

T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUĞUN ÇOK
YÖNLÜ DÜNYA GÖRÜŞÜ MODELİNİN KLİNİK
ÖRNEKLEM İLE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MUKADDES HAYAL KAZGAN

121106110

İstanbul, Şubat 2016

T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUĞUN ÇOK
YÖNLÜ DÜNYA GÖRÜŞÜ MODELİNİN KLİNİK
ÖRNEKLEM İLE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MUKADDES HAYAL KAZGAN

121106110

Danışman Öğretim Üyesi:

Yrd. Doç Dr. Esin UZUN OĞUZ

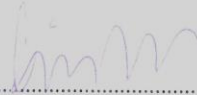
İstanbul, Şubat 2016



Babama

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

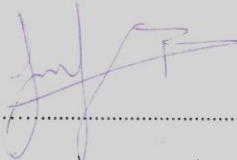
23.02.2016 tarihinde tezinin savunmasını yapan 12 11 06 110 numaralı Mukaddes Hayal KAZGAN'a ait "Obsesif Kompulsif Bozukluğun Çok Yönlü Dünya Görüşü Modelinin Klinik Örneklem İle İncelenmesi" başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Klinik Psikoloji) Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak Oy Birliği/Oy Çokluğuyla Kabul Edilmiştir.



Yrd.Doç.Dr. Esin UZUN OĞUZ
(Danışman)



Yrd.Doç. Dr. Kuntay ARCAN
(Üye)



Yrd.Doç.Dr. Başak BAHTİYAR
(Üye)

ÖNSÖZ

Tez aşamasında ve süpervizyon sürecimde benden güvenini, desteğini ve yardımlarını esirgemeyen, kendisinden edindiğim bakış açısının yolumu aydınlattığına inandığım hocam Yrd. Doç. Dr. Esin Uzun Oğuz'a özel teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatım boyunca benden desteklerini esirgemeyen ve bana inanan, başta sevgili anne ve babam olmak üzere tüm aileme teşekkür ederim. Özellikle tez sürecimde gergin ve stresli hallerime tahammül gösteren, desteğini benden esirgemeyen eşim Erdoğan'a ve çocuklarım Emre ve Aybuke'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her aşamasında, yaşadığım tüm zor ve mutlu anlarımda yanımda olan, benden dostluğunu ve sevgisini hiç esirgemeyen, varlığından güç aldığım can dostum Elif Zahide Gök'e ve yanımda olamasa da varlığı hayatı anlamlı kılan değerli insana en içten teşekkürlerimi sunarım. Data toplama sürecimi destekleriyle kolaylaştıran Denge Tıp Merkezi'nin çok değerli çalışanlarına ve sevgili Selen Kökoğlu'na şükranlarımı sunarım. Tezimin her aşamasında tüm yakınmalarımı sabırla dinleyen ihtiyacım olan her türlü desteği bana sunan çalışma arkadaşlarım Kerime Ferhatoğlu, Pınar Sarı, Güney Ziyalan, Aydan Ayrık, Sevim Temel ve Melek Dinçel Sezer'e teşekkürü borç bilirim.

Son olarak tezimin başlangıç aşamasından itibaren tüm sıkıntılı anlarımı paylaşan, maddi ve manevi her türlü desteğini esirgemeyen sevgili Yasemin Ekşioğlu'na teşekkür ederim.

Şubat, 2016

Mukaddes Hayal Kazgan

ÖZET

Bu araştırmanın amacı Obsesif Kompulsif Bozukluğun (OKB) ortaya çıkması ve sürmesinde bilişsel-duyuşsal yatkınlık alanlarından Dünyaya İlişkin Varsayım alanlarının rolünün klinik örneklem ile incelenmesidir. Bireyin kendisine ve dış dünyaya dair algısından oluşan dünyaya ilişkin varsayım alanlarının Obsesif Kompulsif Bozukluk semptomları ile ilişkisini Obsesif Kompulsif Çalışma Grubu (OCCWG) tarafından tanımlanan obsesif-kompulsif bilişlerden ayrı olarak anlamlı bir biçimde öngördüğü son dönem bilişsel teoriler tarafından ele alınmaktadır. Bu çalışmada, dünyaya ilişkin varsayım alanlarına ait kavramların OKB ile ilişkili biliş ve semptomlar ile ilişkisi incelenmiştir.

Çalışmanın örnekleme uygun örneklem yöntemiyle seçilen OKB tanısı almış 180 kişiden oluşmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu, Obsesif İnançlar Ölçeği 44 ve Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmış; analizlerde ise Pearson Korelasyon Analizi ve Tek Yönlü Varyans Analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın sonucunda dünyaya ilişkin varsayım alanlarından kendilik değeri ve kontrol obsesif kompulsif bilişlerle anlamlı düzeyde negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmada kendilik değeri ve kontrol OKB semptom alanlarından zarar verme ve kontrol etme ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Çalışmanın sonuçları ilgili yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Obsesif Kompulsif Bozukluk, Dünyaya İlişkin Varsayımlar

ABSTRACT

The aim of this study was to examine Worldview Assumptions as a cognitive-affective vulnerability factor which has a role in the development and maintenance of Obsessive Compulsive Disorder (OCD) using clinical sample. Worldview assumptions refer to individuals' sense of self and others. Contemporary cognitive theories address the relationship between worldview assumption and OCD symptoms other than the belief domains identified by the Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (OCCWG). This study examined the relationship between concept of worldview assumptions and OCD relevant beliefs and symptoms.

This study was conducted with 180 patients diagnosed with OCD. Sample was selected by convenience sampling method. The data were collected using Personal Information Form, Padua Inventory-Washington State University Revision, Obsessive Beliefs Questionnaire-44 and World Assumption Scale.

The data were entered into the SPSS 22.0, statistical software package, and statistical analyses were run by this program.

Result of this study showed a significant negative relationship of self-worthiness and control assumptions with the OCD relevant belief domains. In this study, self-worthiness and control assumptions were negatively correlated with OCD symptom dimensions of fear of harm and control. Findings of the study were discussed in the context of the relevant literature.

Keywords: Obsessive Compulsive Disorder, Worldview Assumption.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
KISALTMALAR.....	x
SİMGELER.....	xi
TABLolar.....	xii
1.GİRİŞ.....	1
1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	1
1.1.1.Obsesif Kompulsif Bozukluğun Yaygınlığı.....	7
1.1.2.Obsesif Kompulsif Bozukluğun Eşzamanlılığı.....	7
1.2. Obsesif Kompulsif Bozukluk ile ilgili Teorik Açıklamalar.....	8
1.2.1. Psikanalitik Yaklaşım.....	8
1.2.2. Davranışçı Yaklaşım.....	11
1.2.3. Bilişsel Yaklaşım.....	11
1.2.3.1. Abartılmış Sorumluluk Algısı.....	14
1.2.3.2. Girici Düşüncelerin Yanlış Yorumlanması.....	19
1.2.3.3. Düşünceleri Kontrolün Önemi.....	21
1.3. OKB ile ilgili Düşünce Alanları.....	23
1.3.1. Abartılmış Sorumluluk.....	24
1.3.2. Düşüncelerin Aşırı Önemsenişmesi.....	25
1.3.3. Düşünceyi Kontrol.....	27
1.3.4. Abartılmış Tehdit.....	30

1.3.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük.....	31
1.3.6. Mükemmeliyetçilik.....	32
1.4. OKB ve Bilişsel Duyuşsal Yatkınlık.....	33
1.4.1. Benlik Kavramı ve Çok Yönlü Benlik	38
1.4.2. OKB ve Benlik Algısı	44
1.4.3. Denetim Odağı.....	51
1.4.4. Çok Yönlü Dünya Görüşü Modeli	52
1.5. OKB ve Çok Yönlü Dünya Görüşü Modeli	55
1.6. Tezin Amacı	59
1.7. Tezin Önemi.....	60
2. BÖLÜM.....	62
2. YÖNTEM	62
2.1. Örneklem.....	62
2.2. Veri Toplama Araçları	62
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	62
2.2.2. Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu	63
2.2.3. Obsesif İnanışlar Ölçeği-44	64
2.2.4. Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği.....	64
2.3. İşlem.....	65
2.4. Verilerin Çözümlemesi.....	66
3. BÖLÜM.....	67
3. BULGULAR.....	67
3.1. Araştırma Örneklemine Ait Sosyodemografik Bulgular	67

3.2. Dünyaya İlişkin Varsayımlar ile Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	73
3.3.Dünyaya İlişkin Varsayımlar ile Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkininİncelenmesi.....	73
3.4.Olumsuz Kendilik Değeri ve Dünyanın Adaletine İlişkin Olumlu Algının Obsesif Kompulsif Semptomlarla İlişkinin İncelenmesi	76
4. TARTIŞMA	77
4.1.Obsesif Kompulsif Bilişler ile Dünyaya İlişkin Varsayımlar Arasındaki İlişki.....	77
4.2.Obsesif/Kompulsif Semptomlar ile Dünyaya İlişkin Varsayımlar Arasındaki İlişki.....	85
4.3.Olumsuz Kendilik Değeri ve Dünyanın Adaletine İlişkin Algının Obsesif/Kompulsif Belirtilerle İlişkisi	90
4.4. Araştırmanın Klinik Uygulamalara Katkıları	92
4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecekteki Çalışmalar İçin Öneriler	93
5. Kaynaklar.....	94
6. Ekler.....	109
ÖZGEÇMİŞ.....	123

