Responsibility, Thought-Action Fusion, and Thought Suppression in Turkish Patients With Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 64 (3), 308-317.
- Yoshida, T., Taga, C., Matsumoto, Y. & Fukui, K. (2005). Paternal overprotection in obsessive-compulsive disorder and depression with obsessive traits. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59(5), 533-538.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A practitioner's guide*. NY: Guilford Press.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (1994). *Reinventing your life* (Çev. Esra Tuncer, Özlem Mestçioğlu). New York: Plume.
- Ziegler-Hill, V., Green, B. A., Arnau, R. C., Sissemore, T. B. & Myers, E. M. (2010). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry*, 42(1), 96-103.
- Zohar, A. H., Ratzoni, G., Pauls, D. L., Apter, A., Bleich, A., Kron, S., Rappaport, M., Wiezman, A. & Cohen, D. J. (1992). An Epidemiological Study of Obsessive-Compulsive Disorder and Related Disorders in Israeli Adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 31(6), 1057-1061.
- Zucker, B. G., Craske, M. G., Barrios, V. & Holguin, M. (2002). Thought action fusion: can it be corrected? *Behaviour Research and Therapy*, 40, 653-664.

**EK 1**

## DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1) Uygulama Tarihi:
- 2) Cinsiyet:  Kadın  Erkek
- 3) Doğum Tarihi:
- 4) Öğrenim Düzeyi (Toplam yıl):
- 5) Medeni durum:
  1.  Bekar
  2.  Evli
- 6) Çocuk sayısı:.....
- 7) Evde yaşadığı kişiler: .....
- 8) Çalışıyor mu?  
Çalışıyorsa işi:.....
- 9) Başvurma şikayetleri:
- 10) Şikayetlerin başlama zamanı: .....
- 11) İlk psikiyatri kliniğine/doktoruna başvuru zamanı: .....
- 12) Yatarak tedavi görüp görmediği?  Evet  Hayır  
Evet ise kaç kez? .....
- 13) Kullanılan ilaçların isimleri:.....
- 14) BDT alıp almadığı?  Evet  Hayır  
Evet ise süre?  
Daha önce almış mı?
- 15) Ailede psikiyatrik hastalık öyküsü var mı?



## EK 2

### YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ KISA FORM 3 – YŞÖ-KF3

**Yönerge:** Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin **duygusal olarak** ne hissettiğinize dayanarak cevap verin.

Bir kaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

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

#### **Derecelendirme:**

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

1. \_\_\_\_ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. \_\_\_\_ Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. \_\_\_\_ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.
4. \_\_\_\_ Uyumsuzum.
5. \_\_\_\_ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.
6. \_\_\_\_ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum
7. \_\_\_\_ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. \_\_\_\_ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. \_\_\_\_ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşlılarım kadar, başaramadım.
10. \_\_\_\_ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. \_\_\_\_ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. \_\_\_\_ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseydiğimi göstermek gibi).
13. \_\_\_\_ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. \_\_\_\_ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. \_\_\_\_ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. \_\_\_\_ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. \_\_\_\_ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissedirim.

18. \_\_\_\_ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. \_\_\_\_ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. \_\_\_\_ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. \_\_\_\_ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. \_\_\_\_ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. \_\_\_\_ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. \_\_\_\_ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. \_\_\_\_ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. \_\_\_\_ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.
27. \_\_\_\_ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. \_\_\_\_ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. \_\_\_\_ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. \_\_\_\_ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. \_\_\_\_ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. \_\_\_\_ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. \_\_\_\_ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. \_\_\_\_ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. \_\_\_\_ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. \_\_\_\_ Eğer yanlış yaparsam, bunun özrü yoktur.

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

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

75. \_\_\_\_ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. \_\_\_\_ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. \_\_\_\_ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. \_\_\_\_ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. \_\_\_\_ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. \_\_\_\_ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. \_\_\_\_ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. \_\_\_\_ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. \_\_\_\_ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. \_\_\_\_ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. \_\_\_\_ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. \_\_\_\_ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. \_\_\_\_ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. \_\_\_\_ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. \_\_\_\_ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. \_\_\_\_ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.

### EK 3

#### ÜSTBİLİŞLER ÖLÇEĞİ-30

Bu anket insanların kendi düşünceleri hakkında sahip oldukları inançları ile ilgilidir.