KISALTMALAR

OKB: Obsesif Kompulsif Bozukluk

YAB: Yaygın Anksiyete Bozukluğu

DİVÖ: Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği

OİÖ-44: Obsesif İnançlar Ölçeği

PE-WEÜR: Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu

OCCWG: Obsesif Kompulsif Bilişler Çalışma Grubu

SİMGELER

\bar{X} : Ortalama

F: Frekans

Ss: Standart sapma

p : Anlamlılık düzeyi

r : Korelasyon

α : Alfa

TABLÖLAR

Tablo 1. Araştırma Örneklemine Ait Sosyodemografik Özellikler.....68

Tablo 2. Araştırma Örneklemine Ait OİÖ-44 ve DİVÖ Puanlarının Korelasyonu.....72

Tablo 3. Araştırma Örneklemine Ait PE-WEÜR ve DİVÖ Puanlarının Korelasyon.....75



1.BÖLÜM

1.GİRİŞ

1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), tekrar eden ve istemsiz gelen girici düşüncelere (obsesyon/intrüzyon) ve bu düşüncelerin yarattığı kaygıya karşılık olarak,kişilerin kendilerini yapmak zorunda hissettikleri gözlemlenebilir ya da gözlemlenemeyen eylemlerle karakterize bir bozukluktur (Barlow, 2008). Amerikan Psikiyatri Birliği'nin, Ruhsal Hastalıkların Tanımsal ve İstatistiksel Başvuru kitabının beşinci baskısına göre (DSM-V) OKB, günlük işlevselliği önemli ölçüde bozan obsesyonlar ve/veya kompulsiyonlardır (DSM-V; Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Obsesyonlar zorla ve istenmeden geliyor gibi yaşanan, tekrar eden, yersiz, kaygı ve sıkıntı yaratan girici fikir, düşünce ve hayaller olarak tanımlanmıştır. Kompulsiyonlar ise kişinin obsesyonlara tepki olarak ve obsesyonların neden olduğu kaygı ve sıkıntıları önlemek için başvurduğu tekrar eden davranışlar (el yıkama, düzenleme gibi) ya da zihinsel eylemler olarak (dinsel değeri olan sözler söyleme, sayı sayma, sözcükleri sessiz bir şekilde yineleme) tarif edilmektedir (APA, 2013).

Rachman ve Hodson'a (1980) göre üç temel obsesyonel düşünce alanından bahsetmek mümkündür: agresif, cinsel ve dini değerler alanı. Agresif düşünce alanı kişinin başkalarına zarar verme ile ilgili düşüncelerini içerir (çocuklar, yaşlılar, arkadaşlar veya akrabalar). Cinsel obsesyonlar kişinin istenmeyen cinsel içerikte düşüncelere sahip olma, cinsel şiddet içeren davranışlarda bulunmaktan endişelenme veya cinsel yönelim ile ilgili düşüncelerini içerir. Dini değerler alanı ise kişinin dini açıdan öneme sahip ortamlara uygun olmayacak davranışlarda bulunma veya ahlak dışı düşüncelerle dinsel ritüelleri kirliletme gibi düşüncelerini içerir (Rachman, 2006). Bloch, Lenderos-Weisenberger, Rosario, Pittenger ve Leckman (2008) ise simetri alanı, agresif, dini, cinsel ve somatik içerikte yasak düşünceler alanı bulaşma alanı, biriktirme alanı olmak üzere dört ayrı obsesyonel düşünce alanı belirlemişlerdir. Yaygın olarak görülen obsesyonlar; zarar verme, kirlilik, simetri, şüphedir. En genel kompulsiyonlar

ise; temizlik, sayma, düzenleme, kontrol etmedir (DSM-V, 2013).

Obsesyonlar, dışarıdan empoze edilmeyen, kişilerin zihinlerinin ürünü olan, benlik ile uyumsuz özellikteki düşüncelerdir (Veale, 2007). OKB tanısı almış kişiler obsesif düşüncelerin kendi zihinlerinin ürünü olduğunun farkındadırlar. Başka bir ifade ile, girici düşünceleri ile ilgili içgörü sahibidirler. Bu özellik OKB ile Şizofreni arasındaki en temel farkı oluşturmaktadır (Poyurovsky ve Koran, 2005).

Rachman ve de Silva (1978) obsesif düşünceleri deneyimlemenin OKB tanısı almış kişilere özgü bir durum olmadığından bahsetmektedirler (Rassin, Cogle ve Muris, 2007). Rachman ve de Silva (1978) OKB tanısı almış kişiler ile OKB tanısı almamış iki ayrı grup katılımcıdan en sık deneyimledikleri obsesyonlarının içeriğini kısaca tarif etmelerini istemişlerdir. Bu araştırmanın sonucunda OKB tanısı almamış katılımcılarının büyük bir çoğunluğunun (%78) obsesif düşünceleri sıklıkla deneyimledikleri bulgusuna ulaşmışlardır. Bu bulguya ek olarak, obsesif düşüncelerin OKB tanısı alan ve almayan kişilerde içerik bakımından benzerlik gösterdiği gözlemlenmiştir. Rachman ve de Silva (1978) sözü geçen çalışmada beş psikolog ve bir psikiyatri hemşiresinden içerik ile ilgili kısa bir açıklamadan yola çıkarak obsesif düşünce ile OKB tanısı almamış kişilerde de görülebilecek girici düşünceleri ayırtmalarını istemişlerdir. Sonuç olarak bu kişilerin obsesif düşüncelerin ayırımında zorlanmakla birlikte, girici düşünceleri kısmen ayırabildikleri görülmüştür. Rachman ve de Silva'nın (1978) bu çalışması, obsesyonların içeriğinden ziyade yorumlamasının önemini esas alan bilişsel-davranışçı teorilere temel teşkil etmiştir (Salkovskis, 1985). Bu çalışma ayrıca normal girici düşüncelerle yapılacak çalışmaların obsesif düşünceleri anlamada faydalı olabileceği varsayımını da beraberinde getirmiştir (Rassin ve ark., 2007).

İstenmeyen girici düşünceler kişinin zihninde hızlıca geçen bir düşünceden tekrar eden bir obsesyona dönüşen bir süreç olarak düşünülebilir (Abromowitz, Whiteside, Kalsy ve Tolin, 2003). Son dönem bilişsel teoriler rahatsız edici düşüncelerin insanların geneli tarafından kolaylıkla görmezden gelinilebilmekle beraber düşüncelerini abartılı bir şekilde yanlış yorumlayan veya düşünceleri ile ilgili abartılı sorumluluk algısına sahip kişilerin klinik açıdan anlamlı obsesyonları geliştirmeye daha yatkın olduklarını

savunmaktadırlar (Rachman, 1998; Salkovskis, Shafran, Rachman ve Freeston, 1999).

Kompulsiyonlar, obsesyonları etkisiz hale getirme çabasının sonucunda şiddetli bir dürtü ile ortaya çıkarlar (Veale, 2007). Ancak kompulsiyonları dürtüsel eylemlerden ayıran temel nokta, dürtüsel eylemlerin verdiği anlık hazzın kompulsif davranışlardan sonra yaşanmamasıdır (Veale, 2007) Kompulsiyonlar, hazzın değil kaçınmanın yol açtığı davranışlardır. Kişi kompulsif eylemle obsesif düşüncenin yarattığı kaygıdan kurtulmaya ve sonucunda olabilecek olumsuzlukları engellemeye çalışmaktadır. Obsesyonların tersine, kompulsif eylemler istem dışı bir niteliğe sahip değildir. Kişi kompulsif davranışları, obsesyonlara adeta bir cevap niteliğinde, istemli bir şekilde gerçekleştirir. Amaç, kompulsiyonların yol açtığı huzursuzluktan kurtulmaktır (Abromovitz, 2006). Kompulsiyonlar, el yıkama, düzen ve kontrol etme (elektrik düğmeleri, gaz, vb) gibi gözlemlenebilir davranışlarda olabileceği gibi; sayma, dua okuma gibi gözlemlenemeyen zihinsel faaliyetler de olabilir.

Kompulsiyonların nedenleri ile ilgili değişik görüşler mevcuttur. Rachman ve Hodson'a (1980) göre, özellikle temizlik kompulsiyonları stresi kısa süreli olarak azaltması nedeniyle koşullanma kavramıyla açıklanabilir. Obsesyonlardan kurtulmak için kompulsiyonu tekrarlama dürtüsü yinelenir ve obsesyon-kompulsiyon ilişkisi kendi kendini tekrar eden bir kısır döngü şeklini alır (Rachman ve Hodson, 1980). OKB hastaları, kaygı uyandıran durumun gerçekleşmeyeceğine yönelik etraflarındaki kişilerden güven arayıcı davranışlara girerler. "Onay alma" kaygı bozuklukları bağlamında tehdit edici bir nesne, durum veya kişisel bir özellik ile ilgili güvenliği sorgulayan bilgilerin, bu bilgilere hali hazırda sahip olduğu dikkate alınmaksızın talep edilmesi olarak tanımlanabilir (Parrish ve Randsky, 2010). Rachman (2002) onay alma davranışını bir çeşit kompulsif davranış olarak değerlendirmektedir. Rachman (2002) ayrıca onay alma davranışının amacının negatif sonuçlar ve bu sonuçlar ile ilgili sorumluluk algısını azaltarak kaygıyı azaltmak olduğundan bahsetmektedir. Ancak bu onay alma, semptomların ortaya çıkışı ile ilgili sadece geçici bir rahatlama sağlamaktadır (Shafran, 1998).

OKB'yi bilişsel açıdan değerlendiren teoriler normal girici düşüncelere bireyin verdiği tepkilerin girici düşüncelerin yoğunlaşmasına neden olduğunu ve normal girici

düşünceleri obsesyonlara dönüştüren süreci başlattığını öne sürmektedirler (Rachman, 1997). OKB ile ilgili yapılmış çalışmalar (Ladouceur ve ark., 2000; Morillo, Belloch ve Garcia-Soriano, 2007; Langlois, Freeston ve Ladouceur, 2000) girici düşüncelerin, OKB'si olmayan kişilerde de zaman zaman görülebildiğini ancak normal girici düşünce ile obsesif düşüncenin temel farkının içerikten ziyade sıklık, yoğunluk, süre, verdiği rahatsızlık ve düşünceye yapılan yanlış yorumlamalar olduğunu ortaya koymuştur (Rachman ve de Silva, 1978; Salkovskis ve Harrison, 1984).

Purdon ve Clark (1999), kişinin kendilik algısının, inanç ve değerleri ile çelişen benliğe yabancı (ego dystonic) düşüncelerinin, obsesyonların şiddetine katkıda bulunduğunu vurgulamaktadır. Obsesyonlara yatkınlığı olan kişiler, karşıt değerli (ikircikli) ya da kırılğan kendilik algısına sahip olduklarında, kendilik algılarıyla çelişen, istem dışı girici düşünceleri tehdit edici olarak yorumlayabilmektedirler (Clark, 2004; Bhar, 2004). Son dönem bilişsel teorilere göre, kişinin kendilik algısı ile girici düşüncelere yaptığı işlevsel olmayan yorumlamalar arasında bir ilişki vardır (Doron ve Kyrios, 2005).

Çağdaş bilişsel yaklaşımlar kontrol ihtiyacının OKB ile ilişkisine vurgu yapmaktadırlar. Kontrol algısı, kişinin kendisine atfettiği olumsuz sonuçlara neden olma ya da gerçekleşmesinden endişe edilen sonuçları engellemeye ilişkin abartılı sorumluluk algısı ile bağlantılı olarak ele alınmıştır (Salkovskis, 1996). Bilişsel yaklaşımlar ayrıca girici düşüncelere yapılan yanlış yorumlamaların yoğun bir kontrol çabasına neden olduğunu savunmaktadır. Bununla birlikte, düşüncüyü kontrol paradoksal bir şekilde, girici düşünceleri yoğunlaştırmakta ve kompulsyonları tetiklemektedir (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1997, 1998; Salkovskis, 1996; Wells, 1997).

OKB ile ilgili yapılan çalışmalarda, bilişsel-duyuşsal yatkınlık alanının az sayıda araştırma tarafından sorgulandığı Doron ve Kyrios (2005) tarafından gündeme getirilmiştir. Doron ve Kyrios (2005), ayrıca geleneksel bilişsel yaklaşımın, Beck'in (1976) bilişsel üçlüsünü (bireyin kendisi, dış dünya ve gelecekle ilgili negatif algısı) de göz ardı ettiğinden bahsetmektedirler. Doron ve Kyrios (2005), bireyin benliğine ve dış dünyaya dair içsel tasarımlarının obsesif kompulsif semptomlar ve bilişlere yatkınlığı belirleyici faktörler olabileceğinden bahsetmişlerdir. Rachman (1997,1998) bireyin

kendisi ile ilgili algısını tehdit eder içerikteki girici düşüncelerin kompulsif davranışları tetiklediğinden ve bastırma gibi düşünceyi kontrol stratejilerini ortaya çıkardığından bahsetmiştir. Bhar ve Kyrios (2007), obsesif kompulsif bozukluğa yatkın kişilerin kendilik değerleri, ahlak ve sevilabilirlik alanlarında birbiri ile çelişen, karşıt değerli inançlarının olduğunu varsayımlardır. Bhar ve Kyrios (2007) OKB ve karşıt değerli kendilik algısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, karşıt değerli kendilik algısı ile OKB arasında bir ilişki olduğunu gözlemlemişlerdir. Guidano ve Liotti (1983) karşıt değerli kendilik algısının bireyi benliğine yabancı girici düşünceleri saygın benlik tanımlamasına tehdit olarak yorumlamaya yatkınlaştırdığını ileri sürmüşlerdir. Guidano ve Liotti'ye (1983) göre obsesyona yatkın kişiler kendilik değeri, ahlaki erdem ve sevilabilirlik alanlarında karşıt değerli inançlara sahiptirler. Doron ve Kyrios (2005), OKB'nin gelişimi, sürmesi ve diğer bozukluklardan ayırıcı faktörlerini daha kapsamlı olarak anlamada kişinin kendisine ve dünyaya ilişkin algısının dikkate alınması gerektiğinden bahsetmişlerdir. Doron ve Kyrios'un (2005) bilişsel modelinde, kişinin kendi benliğine özgü olumsuz algılarının (ahlak dışı, günahkar, değersiz gibi), dünyanın insanların hak ettiklerini aldıkları bir yer olduğuna dair inançlarla birleşmesi, obsesif kompulsif semptomların yoğunluğu hakkında fikir vermektedir. Doron ve Kyrios (2005) tarafından OKB literatüründe ilk kez ele alınan "çok yönlü dünya görüşü modeli", biliş ve davranış üzerinde etkisi olabilecek, sosyal ve fiziksel gerçeklik hakkındaki bir grup varsayımdan oluşmaktadır (Koltko-Rivera, Ganey, Dilton ve Hancock, 2004). Janoff-Bulman'ın (1989) "dünya görüşü modeli" travma mağduru bireylerin travmatik yaşam olaylarının ardından gösterdikleri psikolojik tepkileri anlamada bireylerin dünyaya ilişkin temel varsayımlarını ve travmatik yaşam olaylarının bu varsayımlara etkisini incelemek gerektiğini vurgulamaktadır. Janof-Bulman'ın dünya görüşü modelinde, kişinin kendisine ve dış dünyayı ne şekilde algıladığına işaret eden varsayımları üç ayrı kategoride ele alınır. Bunlardan ilki dünyanın iyilikseverliğine ilişkin algıdır; bireyin sosyal dünyasını ne derece yardımsever ve kişiler arası ilişkilerde ne derece umursar olarak algıladığına ait varsayımlarını içerir. Bu kategori ayrıca bireyin dış dünyayı ne derece iyi ya da kötü olarak algıladığına işaret eder. İkincisi, dünyanın doğası ve anlamlılığına ilişkin algıdır. İkinci kategori bireyin dünyada hakların nasıl dağıldığı ve sonuçların nasıl oluştuğuna ilişkin inancını öngörülebilirlik ve

tutarlılık kavramları ile irdelemektedir. Dünyanın doğası ve anlamlılığı alt alanı üç ayrı boyutta incelenmektedir: Dünyanın kontrol edilebilirliği inancı, adalet inancı ve rastlantısallık inancı. Dünyanın kontrol edilebilirliği inancı kötü şeylerin olmasının öngörülebilirliğini ve önleyici davranışlarla engelleyebilirliğini vurgular. Adalet inancı bireyin iyi ya da kötü ahlakının dünyada karşılaşacağı olayların sonuçları üzerinde belirleyici olduğundan bahsetmektedir. Buna göre, eğer birey iyi bir kişi ise iyi sonuçlarla karşılaşır, kötü bir kişi ise kötü sonuçlarla karşılaşır. Rastlantısallık inancı ise, belirleyicilik kavramını reddetmektedir (Doron, Kyrios ve Moulding, Nedeljkovic ve Bhar, 2007). Üçüncü kategori kendilik değeri alanıdır. Bu alan bireyin özsaygısına ilişkin kendi değerlendirmesini ortaya koymaktadır. Yukarıda sözü geçen ilk iki madde ise bireyin insanların geneline ilişkin beklentileri ile ilgilidir. Kendilik değeri alanı bireysel kontrol edebilirlik, kendilik değeri ve bireysel şans olmak üzere üç alt boyutta ele alınmaktadır. Bireysel kontrol edebilirlik bireyin kendisini kötü talihi engellemede ne derecede belirleyici olarak gördüğünü vurgulamaktadır. Kendilik değeri bireyin kendi karakterini nasıl değerlendirdiğini, bireysel şans ise kişinin kendisini ne derece şanslı biri olarak algıladığı ile ilgilidir (Doron ve ark., 2007).