Aşağıda, insanların ifade ettikleri bazı inançlar listelenmiştir. Lütfen her maddeyi okuyunuz ve bu ifadeye genellikle ne kadar katıldığınızı uygun numarayı daire içine alarak belirtiniz.

Lütfen tüm maddelere cevap veriniz, doğru ya da yanlış cevap yoktur.

	Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Endişelenmek gelecekte olabilecek sorunları engellememe yardımcı olur	1	2	3	4
2. Endişelerim benim için tehlikelidir	1	2	3	4
3. Düşüncelerim hakkında çok düşünürüm	1	2	3	4
4. Endişelenerek kendi kendimi hasta edebilirim	1	2	3	4
5. Bir sorun üzerinde düşündüğüm esnada, zihnimin nasıl çalıştığının farkında olurum	1	2	3	4

6.	EndiŖe verici bir dűŖnceyi kontrol altına almazsam, ve sonra bu dűŖncem gerekleŖirse, bu benim hatam olur	1	2	3	4
7.	Planlı kalabilmek için endiŖelenmem gerekir	1	2	3	4
8.	Kelime ve isimlerle ilgili hafızama gűvenim azdır	1	2	3	4
9.	Durdurmak için ne kadar uęraŖsam da, endiŖe verici dűŖüncelerim devam eder	1	2	3	4
10.	EndiŖelenmek iŖleri zihnimde bir dűzene koymama yardımcı olur	1	2	3	4
11.	EndiŖe verici dűŖüncelerimi gűrmezden gelmek elimde deęildir	1	2	3	4
12.	DűŖüncelerimi izler, takip altında tutarım	1	2	3	4
13.	DűŖüncelerimi her zaman kontrolűm altında tutabilmem gerekir	1	2	3	4
14.	Hafızam beni zaman zaman yanıtabilir	1	2	3	4
15.	EndiŖelerim beni deliye dűndűrebilir	1	2	3	4



16.	Düşüncelerimin sürekli farkındayım	1	2	3	4
17.	Hafızam zayıftır	1	2	3	4
18.	Zihnimin nasıl çalıştığına çok dikkat ederim	1	2	3	4
19.	Endişelenmek yaşadıklarımın başatma yardımcı olur	1	2	3	4
20.	Düşüncelerimi kontrol altına alamamak bir zayıflık işaretidir	1	2	3	4
21.	Endişelenmeye başladığımda, bunu durduramam	1	2	3	4
22.	Bazı düşünceleri kontrol altına almadığım için cezalandırılacağım	1	2	3	4
23.	Endişelenmek sorunları çözmeme yardımcı olur	1	2	3	4
24.	Yerlerle ilgili hafızama güvenim azdır	1	2	3	4
25.	Bazı düşünceleri akıldan geçirmek kötüdür	1	2	3	4
26.	Hafızama güvenmem	1	2	3	4

27.	Düşüncelerimi kontrol altına alamazsam, iş göremez hale gelirim	1	2	3	4
28.	İyi çalışmak için, endişelenmem gerekir	1	2	3	4
29.	Olaylarla ilgili hafızama güvenim azdır	1	2	3	4
30.	Düşüncelerimi sürekli incelerim	1	2	3	4

## EK 4

### DÜŞÜNCE EYLEM KAYNAŞMASI ÖLÇEĞİ

Aşağıda bazı düşünce ve davranışlara ilişkin ifadeler yer almaktadır. Her ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra bu ifadeye ne kadar katıldığınızı belirtiniz. **Tamamen katılıyorsanız 4, Hiç katılmıyorsanız 0** rakamını işaretleyiniz. Doğru yada yanlış cevap yoktur. Hiçbir maddeyi boş bırakmamaya özen gösteriniz.

	<i>Hiç</i>		<i>Tamamen</i>		
	Katılmıyorum		Katılıyorum		
<b>1. Eğer birinin zarar görmesini istersem, bu neredeyse ona zarar vermem kadar kötüdür.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
2. Bir akrabamın ya da arkadaşımın trafik kazası geçirdiğini düşünürsem, bu onun kaza geçirme riskini artırır.	0	1	2	3	4
<b>3. Düşerek yaralandığımı düşünürsem, bu benim düşüp yaralanma riskimi artırır.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
4. Din karşıtı bir düşünceye sahip olmak, bence neredeyse böyle davranmak kadar günahtır.	0	1	2	3	4
<b>5. Başka birine küfretmeyi akıldan geçirmek, bence neredeyse gerçekten küfür etmek kadar kabul edilemez bir durumdur.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
6. Bir arkadaşım hakkında kaba şeyler düşündüğümde, ona neredeyse kaba davranmış kadar vefasızlık etmiş olurum.	0	1	2	3	4
<b>7. Bir insanla ilişkimde onu kandırmayı düşünmek, bence neredeyse gerçekten kandırmak kadar ahlaksızlıktır.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
8. Bir akrabamın ya da arkadaşımın işini kaybettiğini düşünürsem, bu onun işini kaybetme riskini artırır.	0	1	2	3	4