Janoff-Bulman (1991) dünya ile ilgili kişisel teorileri anlamamanın, psikopatolojiye yatkınlığı daha iyi anlamada yol gösterici olacağını öngörmüştür. Dünyaya ilişkin varsayımlar teorisi OKB literatüründe ilk kez Doron ve arkadaşları (2007) tarafından normal örneklem ile incelenmiştir. Bu çalışma dünya görüşü kuramının OKB literatüründe incelendiği ilk çalışmadır ve 167 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem kullanılmıştır. Doron ve arkadaşları (2007), OKB'si olan kişilerin dış dünya, diğer insanlar ve kendilerine ilişkin varsayımlarının obsesif kompulsif bilişler (abartılmış sorumluluk algısı, mükemmelliyetçilik ve düşüncelerin kontrolü) ile ilişkili olduğunu ve obsesif kompulsif semptomları öngördüğünü vurgulamışlardır (Doron ve ark., 2007). Çalışmanın sonucunda, katılımcıların kendilerine, dış dünyaya ve diğer insanlara dair algılarının obsesif kompulsif bilişler (OCCWG, 1997) ve obsesif kompulsif semptomlarla ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bu çalışmada dünyaya ilişkin varsayımların OKB'nin yoğunluğunu son dönem bilişsel-davanişçı teoriler tarafından tanımlanan obsesif kompulsif bilişlerden ayrı olarak anlamlı bir biçimde öngördüğü görülmüştür.

1.1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Yaygınlığı

OKB'nin genel popülasyonda hayat boyu görülme olasılığı %2-3'tür (Kessler, Berglund, Demler, Jin ve Walters, 2005). OKB erkeklerde kadınlara kıyasla 2:1 oranında daha yaygındır (Rasmussen ve Tsuang, 1986). OKB'nin ortaya çıkışı genellikle ergenliğin son döneminde ya da erken erişkinlikte olsa da; çocukluk döneminde de görüldüğü gözlemlenmiştir (Heyman, Fombonne, Simmons, Ford, Meltzer ve Goodman, 2003). Hastalığın başlangıcı genellikle kademelidir ve eğer tedavi edilmezse zaman içinde yaşam stresörlerine karşı değişen semptomlarla birlikte kronikleşebilir (Mataix-Cols ve ark., 2002). OKB, DSM IV-TR kavramsallaştırmasından bakıldığında kaygı bozuklukları içerisinde hayat boyu %3 görülme oranı ile en az yaygın olanıdır (Ruscio, Stein, Chio ve Kessler, 2010). Ruscio ve arkadaşları(2010) tarafından Amerika'da yaşayan 2073 kişiden oluşan örneklem ile yapılmış boylamsal çalışmada, katılımcıların çeyreğinin obsesif kompulsif semptomları hayatlarının belli bir döneminde deneyimledikleri gözlenmiştir. Katılımcıların %2,3'üne ise DSM –IV OKB kriterlerini hayat boyu karşıladığı, %1,2 oranında katılımcının ise 12 aylık süreçte DSM-IV kriterlerine göre OKB tanımlamasını karşıladığı bulunmuştur.

1.1.2. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Eşzamanlılığı

OKB, genellikle depresyon gibi duygu durum bozuklukları (Lewin ve Piacentini, 2010) ve yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, özgül fobi, sosyal fobi gibi diğer kaygı bozuklukları ile eşzamanlı görülmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992). OKB, Eksen I ve Eksen II bozuklukları ile de eşzamanlı görülebilmektedir. Brown, Champell, Lehman, Grisham ve Mancill (2001) tarafından yapılan geniş kapsamlı bir çalışmada birincil OKB tanısı almış 77 yetişkin hastadan %57'sinde, eşzamanlı giden Eksen II patoloji olduğu görülmüştür. Bu oran, hayat boyu eşzamanlı devam eden Eksen I bozukluklar düşünüldüğünde %86'ya yükselmiştir. Denys, Tenney, van Megen, de Geus ve Westenberg (2004) 420 OKB tanısı almış örneklem ile yaptıkları çalışmada, hastaların %46'sının eş zamanlı giden bir başka psikiyatrik bozukluk tanısı aldığı ortaya konulmuştur. Bu çalışmada ayrıca, OKB tanısı almış hastaların %27'sinde eşzamanlı devam eden en az bir eksen I bozukluk, %15.6'sı eşzamanlı devam OKB ile eşzamanlı

devam eden kişilik bozukluğu ve 20.4'ünde eşzamanlı eksen I ve kişilik bozukluklarının aynı anda görüldüğü gözlemlenmiştir. Eksen I bozukluklar ile OKB'nin eşzamanlı görülme oranları: özgül fobi %0.9, sosyal fobi %3.6, agorafobili panik bozukluk %2.6, travma sonrası stres bozukluğu %1.4, yaygın anksiyete bozukluğu %0.9, agorafobisiz panik bozukluk %1.4, major depresif bozukluk tek epizod %20.7, bipolar bozukluk %0.9, distimik bozukluk %6.2, başka türlü adlandırılmamış depresif bozukluk %1.4'tür (Denys ve ark., 2004). Denys ve arkadaşları (2004) Eksen II bozukluklar ve OKB'nin eşzamanlı görülme oranlarını ise şu şekilde vermişlerdir: Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu %9, bağımlı kişilik bozukluğu %7,6, sınırda kişilik bozukluğu %5,6, kaçınan kişilik bozukluğu %4,6, narsisistik kişilik bozukluğu %2,4, histrionik kişilik bozukluğu %1,5, şizotipal kişilik bozukluğu %1,2, antisosyal kişilik bozukluğu %0,5, paranoid kişilik bozukluğu %0,2, şizoid kişilik bozukluğu %0, başka türlü adlandırılmayan kişilik bozukluğu %6,6.OKB'nin kaygı bozuklukları ile eşzamanlı görülme oranını Türkiye örnekleminde araştıran bir çalışmada OKB tanısı almış 60 kişi kullanılmıştır (Tamam, Saygılı ve Ünal, 2003). Çalışmanın sonucuna göre katılımcıların %80'inde yaşam boyu en az bir kaygı bozukluğu olduğu görülmüştür. Bu çalışmaya katılan OKB hastalarında %48,3 özgül fobi, %33,3 yaygın anksiyete bozukluğu, % 28,3 panik bozukluk, % 26,7 sosyal fobi, %10 agorafobi, % 5 travma sonrası stres bozukluğunu eşzamanlı olarak görüldüğü gözlenmiştir (Tamam ve ark., 2003).

1.2. Obsesif Kompulsif Bozukluk ile ilgili Teorik Açıklamalar

1.2.1. Psikanalitik Yaklaşım

Geleneksel psikanalitik teoriler açısından OKB, idin cinsel ve agresif dürtülerinekarşılık ego ve süper egonun çatışmaları ile karakterize olmuş nevrotik bir bozukluk olarak kavramsallaştırılmıştır (Fenichel, 1945). Psikanalitik bakış açısına göre obsesyonlar, kabul edilemez, agresif ya da erotik dürtülerin istemsiz bir şekilde ortaya çıkışı veya süper ego tarafından verilmiş ceza olarak anlaşılabilir (Fenichel, 1945). Başka bir ifade ile, ego bir taraftan idin zorlayıcı ve kabul edilemez dürtüleri diğer taraftan ise süper egonun aşırı ahlaki yönergeleri ile mücadele eder durumdadır. Kempke

ve Luyten'e (2007) göre, psikanalitik bakış açısı OKB dinamiklerini anlamada tekli benlik sistemi içerisindeki çoklu güdüsel alt yapının varlığına vurgu yapmaktadır. Buna ek olarak, id, ego ve süper ego üçlüsünden oluşan ruhsal yapı ve bu yapının bileşenleri arasındaki çatışma OKB'si olmayan kişilerde de gözlemlenebilir. Ancak, OKB'si olan kişiler ile OKB'si olmayan, normal kişiler arasındaki fark, tekli benliğin çelişkili yönlerini dengeleme kapasitesi ile ilişkilendirilebilir (Kempke ve Luyten, 2007). Geleneksel psikanalitik teoriler OKB'si olan kişilerin agresif dürtülerini yoğun bir şekilde bastırmalarını agresyonun keskin bir süper ego ile birleşmesi ile açıklamaktadırlar. Süper egonun keskin bir rol oynaması eleştirici ve talepkar ebeveyn ya da kişi için önemli kişilerle kurulan özdeşleşimle yoğun agresyon ise, doğuştan olabilmekle birlikte agresyonun aşırı bir şekilde bastılmasının bir göstergesi olarak da açıklanmaktadır (Kempke ve Luyten, 2007).