<b>9. Bir başkasıyla ilgili müstehcen şeyler düşünmem, neredeyse bu şekilde davranmam kadar kötüdür.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
10. Bir akrabamın ya da arkadaşımın hastalandığını düşünürsem, bu onun hastalanma riskini artırır.	0	1	2	3	4
<b>11. Saldırganlık içeren düşüncelere sahip olmak, bence neredeyse saldırgan davranmak kadar kabul edilemez bir durumdur.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
12. Kıskançlık içeren bir düşüncem olduğunda, bu durum neredeyse bunu söylemiş olmamla aynıdır.	0	1	2	3	4
<b>13. Trafik kazası geçirdiğimi düşünürsem, bu benim kaza geçirme olasılığımı artırır.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
14. Bir başkasına müstehcen hareketler yapmayı düşünürsem, bu neredeyse öyle davranmam kadar kötüdür.	0	1	2	3	4
<b>15. Kutsal yerlerde müstehcen şeyler düşünmek, bence kabul edilemez bir durumdur.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
16. Bir akrabamın ya da arkadaşımın düşerek yaralandığını düşünürsem, bu onun düşüp yaralanma riskini artırır.	0	1	2	3	4
<b>17. Hastalandığımı düşünürsem, bu benim hasta olma riskimi artırır.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
18. Bir arkadaşına olumsuz bir eleştiride bulunmayı akıldan geçirmek, bence neredeyse bunu söylemek kadar kabul edilemez bir durumdur.	0	1	2	3	4
<b>19. Kutsal yerlerde müstehcen şeyler düşünmem, neredeyse oralarda böyle şeyleri gerçekten yapmam kadar günahıdır.</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

## EK 5

### YALE-BROWN OBSESYON KOMPULSİYON DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ

#### Y-BOCS SEMPTOM KONTROL LİSTESİ

Var olan tüm semptomları işaretleyiniz. Birincil semptomları “P” ile işaretleyiniz. (Değerlendirme yapanın, hastanın bahsettiği davranışların, basit fobi veya hipokondriyazise ait değil, obsesif kompulsif bozukluğa ait olduğundan emin olması gereklidir. “s” ile işaretlenen semptomlar obsesif kompulsif bozukluğa ait olabilir veya olmayabilir.)

**Şimdi**      **Geçmişte**

#### SALDIRGANLIK OBSESYONLARI

- |  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | Kendine zarar vereceğinden korkma   |
|  |  | Başkalarına zarar vereceğinden korkma   |
|  |  | Şiddet içeren veya korkutucu imgeler  |
|  |  | Müstehcen veya hakaret edici sözler söyleme korkusu   |
|  |  | Utanılacak bir şey yapmaktan korkma*  |
|  |  | İstenmeyen dürtüleri yapmaktan korkma (örn. Arkadaşını yaralama)                                |
|  |  | Çalacağından korkma   |
|  |  | Dikkatsizlik nedeniyle başkalarına zarar verme korkusu (örn. çarpma/kaçma, motorlu araç kazası) |
|  |  | Olan kötü olaylardan kendinin sorumlu olacağı korkusu (örn. yangın, hırsızlık)                  |
|  |  | Diğer.....  |

#### KİRLENME OBSESYONLARI

- |  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | Vücut atık veya salgılarından (örn. idrar, dışkı, tükürük) kaygılanmak veya iğrenmek |
|  |  | Kir veya mikroplardan kaygılanmak  |
|  |  | Çevre kirliliğinden aşırı kaygı duymak (ör. asbestoz, radyasyon, toksik atıklar)     |

- 
- Evde kullanılan maddelerden aşırı kaygılanmak (örn. temizlik maddeleri, çözücüler)
- 
- Kontaminasyon nedeni ile hastalanma kaygısı
- 
- Hayvanlardan aşırı derecede korkmak (örn. böcekler)
- 
- Yapışkan maddeler veya atıklardan rahatsız olmak
- 
- Başkalarına hastalık etkeni bulaştırma kaygısı (saldırgan)
- 
- Sadece kontaminasyon halinde ne hisseceğinden kaygılanmak, sonuçları düşünmemek
- 
- Diğer.....

### **CİNSEL OBSESYONLAR**

- 
- Yasaklanmış veya sapıklık derecesinde cinsel düşünce, görüntü veya dürtüler
- 
- Çocuklar veya inest ilişki ile ilgili
- 
- Homoseksüel ilişki ile ilgili\*
- 
- Başkalarına karşı cinse davranış (saldırgan)\*
- 
- Diğer.....

### **BİRİKTİRME/SAKLAMA OBSESYONLARI**

- 
- (Hobiler ve maddi ve manevi değeri olan eşyala ile karşılaştırılmamalı)
- 
- 

### **DİNİ OBSESYONLAR**

- 
- Kutsal şeylere karşı hürmetsizlik veya günah ile ilgili
- 
- Doğru /Yanlış kavramları ile aşırı ilgi
- 
- Diğer.....

### **EŞYALARIN SİMETRİKLİĞİ VE DÜZENİ İLE İLGİLİ OBSESYONLAR**

- 
- Doğüstü düşünce ile birlikte (örn. eşyaların yerinde olmaması halinde annesinin başına kaza geleceği)
- 
- Doğüstü düşünceler olmadan

**DİĞER OBSESYONLAR**

- ----- Bilme veya hatırlama ihtiyacı
- ----- Belirli şeyleri söyleme korkusu
- ----- Doğru şeyi söyleyememe korkusu
- ----- Bir şeyler kaybetme korkusu
- ----- İstenmeyen (dehşet içermeyen) görüntüler
- ----- Anlamsız sesler, kelimeler veya müzik duyma
- ----- Belirli seslerden veya gürültüden rahatsız olma\*
- ----- Uğurlu veya uğursuz sayılar
- ----- Özel anlamı olan renkler
- ----- Batıl itikatlar
- ----- Diğer.....

**SOMATİK OBSESYONLAR**

- ----- Hastalık ile ilgili\*
- ----- Vücudun bir parçası veya görünümü ile aşırı ilgili (örn. dismorfofobi)
- ----- Diğer.....

**TEMİZLEME/YIKAMA KOMPULSİYONLARI**

- ----- Aşırı veya törensel el yıkama
- ----- Aşırı veya törensel duş, banyo, diş fırçalama veya giyime ileri derecede dikkat
- ----- Ev eşyalarının veya diğer cansız nesnelere aşırı temizliği ile ilgili
- ----- Kirletici maddeler ile teması önleyen veya yok eden diğer önlemler
- ----- Diğer.....

**KONTROL ETME KOMPULSİYONLARI**

- ----- Kilit, ocak, alet vb.lerinin kontrolü
- ----- Başkalarına zarar vermediğini/vermeyeceğini kontrol etmek

-----	-----	Kendine zarar vermediğini/vermeyeceğini kontrol etmek
-----	-----	Korkunç bir şey olmadığını/olmayacağını kontrol etmek
-----	-----	Hata yapıp yapmadığını kontrol etmek
-----	-----	Somatik obsesyonlara bağlı kontroller
-----	-----	Diğer.....
		<b>TEKRARLAYICI TÖRENSEL DAVRANIŞLAR</b>
-----	-----	Tekrar okuma veya yazma
-----	-----	Rutin hareketleri tekrarlama gereksinimi (örn. kapıdan girme/çıkma, sandalyeye oturma/kalkma)
-----	-----	Diğer.....
		<b>SAYMA KOMPULSİYONLARI</b>
-----	-----	-----
		<b>SIRALAMA/DÜZENLEME KOMPULSİYONLARI</b>
-----	-----	-----
		<b>BİRİKTİRME/TOPLAMA KOMPULSİYONLARI</b>
		[Hobilerden, maddi ve manevi değeri olan şeylerin toplanması ile karşılaştırılmamalıdır (örn. eski metupları dikkatle okumak, eski gazeteleri düzenlemek, ufak tefek şeyleri sınıflandırmak, işe yaramaz şeyleri biriktirmek).]
-----	-----	-----
		<b>DİĞER KOMPULSİYONLAR</b>
-----	-----	Zihinsel törenler (kontrol veya sayma dışında)
-----	-----	Aşırı liste hazırlama
-----	-----	Söyleme, sorma veya itiraf etme gereksinimi
-----	-----	Dokunma, vurma veya ovalama gereksinimi*
-----	-----	Göz kırpma veya gözlerini dikme törensi davranışları*
-----	-----	Kendine .....; başkalarına..... zarar gelmemesi veya kötü olaylara ..... karşı önlem alma (kontrol etme değil)
-----	-----	Tören haline gelmiş yemek yeme alışkanlıkları*