OKB'ye tarihsel süreçte bakıldığında, Janet (1903) ve Freud'un (1913) ortaya koyduğu kavramsallaştırmanın önemi göz ardı edilemez (aktaran, Berrios, 1989). Janet (1903), obsesif kompulsif semptomların gelişiminde mükemmeliyetçilik, kararsızlık ve duyguları ifadeye kontrollü olma gibi kişilik özelliklerinin temel teşkil ettiğini öne sürmüştür. Janet ayrıca kaygının OKB belirtilerine karşılık olarak ortaya çıkan ikincil bir durum olduğundan söz etmektedir (aktaran, Berrios, 1989). Janet OKB'yi psikastenik rahatsızlıklar kategorisine dâhil etmiştir. Janet bu kategoriye üç evrede olarak belirtmiştir: psikastenik evre, zoraki ajitasyonlar, obsesyonlar ve kompulsiyonlar. Janet'e göre hasta daha az şiddetli evreyi daha şiddetli evreden önce geliştirir. Buna paralel olarak, hasta daha fazla şiddetli evreyi daha az şiddetli evreden önce kaybeder. Birinci evre olan psikastenik evrede hasta eylemin eksik ve yetersiz bir şekilde gerçekleştiğini hisseder. Zoraki ajitasyonlar evresi zihinsel olaylar (düşünme, tekrar etme), hareket olaylarından (tikler ve ajitasyonlar) oluşur. Obsesyon ve kompulsiyon evresi ise kutsal değerlere karşı saygısızlık, şiddet veya cinsel içerikli yasak düşünce ve davranışları içerir. (Jakes, 1996).

Freud ise Obsesif Kompulsif Nöroz kavramsallaştırmasını 1909'da "Fare Adam" diye adlandırdığı bir vakadan yola çıkarak yapmıştır. Freud bu vakada, babaya karşı yöneltilmiş olan sevgi ve nefret duyguları arasındaki çatışmanın bireyin kendisi için önemli diğer kişilere genellenmiş olmasından ve nefretin güçlü bir şekilde bastırılıp

sevgi olarak yansımasından bahsetmektedir. Freud “Fare Adam” vakasından hareketle obsesif kompulsif belirtilerin ego ile süper ego arasındaki çatışmanın ve egonun süper ego tarafından cezalandırılma korkusunun sonucu olarak ortaya çıktığına vurgu yapmaktadır (akt.; Topçuoğlu, 2003). Geleneksel psikanalitik teoriler, babaya karşı ortaya çıkan ve daha sonra birey için diğer önemli kişilere de yönelen öfke ve suçluluk duygularını barındıran bu karşıt değerli çatışma OKB’si olan kişilerdeki karakter özelliklerini ve karmaşık obsesif kompulsif semptomları açıklayabileceğini iddia etmektedirler (Kempke veLuyten, 2007). Bu karşıt değerli, çatışmalı duyguların varlığı OKB’si olan kişilerdeki tipik karakter değişikliklerini “karşıt tepki oluşturma” mekanizması ile, başka bir ifade ile, kişiliğin dürtülere zıt yönde değişmesi ile açıklayabilmektedir (Freud, 1959). Klasik psikanalitik bakış açısı ödipal sorunsalın tetiklediği kaygının kişinin anal evreye gerilemesine (regression) neden olduğunu savunmaktadır. Bu gerilemenin tuvalet eğitimi sırasındaki rahatsızlıkların yol açtığı uzun süreli anal fiksasyonlardan kaynaklandığı düşünülmektedir (Nemiah, 1988). Tuvalet eğitimi ego ile dürtüler arasındaki ilişki açısından önemli bir fonksiyona sahiptir. Bu dönemde çocuk dürtü doyumunu ertelemeyi ya da bundan vazgeçmeyi öğrenmektedir. Tuvalet eğitimi sırasında suçlayıcı, cezalandırıcı anne figürü ve çocuğun karşı karşıya kaldığı ve uymak zorunda bırakıldığı yasaklar suçluluk duygusu, itaat ve öfke gibi duyguların ve çatışmanın başlangıcıdır (Topçuoğlu, 2003).

Son dönem psikodinamik teoriler OKB’yi nesne ilişkileri kuramı ile açıklamaktadırlar. Nesne ilişkileri kuramının odak noktasını kişinin kendisine ve diğerlerine ait zihinsel temsillerinin içeriği ve yapısı oluşturmaktadır (Blatt, Auerbach ve Levy, 1997). Kişinin kendisine ve diğerlerine ait zihinsel temsiller yaşamın erken döneminde birincil bakım veren kişilerle etkileşim ile temellenmekte ve kişinin zihin,duygu ve düşüncelerine rehberlik ettiği düşünülmektedir (Blatt ve ark., 1997). Nesne ilişkileri kuramına göre OKB’nin temelinde kişinin kendisine ve diğerlerine aitbirbiri ile çelişen, karşıt değerli zihinsel temsiller önemli bir rol oynamaktadır (Kempke ve Luyten, 2007). Bu bağlamda, kişinin kendisine ve diğerlerine ait zihinsel temsilleri kişinin kendisiyle ilgili özeleştiri ve aşırı ahlaki, diğerleri ile ilgili ise eleştirici ve cezalandırıcı gibi olumsuz nitelikte olması “anal karakter” özellikleri olarak kavramsallaşmış yoğun kontrol ve özerklik ihtiyacına neden olabilmektedir (Blatt ve

Shichman, 1983). Anal karakter özellikleri inatçılık-dikbaşlılık, aşırı tutumluluk-cimrilik ve düzenlilik gibi erken çocuklukta tuvalet eğitimi ile bastırılmış anal erotizme karşı bir defans mekanizması olarak düşünülmektedir (Kline, 1968).

1.2.2.Davranışçı Yaklaşım

OKB'yi anlamada kullanılan davranışsal teoriler öğrenme kuramıyla bağlantılıdır. Mowrer (1939) tarafından ortaya konulan iki faktörlü korku-kaçınma modeline göre normal girici düşünce, hayal ve dürtüler ile kaygı arasında klasik koşullanma aracılığı ile kurulmuş bir ilişki vardır. Bu ilişkiye göre, girici düşüncenin ortaya çıkışı kaygı düzeyini artırmaktadır ve kişi edimsel koşullanma yolu ile obsesif düşünceleri tetikleyen uyarandan kaçınmayı öğrenmektedir. Birinci evre olan öğrenme evresinde daha önce nötr olan bir uyarın negatif bir olay aracılığı ile korku ile ilişkilendirilir. Bu uyarın ile yinelenen karşılaşmalar kaygıyı harekete geçirir . İkinci evrede ise, bu yeni edinilmiş kaygı operant koşullanma aracılığı ile sürdürülür. Buna göre kaygı, bu tetikleyici uyarın ile her karşılaşmada artar ve bazı basmakalıp tekrar ettikçe de kaygı azalır. Bu durumda kompulsif davranış obsesif düşüncenin neden olduğu kaygıdan kaçınmak için ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte, kaygının azalması kompulsif davranışı negatif olarak pekiştirmiş olup tamamen ortadan kalkmasını engelleyicibir rol oynamaktadır (Franklin ve ark., 2013).

1.2.3. Bilişsel Yaklaşım

OKB'yi bilişsel açıdan değerlendiren ilk kuramcılar, kompulsiyonların bir kontrol mekanizması olarak kullanıldığından bahsetmektedirler (Carr, 1974; McFall ve Wollersheim, 1979). Carr (1971, 1974), kişilerin obsesyonları ortaya çıkaran tehdit algısına (tetikleyici) yaptıkları yorumların, gerçek dışı olduğundan bahsetmiştir. Carr'a (1974) göre OKB'si olan kişiler, olası olumsuz sonuçlarla karşılaşma ihtimali ve olumsuz sonuçlarla karşılaşılması durumunda sonucunda ödenecek bedellerle ilgili yanlış yorumlamalara yol açan abartılmış tehdit algısına sahiptirler. Ancak Carr'ın (1974) modeli abartılmış tehdit algısının nedenine ilişkin herhangi bir önerisinde bulunmamaktadır. Carr'ın bilişsel modeline bağlı olarak, Mcfall ve Wollersheim (1979) bilişlerin kompulsiyonlarda aracı bir rol oynadığını ileri sürmüşlerdir. McFall ve

Wollersheim (1979) istenmeyen sonuçlara ilişkin gerçekçi olmayan, öznel değerlendirmeleri etkileyen bazı faktörlerden bahsetmektedirler. Tehdite ilişkin birincil değerlendirmenin ardından bireyin kaygı düzeyi artar ve kişinin ikincil değerlendirmesi ile birlikte obsesif kompulsif davranış ortaya çıkar. Mcfall ve Wollersheim birincil değerlendirme sürecine etki eden dört çeşit inançtan bahsetmişlerdir. Bu inançlar şunlardır: Başkalarının eleştirisi ve onaylamamasından uzak durmak ve değerli olabilmek için kişinin mükemmel olması gerekir (mükemmeliyetçilik), kişinin hatalarının olması veya mükemmeliyetçi ideallerine ulaşamaması ceza ve ayıplama ile sonuçlanır (hataya karşı ceza), bazı düşünce ve duygular kabul edilemez, felaketle sonuçlanabilir ve bu düşünce ve duygulara sahip bireyler cezalandırılmalıdır (düşünce-eylem füzyonu), kişi olumsuz durumlara bazı ritüeller ve obsesif düşüncelerle neden olabilecek ya da engel olabilecek durumdadır (abartılmış sorumluluk). Mcfall ve Wollersheim'e (1979) göre ikincil değerlendirme sürecine olumsuz etki eden gerçekçi olmayan düşünceler şunlardır: Tehlikeli bir durumla karşılaşan kişinin son derece üzgün olması gerekir, obsesif düşünce ve ritüellerle korkutucu sonuçların olması engellenir, obsesif bir düşünce veya ritüel kişinin duygu ve düşünceleriyle doğrudan yüzleşmesinden çok daha etkin bir yoldur, belirsizlik ve kontrolü kaybetme kabul edilemez ve korkutucu durumlardır (aktaran, Van Oppen ve Arntz, 1994).