----- ----- Batıl davranışlar  
----- ----- Trikotillomani\*  
----- ----- Kendine zarar verici veya yaralayıcı davranışlar  
----- ----- Diğer.....

	Yok	Hafif	Orta	Ciddi	İleri
1. Obsesyonlarla geçen zaman	0	1	2	3	4
2. Obsesyonlardan etkilenme	0	1	2	3	4
3. Obsesyonlardan rahatsız olma					
	Sürekli				Tam
	direnme				teslimiyet
4. Obsesyonlara karşı direnme	0	1	2	3	4
	Tam	Yeterli	Orta	Az	Kontrol
	kontrol	kontrol	kontrol	kontrol	yok
5. Obsesyonların kontrolü	0	1	2	3	4
	Yok	Hafif	Orta	Ciddi	İleri
6. Kompulsiyonlarla geçen zaman	0	1	2	3	4
7. Kompulsiyonlardan etkilenme	0	1	2	3	4
8. Kompulsiyonlardan rahatsız olma	0	1	2	3	4
	Sürekli				Tam
	direnme				teslimiyet
9. Kompulsiyonlara karşı direnme	0	1	2	3	4
	Tam	Yeterli	Orta	Az	Kontrol
	kontrol	kontrol	kontrol	kontrol	yok
10. Kompulsiyonların kontrolü	0	1	2	3	4

## EK 6

### PENN EYALET ENDİŞE ÖLÇEĞİ

Her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını, aşağıda verilen ölçekten yararlanarak değerlendiriniz ve uygun olan numarayı ilgili maddenin yanındaki boşluğa yazınız.

	1	2	3	4	5
	Beni hiç tanımlamıyor		Beni biraz tanımlıyor		Beni çok iyi tanımlıyor
___	1.	Herşeyi yapmaya yeterli zamanım yoksa bunun için endişelenmem.			___
	2.	Endişelerim beni bunaltır.			
___	3.	Yaşamakta olduğum şeyler hakkında endişelenme eğiliminde değilimdir.			
___	4.	Birçok durum beni endişelendirir.			
___	5.	Yaşamakta olduğum şeyler hakkında endişelenmem gerektiğini biliyorum ama kendime engel olamıyorum.			
___	6.	Baskı altında olduğumda çok endişelenirim.			
___	7.	Her zaman birşeyler hakkında endişeleniyorum.			
___	8.	Endişe verici düşünceleri aklımdan kolaylıkla atarım.			
___	9.	Bir işi bitirir bitirmez, yapmak zorunda olduğum tüm diğer şeyler hakkında endişelenmeye başlarım.			
___	10.	Asla herhangi bir şey için endişelenmem.			
___	11.	Bir konu ile ilgili olarak yapabileceğim daha fazla bir şey olmadığında, artık o konu hakkında endişelenmem.			
___	12.	Tüm yaşamım boyunca endişeli biri olmuşumdur.			
___	13.	Yaşamakta olduğum şeyler hakkında endişeleniyor olduğumu farkederim.			
___	14.	Bir kez endişelenmeye başladığımda, bunu durduramam.			
___	15.	Sürekli olarak endişeliyimdir.			
___	16.	Tamamen yapıp bitirene kadar tasarladığım işler hakkında endişelenirim.			

## EK 7

### AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programına bağlı tez çalışması olarak psikiyatri polikliniğinde ve servisinde takip edilen kişilerde hastalık belirtileri ile duygu ve düşünceler arasındaki ilişkiyi incelemek üzere bir araştırma yürütülmektedir. Bunun için sizden bazı değerlendirme araçlarını (ölçekler) eksiz bir şekilde doldurmanız istenmektedir. Tahminen bu işlem yaklaşık 30-40 dakikanızı alacaktır. Bu ölçeklerin yanı sıra araştırmacı tarafından bir değerlendirme yapılacak ve demografik bilgi formu uygulanacaktır. Çalışmaya katılımınızın hastalık belirtileri ile duygu ve düşünceler arasındaki ilişkiyi anlamada katkısı olabileceği düşünülmektedir. Sonuçları yalnız bilimsel amaçlarla kullanılacak olan bu çalışmaya katılımınız tamamen sizin isteğinize bağlıdır. Araştırmada yer almayı reddedebilir, herhangi bir aşamada çalışmadan çekilebilirsiniz. Çalışmaya katılımınız için size para verilmeyecek ya da karşılığında herhangi bir şey istenmeyecektir. Sizden herhangi bir kimlik bilgisi alınmayacak ve çalışma bilgileri yalnızca bu çalışma kapsamında kullanılacaktır.

**Araştırmayı yürüten:** Berge ENGÜR

**Danışman:** Prof. Dr. Elif BARIŞKIN

Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü

#### **Katılımcının beyanı**

Yukarıda okuduğum çalışma ile ilgili bilgiler bana sözlü olarak da iletildi. Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

**Katılımcının** (dolduracağınız formlarda isminiz alınmayacak, gizliliğiniz korunacaktır)

Adı soyadı ve imzası

.....

**Uygulayıcının**

Adı soyadı ve imzası.....

**EK 8****KATILIM SONRASI BİLGİLENDİRME FORMU**

*Obsesif Kompulsif Belirti Kümeleri, Depresyon ve Anksiyetede Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Üst-biliş ve Düşünce Eylem Kaynaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* isimli tez çalışmama gösterdiğiniz ilgi nedeniyle çok teşekkür ederim. Araştırmanın sonuçları toplu bir biçimde değerlendirilecektir. Bireysel değerlendirme yapılmayacaktır. Araştırmanın sonuçları ile ilgili bilgi edinmek isterseniz Haziran 2014'Ten itibaren benimle temas kurabilirsiniz.

Psk. Berge ENGÜR

H.Ü. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D.

Tel: 305 18 73-74

## EK 9

### ARACI DEĞİŞKEN ANALİZİ YÜRÜTEBİLMEK İÇİN GEREKLİ OLAN İLK ÜÇ ÖLÇÜTE İLİŞKİN REGRESYON ANALİZİ BULGULARI

Tablo 3.5. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanının Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
Obsesyon	Zedelenmiş otonomi	.33	3.42	.33	.11	.10	.001
Kompulsiyon	Zedelenmiş otonomi	.21	2.09	.21	.04	.03	.039
Endişe	Zedelenmiş otonomi	.56	6.48	.56	.31	.30	.000

Tablo 3.6. Kopukluk Şema Alanının Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
Obsesyon	Kopukluk	.36	3.77	.36	.13	.12	.000
Kompulsiyon	Kopukluk	.23	2.29	.23	.05	.04	.025
Endişe	Kopukluk	.41	4.31	.41	.17	.16	.000

Tablo 3.7. Yüksek Standartlar Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Endişe	Yüksek standartlar	.37	3.90	.37	.14	.13	.000

Tablo 3.8. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Endişe	Zedelenmiş sınırlar	.31	3.19	.31	.10	.09	.002

Tablo 3.9. Diğer Yönelimlilik Şema Alanının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Endişe	Diğeri yönelimlilik	.46	4.98	.46	.21	.20	.000

Tablo 3.11. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
DEK-Ahlak	Zedelenmiş otonomi	.42	4.42	.42	.17	.16	.000
DEK-Olabilirlik	Zedelenmiş otonomi	.33	3.43	.33	.11	.10	.001
Olumlu inançlar	Zedelenmiş otonomi	.42	4.48	.42	.18	.17	.000
Olumsuz inançlar	Zedelenmiş otonomi	.54	6.30	.54	.30	.29	.000
Bilişsel güvensizlik	Zedelenmiş otonomi	.55	6.34	.55	.30	.29	.000
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	Zedelenmiş otonomi	.54	6.14	.54	.29	.28	.000
Bilişsel farkındalık	Zedelenmiş otonomi	.31	3.14	.31	.10	.09	.002