Biliş ve kaygı arasındaki ilişki ilk kez Clark (1986) tarafından kavramsallaştırılan panik bozukluğun bilişsel modeliyle ortaya konulmuştur. Bu modele göre, panik bozukluğu olan kişiler fiziksel duyularını panik bozukluğu olmayan kişilere göre hatalı ve felaketleştirici bir şekilde yorumlamaktadırlar. Bu hatalı ve felaketleştirici yorumlamalar fiziksel duyuların kişi tarafından gerçekte olduğundan çok daha tehlikeli olarak algılanmasına (kalp çarpıntısını yaklaşımakta olan kalp krizinin habercisi olarak yorumlama gibi) neden olmaktadır. Benzer şekilde, tekrar eden girici düşünceleri olan kişiler de, bu düşüncelerini abartılı bir şekilde tehlikeli, tehdit edici olarak yorumlamaktadırlar (Freston, Ladouceur, Gagnon ve Thibodeau, 1993). Girici düşüncelere yapılan bu abartılı ve hatalı yorumlama girici düşünceleri kişi için son derece önemli ve anlamlı ve felaket nitelikte tehdit edici hale getirmekte ve kişinin düşüncelerini etkisizleştirme, kontrol etme veya bastırma gibi öznel bir karşı koyma çabasına girişmesine neden olmaktadır (Rachman, 1997).

Bilişsel-Davranışçı model, istenmeyen, girici düşünceleri, hayal ve dürtüleri deneyimlemenin normal olduğunu ileri sürmektedir (Rachman ve de Silva, 1978). Langlois ve arkadaşlarının (2000) 254 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmada girici düşüncelerin normal popülasyonda yaygınlığı %74'dür. Rassin ve arkadaşlarının(Rassin ve ark.,2007)133 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmalarında girici düşünceleri normal popülasyonda klinik ve klinik olmamaları açısından karşılaştırmışlardır. Buna göre, klinik kökenli girici düşünceler normal popülasyonda 12.2 oranında yaygın iken klinik kökenli olmayan girici düşünceler 29.1 oranında yaygın bulunmuştur. Bu bakış açısına göre, girici düşünce, dürtü ve hayallerin klinik olmayan grupta da görülebilir ancak patolojik obsesyonları patolojik olmayanlardan ayırt etmede, içerikten ziyade yoğunluk etkilidir (Purdon ve Clark, 1999).Girici düşünceler ve obsesyonlar arasındaki fark düşünüldüğünde, kaçınmayı harekete geçiren düşüncelerin obsesyonlara benzediği gözlenmiştir (Freeston, Ladouceur, Thibodeau ve Gagnon, 1991). Bu durum girici düşüncelerin klinik popülasyonda görülme oranına etki edebilecek faktörlerdendir. Klinik obsesyonlar klinik olmayan girici düşüncelerle kıyaslandığında daha spontane deneyimlenebilmektedir. Klinik gruptaki bireyler girici düşünceleri sıklık ve stresle bağlantılı düşünüldüğünde sorumluluk ve kontrol üzerinden yorumlamakta ve sonuç gerçekleşmiş gibi stres yaşamaktadırlar. Klinik gruptaki bireyler obsesyonları daha fazla sıklıkta ve yoğunlaşan stres, negatif yorumlama ve karşılık verme çabası (kompulsiyon) ile bağlantılı olarak deneyimlemektedirler (Bery ve Laskey, 2012).

Bilişsel yaklaşıma göre, OKB'nin temelinde yatan sebep; istem dışı, girici düşünce, duygu ve hayallerin yanlış yorumlanması ve felaketleştirilmesi ile ilgilidir (Rachman, 1997). Başka bir ifade ile, kişinin benliği ile uyumsuz girici düşüncelere verdiği önem (Salkovskis, 1985) ve felaketleştirilerek yorumlanması bu girici düşüncelere normal obsesyonlardan ayırıcı bir nitelik kazandırmaktadır (Rachman, 1997).

Günümüzde çağdaş bilişsel davranışçı teorinin OKB kavramsallaştırmasında temel aldığı üç teoriden söz edilebilir: abartılmış sorumluluk algısı, düşünceleri kontrolün önemi, girici düşüncelerin yanlış yorumlanması.

1.2.3.1. Abartılmış Sorumluluk Algısı

Abartılmış sorumluluk algısı ve OKB arasındaki ilişki Salkovskis'in (1985) bilişsel modeliyle gündeme gelmiştir. Salkovskis'e (1999) göre, OKB'si olan kişilerin girici düşünceleri değerlendirme şekilleri kompulsiyonları ve etkisizleştirme davranışlarını ortaya çıkaran huzursuzluk ve stresin nedenidir. Salkovskis (1985, 1989, 1993, 1999) "abartılmış sorumluluk algısı"nı OKB'yi anlamada kritik bir öneme sahip "değerlendirme süreci"nin (appraisal process) temeli olduğunu vurgulamaktadır. Girici düşüncelerle bağlantılı olduğu düşünülen tehdit algısı OKB ve Yağın Anksiyete Bozukluğunun ortak içeriğidir. Ancak OKB'de girici düşüncelerin varlığını kişi kendisini veya diğer insanları hedef alan bir tehdit olarak algılamakta ve bu olası tehditi engellemeye ilişkin bireysel bir sorumluluk algısı hissetmektedir (SalkovskisveMcCuire, 2003). Salkovskis (1999), bilişsel teoriye göre OKB'nin gelişiminde, kişilerin daha önceki deneyimlerine ilişkili olarak geliştirdikleri varsayımlarının önemli bir yer tuttuğundan bahsetmektedir. Bu varsayımlar başlangıçta zararsız gibi görünse de, kişi için önemli bir olay bu varsayımların işaret ettiği tehlikelere karşı sorumlu olma ile ilgili işlevsiz yorumları aktif hale getirebilir. Bu durum kişinin girici düşüncelere ve bu düşünceleri tetikleyen çevresel etmenlere dikkatinin yoğunlaşmasına neden olabilmektedir. Sonuç olarak kişi kompulsiyon ve bastırma gibi etkisizleştirme davranışları, kaçınma gibi güvenlik davranışları sergileyerek kaygı, huzursuzluk ve sorumluluğu azaltmaya çalışır (Salkovskis, 1999). Süregelen huzursuzluk ve etkisizleştirme, normal girici düşünce ile obsesyonel girici düşüncenin ayırıcı özelliğidir. Salkovskis (1985) etkisizleştirmeyi bir çeşit güvenlik arama davranışı (safety seeking behavior) olarak tanımlamıştır. Buna göre, etkisizleştirme davranışları kompulsiyonlar gibi korku uyandıran durumlarda gerçekleşmesinden endişe edilen sonuçları önleyici bir amaca hizmet ederler. Etkisizleştirme, kişinin, girici düşüncelerin ortaya çıkışı ve içeriğiyle ilgili yaptığı, kendisine ve diğer kişilere gelebilecek kötülüğü engellemekle sorumlu olduğu yorumunun sonucunda ortaya çıkmaktadır. Etkisizleştirme kaygıyı azaltması ve kısa süreli etkisi nedeniyle kuvvetlenmiş olması nedeniyle kompulsif davranışlar ile benzerlik gösterse de tüm etkisizleştirme davranışları kompulsif nitelik taşımazlar (Rachman, 1998). Etkisizleştirme ile kompulsif davranışlar arasındaki fark etkisizleştirmenin, basmakalıp olmayışı, etkisizleştirme davranışını uygulamaya yönelik

kompulsif bir dürtünün olmayışı ve tekrar edici niteliğinin olmayışıdır (Veale, 2007). Kişi bu davranışları istemli bir şekilde yapar ve bunlar kompulsiyonlardan ziyade bir çeşit taktik olarak değerlendirilebilirler (Rachman, 1998). Etkisizleştirmeye kişinin istenmeyen düşünceleri bastırma ya da dikkatinin düşüncelerden farklı bir içeriğe yöneltme çabası gibi zihinsel faaliyetler örnek gösterilebilir. Etkisizleştirme davranışları açık (overt) ve örtülü (covert) olmak üzere iki gruptan oluşmaktadır (Belloch, Carrio, Cabedo ve Garcia-Soriano, 2015). Açık etkisizleştirme davranışlarına düzenleme, temizleme, biriktirme ve güvenlik arama; örtük etkisizleştirme davranışlarına ise, iyi kelime, düşünce ve hayallere odaklanmak, belirli kelime ya da cümleleri tekrarlamak, sayı saymak, dua etmek, bir takım figür ya da resimleri zihinde canlı tutma çabası, pasif veya aktif kaçınma, istenmeyen düşünceleri bastırma ya da durdurma çabaları örnek verilebilir (Belloch ve ark., 2015). Belloch ve arkadaşları (2015) OKB ile ilgili yapılan çalışmalarda açık etkisizleştirme davranışlarına odaklanıldığını ve bu bakış açısının DSM-5'te (APA, 2013) sadece "tekrar eden davranışlar ya da zihinsel faaliyetler" olarak ele alındığından bahsetmişlerdir. Belloch ve arkadaşları (2015) örtük etkisizleştirme davranışlarının OKB'nin seyrindeki rolünü ortaya koymayı amaçladıkları çalışmalarında 82 OKB hastasından oluşan örneklem kullanmışlardır. Sonuç olarak, açık etkisizleştirme davranışlarının OKB'nin şiddeti ile ilişkili olduğu gözlenmiştir. Örtülü etkisizleştirme davranışlarının ise ahlaki alanda obsesyonları olan hastalarda OKB'nin şiddeti ile ilişkili olduğu görülmüştür. Belloch ve arkadaşları (2015) bu çalışmada örtülü etkisizleştirme davranışlarını sıklıkla kullanan OKB hastalarında bu stratejileri daha az kullananlara göre daha yoğun suçluluk duygusu, üzüntü, işlevsel olmayan yorumlamalar ve kontrol arzusu gözlenmiştir. Salkovskis ve arkadaşlarına (1999) göre girici düşüncelerle ilgili çarpıtılmış inançların oluşumunda beş farklı öğrenme deneyimi rol oynamaktadır:

- Çocukluk döneminde açıktan veya üstü kapalı bir şekilde desteklenen erken gelişmiş sorumluluk algısı. Salkovskis ve arkadaşlarına (1999) göre erken gelişmiş sorumluluk algısı çocukların ebeveynleri tarafından, yetersiz ebeveynliğin sonucu olarak, diğer kardeşleri hatta bazen ebeveynlerin kendileri ile ilgili erken yaşlarda sorumluluk almak durumunda bırakılmış

olmalarından kaynaklanabilmektedir. Buna göre, çocuk aslında gerçekten sorumlu olup olmadığına bakılmaksızın negatif sonuçlarla ilgili günah keçisi ilan edilebilir (bana ne yaptığına bak şimdi gibi). Bu şekilde yetiştirilen çocuklar“etki”ile “sorumluluk”arasında doğrudan bir neden sonuç ilişkisi olduğu gibi düşünce hataları geliştirebilmekte ve ileriki yaşamlarında aşırı sorumluluk algısı geliştirmeye, sosyal sorumlulukve işe adanmışlık gibi vazifeşinas yapıda bireyler olmaya eğilimli olabilmektedirler.

- Katı ve aşırı ahlaki prensipler (düşüncenin günah olması, eylemin günah olması gibi). Okul veya dini kurumlar gibi saygın otoriteler sorumluluk ile ilgili davranışların gelişmesine ve pekişmesine neden olabilmektedir. Dini bakış açısının tetiklediği obsesif düşüncelere “düşüncenin günah olması” örnek verilebilir. Dinin tetikleyiciliği göz önünde bulundurulduğunda, bireyin dini obsesyonları geliştirmesinde dini eğitimin aşırı derecede katı verilmesi veya bireylerin abartılı yorumlamalarının etkisi düşünülebilir.
- Sorumluluk fikrine duyarlılık, sorumlulukla karşılaşmaktan kaçınılan çocukluk deneyimlerinin sonucunda gelişir.Ebeveynlerin sorumlulukları açıktan veya üstü kapalı bir şekilde çocuktan uzaklaştırması, aşırı kaygılı ve olası tehdit ve tehlikeleri etrafta biryerlerde kabul edip çocuklarının tehlikeli bir durumun sonucu ile baş edemeyecekmiş varsayımı ile hareket etmeleri buna örnek olabilir.
- Bireyin tesadüfi bir şekilde, bir durumla ilgili harekette bulunması ya da hareketsiz kalmasının gerçekte de bir dizi talihsizliğe ve zarara yol açması.Aşırı koruyucu ebeveynler tarafından yetiştirilmiş bir doktorun mesleğininbaşlangıcında hastasına yanlış reçete vermesi, hasta ilacı kullanmadığı için olası kötü sonuçtan doğan sorumluluktan kurtulması örnek olarak verilebilir. Bu durumu kişinin “ucundan dönme” ya da “şans eseri kurtulma” gibi algılaması aslında olayı etkileyebilecek (bir önceki hastanın reçetesi ile karışması gibi) diğer faktörleri gözardı etmesine ve bireysel olarak suçlu ve sorumlu hissetmesine neden olabilir. Abartılı sorumluluk

algısı benzeri bir durumun yaşanma olasılığını azaltmak için reçeteleri kontrolle uzun zaman harcamasını ve bireyin sorumlu hissettiği diğer aktivitelere genellenmesini beraberinde getirebilir.

- Bir olayda kişinin düşünceleri, davranışta bulunması veya bulunmamasının bir dizi talihsizliğe yol açması. Çocuğun anne ya da babasına öfkelenildiği bir anında onlardan birisinin ölümünü dilemesi ve bu durumun tesadüfi bir şekilde gerçekleşmesi gibi. Böyle bir olayın ardından kişi ileriki yaşamında bunun aslında bir tesadüf olduğunu farketmiş olsa da, bu abartılmış sorumluluk algısının ortadan kalkması için yeterli olmayabilir. Bunun nedeni kişinin abartılmış sorumluluk algısı ile bağlantılı tutumlarının düşünce sistemine adeta yerleşmiş olması denilebilir.

Bu öğrenilmiş deneyimler kişileri normal girici düşüncelere olumsuz yorumlamaya yatkın hale getirmektedir. Bu noktadan hareketle, çocukluk döneminde sorumluluk hissedilen herhangi bir olayın olumsuz bir şekilde sonuçlanması ve sonuçla ilgili suçlanılmak “sonuç üzerinde herhangi bir etki sonuca dair tam bir sorumluluk ile eşittir” şeklinde bir varsayım geliştirmeye sebep olmaktadır (Shafran, 1999).

Normal girici düşüncelere yapılan yorumlar kişinin zarar verme ile ilgili sorumluluk algısına işaret eden birbiri ile ilişkili birkaç sonuca neden olmaktadır. Huzursuzluğun artması, girici düşüncelere ve girici düşüncelerin ortaya çıkış sıklığını artıran dış tetikleyicilere dikkatin yoğunlaşması, girici düşüncelerin çıkış noktası ve bununla ilişkili inançların etkisinde artış, etkisizleştirme gibi kişinin sorumluluktan kaçınmak ya da sorumluluğu azaltmak için gözlemlenebilir ya da gözlemlenemeyen davranışlara başvurusu (Shafran,1997). Salkovskis ve McGuire (2003)’e göre bu etkisizleştirme davranışları kaygının geçici bir şekilde ortadan kalkmasına engel olmakla birlikte kişinin intrüsif düşüncelere yaptığı değerlendirmenin hatalı olduğunu fark etmesini engeller, girici düşüncelerle ilgili zihinsel meşguliyeti artırır ve girici düşüncelerin ortaya çıkış sıklığını artırır. Bu durumda girici düşüncelerin sıklığı büyük ölçüde girici düşünceleri yanlış yorumlamanın neden olduğu etkisizleştirme davranışlarından kaynaklanmaktadır. Etkisizleştirmenin başarılı olmasının sorumluluk

algısını ve stresi azaltıcı bir rolü vardır. Ayrıca korkulan sonucun olmaması ve hatalı yorumlamaları yanlışlamanın olmayışı girici düşünceleriyanlış yorumlama ve etkisizleştirme arasındaki ilişkiyi kuvvetlenmektedir.

OKB'si olan kişiler, kendilerini girici düşünceler veya eylemlerin sebep olacağına inandıkları tehlikelere karşı sorumlu hissetmekte ve tehlikeyi önleyememenin tehlikeye neden olma ile aynı anlama geldiğini düşünmektedirler (Siev, Huppert ve Chambles, 2010). Başka bir ifade ile OKB'si olan kişiler, olaylar üzerinde bir etkilerinin olmadığını kabul ettikleri durumlarda da abartılmış sorumluluk hissetmektedirler (Salkovskis ve Freeston, 2001).