Tablo 3.12. Kopukluk Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
DEK-Ahlak	Kopukluk	.25	2.54	.25	.07	.05	.013
DEK-Olabilirlik	Kopukluk	.29	2.97	.29	.09	.08	.004
Olumlu inançlar	Kopukluk	.37	3.81	.37	.13	.12	.000
Olumsuz inançlar	Kopukluk	.46	5.00	.46	.21	.20	.000
Bilişsel güvensizlik	Kopukluk	.44	4.78	.44	.20	.19	.000
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	Kopukluk	.51	5.72	.51	.26	.25	.000
Bilişsel farkındalık	Kopukluk	.36	3.75	.36	.13	.12	.000

Tablo 3.13. Yüksek Standartlar Şema Alanının Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Olumlu inançlar	Yüksek standartlar	.33	3.81	.37	.11	.10	.001
Olumsuz inançlar	Yüksek standartlar	.48	5.00	.46	.23	.22	.000
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	Yüksek standartlar	.54	6.26	.54	.29	.29	.000
Bilişsel farkındalık	Yüksek standartlar	.44	4.74	.34	.19	.18	.000

Tablo 3.14. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanının Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Olumsuz inançlar	Zedelenmiş sınırlar	.42	4.47	.42	.18	.17	.000
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	Zedelenmiş sınırlar	.46	4.97	.46	.21	.20	.000
Bilişsel farkındalık	Zedelenmiş sınırlar	.39	4.04	.39	.15	.14	.000

Tablo 3.15. Diğeri Yönelimlilik Şema Alanının Düşünce Eylem Kaynaşması Boyutları ve Üst-biliş Boyutlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayıcı Değişken	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	p
DEK-Ahlak	Diğeri yönelimlilik	.45	4.88	.45	.20	.19	.013
DEK-Olabilirlik	Diğeri yönelimlilik	.37	3.88	.37	.14	.13	.004
Olumlu inançlar	Diğeri yönelimlilik	.41	4.40	.41	.17	.16	.000
Olumsuz inançlar	Diğeri yönelimlilik	.31	3.19	.31	.10	.09	.002
Bilişsel güvensizlik	Diğeri yönelimlilik	.33	3.41	.33	.11	.10	.001
Düşünceleri kontrol ihtiyacı	Diğeri yönelimlilik	.43	4.65	.43	.19	.18	.000
Bilişsel farkındalık	Diğeri yönelimlilik	.34	3.53	.34	.12	.11	.001

Tablo 3.17. DEK-Ahlakın Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Kompulsiyon	DEK-Ahlak	.23	2.34	.23	.06	.04	.022
Endişe	DEK-Ahlak	.40	4.27	.40	.16	.15	.000

Tablo 3.18. DEK-Olabilirliğin Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Kompulsiyon	DEK-Olabilirlik	.23	2.24	.23	.05	.04	.027
Endişe	DEK-Olabilirlik	.34	3.56	.34	.12	.11	.001

Tablo 3.19. Olumlu İnançların Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Kompulsiyon	Olumlu inançlar	.24	2.41	.24	.06	.05	.018
Endişe	Olumlu inançlar	.39	4.05	.39	.15	.14	.000

Tablo 3.20. Olumsuz İnançların Obsesyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Obsesyon	Olumsuz inançlar	.26	2.57	.26	.07	.06	.012
Endişe	Olumsuz inançlar	.70	9.59	.70	.50	.49	.000

Tablo 3.21. Bilişsel Güvensizliğin Obsesyon, Kompulsiyon ve Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Obsesyon	Bilişsel güvensizlik	.22	2.22	.22	.05	.04	.029
Kompulsiyon	Bilişsel güvensizlik	.28	2.81	.28	.08	.07	.006
Endişe	Bilişsel güvensizlik	.44	4.70	.44	.19	.18	.000

Tablo 3.22. Düşünceleri Kontrol İhtiyacının Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Endişe	Düşünceleri kontrol ihtiyacı	.50	5.63	.50	.25	.24	.000

Tablo 3.23. Bilişsel Farkındalığın Endişeyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<b>Yordanan Değişken</b>	<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>t</b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Uyarlanmış R<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Endişe	Bilişsel farkındalık	.45	4.94	.45	.21	.20	.000