OKB'si olan kişilerde girici düşüncenin içeriğinden ziyade, varlığı sorumlulukla ilgili yorumu tetiklemektedir. Rachman (1993), OKB'si olan bazı hastalarda, düşünce-eylem füzyonu olarak kavramsallaştırılan, istenmeyen, girici düşüncelerin özel bir öneminden bahsetmektedir. Rachman, Thordarson, Shafran ve Woody (1995), düşünce-eylem füzyonunun iki temel bileşeni olduğunu vurgulamışlardır: istenmeyen, zarar verici içerikte bir eylemi düşünmek, onun gerçekleşme olasılığını artırır, obsesif düşünceleri ve yasak eylemleri yorumlamabu düşünce veya eylemlerin gerçekleşmesine ahlaki olarak eşittir. Başka bir ifade ile, obsesif içerikteki düşünceye sahip olmak ile o düşünceyi gerçekleştirmek aynı anlama gelmektedir. Salkovskis'e (1985) göre düşünce-eylem füzyonu olan OKB hastaları, yukarıda verilen düşünce yapısından ötürü, abartılmış sorumluluk algısına yatkındırlar. Salkovskis (1985) girici düşüncenin ortaya çıkması ile kompulsif eylem ihtiyacı arasındaki bağlantının kişilerin zararı engellemeye yönelik bir eyleme geçmemesinin kendisini sorumlu yapabileceği şeklindeki hatalı bilişten kaynaklandığını vurgulamaktadır. Düşünce-eylem füzyonu kişinin kendi düşünceleri ile ilgili sorumlu hissetmesi anlamına gelmekle birlikte içsel bir tetikleyiciye sahiptir. Düşünce-eylem füzyonu ile dış etmenlerin tetiklediği abartılmış sorumluluk algısı arasındaki fark, abartılmış sorumluluk algısında tetikleyicinin (kapı kilidi, fırın, bıçak, vs.) fiziksel bir uyaran olmasıdır.

1.2.3.2. Girici Düşüncelerin Yanlış Yorumlanması

Girici düşünce kavramı Rachman (1981) tarafından, anlık gelişen, yıkıcı içerikte, istenmeyen düşünce, hayal veya dürtüler olarak tanımlanmıştır. Rachman ve Silva (1978), girici düşüncelerin normal popülasyonda da görüldüğünü söylemişlerdir. Rachman ve Silva'nın (1978) teorisini test eden bir çok çalışma (Clark ve Purdon, 1993; Langlois ve ark., 2000; Wilson ve Salkovskis, 2002; Belloch, Morillo, Lucero, Cabedo ve Carrio, 2004) obsesif içerikte en az bir çeşit girici düşüncenin normal popülasyonda görüldüğünü desteklemiştir. Normal popülasyonda görülen girici düşünceler ile klinik girici düşünceler arasındaki en temel fark, OKB hastalarının girici düşüncelere yaptığı felaketleştirici yorumlamalardır. Normal girici düşünceler, kişi tarafından anlık ve önemsiz olarak değerlendirilmekteyken, OKB'li kişiler bu tip düşüncelere sahip olmanın düşüncenin gerçekleşmesine neden olacağı inancına sahiptir (Radomsky, Ashbaugh, Gelfand ve Dugas, 2008). Rachman (1997), normal girici düşünce ile obsesyonların ayırımında kişinin düşüncelere yaptığı ahlak dışı, günah, tehlikeli, tehdit edici şekilde felaketleştirici yanlış yorumlamaların önemini vurgulamaktadır. Normal girici düşünceleri obsesyonlardan ayıran diğer farklılıklar ise sıklık, yoğunluk, kişiye verdiği rahatsızlık olarak sayılabilir (Abromowitz, 2006).

Obsesif düşünceler, kişinin benliğine yabancı ve kişisel hassasiyetleri, ahlaki değerleri ile çatışır niteliktedirler. Rachman'a (1998) göre girici düşüncelere yapılan birincil yorumlar, kişinin benliğiyle uyumlu olmayan ve değer yargılarını tehdit eder niteliktedirler. Girici düşünceleri kontrol etmede başarısız olma, bu düşüncelerin son derece tehdit edici olduğuna yönelik hatalı birincil yorumlamaları ve zihinsel kontrole yönelik çabaları pekiştirir (Clark, 2004).

Clark'a (2004) göre, ikincil yorumlama, OKB'si olan kişilerin tehdit edici girici düşünceleri kontrol etmedeki başarısızlıkları, sonucun önemine yönelik algıyı yansıtmaktadır. Girici düşünceler, içerik bakımından klinik ve klinik olmayan örneklerle yapılan araştırmalarda farklılıklar göstermektedir (Belloch ve ark. 2004; Clark, 1993). Belloch ve arkadaşları (2004) 336 kişilik örneklem ile yaptıkları

çalışmalarında girici düşüncelerin normal popülasyonda ortaya çıkış sıklığını düşünceleri kontrol ve bilişsel değerlendirme stratejileri ile bağlantısı açısından araştırmışlardır. Sonuç olarak katılımcıların % 99,6'sı girici düşünceleri ara sıra deneyimledikleri, %13'ü ise girici düşünceleri belirli bir sıklıkta deneyimledikleri görülmüştür. Sözü geçen girici düşünceler ise iki ana faktör olarak belirlenmiştir. Bunların ilki; şiddet, cinsel ve sosyal anlamda uygun olmayan davranışlarla ilgili düşünceler, ikincisi ise; şüphe, kontrol ve temizlik ile ilgili düşüncelerdir. Girici düşüncelerin ortaya çıkış sıklığı olasılık etkisi, düşünceyi kontrol ihtiyacı ve etkisizleştirme stratejileri ile bağlantılı bulunmuştur.

Rachman'ın (1993, 1997, 1998, 2006) bilişsel teorisi Clark'ın (1988) panik teorisinden hareketle ortaya çıkmıştır. Rachman'ın (1997) teorisine göre obsesyonlar kişilerin düşünce, hayal ve dürtülerinin önemine dair yaptıkları yanlış yorumlamadan kaynaklanmaktadır. Kişi girici düşüncelerine ahlak dışı, günah, tehdit edici ve felaketi öngörücü şekilde yorumlar. Girici düşünceler aynı zamanda kişinin benliğine yabancı yani kişinin kendisi ile ilgili belirgin şemalarına, geçmiş davranışlarına ve kendisinden beklediği düşünce, kural ve kalıplarla çelişkili niteliktedir. Bu noktadan hareketle, kişinin girici düşüncelerini tetikleyen potansiyel uyaranlara yoğunlaşan dikkati daha önce nötr olan uyaranları dikkat çekici hale getirebilir. Mesela çocuğuna zarar verme obsesyonu olan kişi için keskin ve sivri uçlu nesnelerin bu düşünceleri hatırlatması ve dolayısıyla tehlikeli algılanması gibi. Bu durumda kişi aslında tehdit olarak algıladığı uyaranları genişletmeye başlamaktadır. Dış uyaranların yanı sıra kişinin kaygının ortaya çıkışına gösterdiği reaksiyon, kaygıya hassasiyeti de girici düşüncelerin sıklığına etki etmektedir. Kişinin din, ahlak gibi önceden beri sahip olduğu değerler sistemi, düşünceylem kaynaşması, işlevsiz inançları, sorumluluk algısı, benlik ile uyumsuz düşünceleri bilinç dışına itme, dikkati başka yöne kaydırma gibi kaçınma davranışlarına yol açar. Bu noktada Clark'ın (1988) panik modelinde ortaya koyduğu kısır döngü işlemeye başlar. Kişi kaçınma davranışlarına başvurdukça kendisi ile ilgili algısını ve düşüncelerini yorumlama şeklini tartışmasız kabul eder. Sonuçta normal girici düşünceler obsesyona dönüşür ve kişi bu düşüncelerini ve oluşabilecek kötü sonuçları engellemek için etkisizleştirme davranışlarına başvurur. Etkisizleştirme geçici bir rahatlık sağlar. Bu bakış açısı obsesyonların bu yanlış yorumlamalar ile birlikte süreceğini ve yanlış

yorumlamalar zayıfladığında azalacağını savunmaktadır.

1.2.3.3. Düşünceleri Kontrolün Önemi

OKB'si olan kişiler tekrar eden obsesif düşünceleri göz ardı etme veya bastırma sürecinde zorlanmaktadırlar (Likierman ve Rachman, 1982). Clark (2004), ayrıca obsesyonları bastırmaya yönelik zihinsel çabaların obsesyonların birincil değerlendirme sürecinde kişinin benliğine yabancı doğasından ötürü tehdit olarak algılanmasından kaynaklandığını ifade etmektedir. Benlik algısı (self-view) kişinin kendisi ile ilgili yaptığı öz değerlendirmelerdir. OKB'si olan kişiler sahip oldukları benlik algısı ile ilgili güvensizlik yaşarlar ve olmaktan korktukları ya da olabileceklerini düşündükleri benlik (feared self) ile ilgili kaygı duyarlar (Aardema ve O'connor, 2003, 2007) Bu noktadan hareketle, OKB'si olan kişiler benlik algıları ile çelişen girici düşünceleri önemli ve tehdit edici olarak yorumlama eğilimindedirler. Birbiri ile çelişkili ve kırılgan benlik algısı girici düşüncelerin tehdit edici olarak yorumlama ve alevlenme olasılığını artırır (Bhar ve Kyrios, 2007; Clark, 2004). Freeston ve Ladecour (1998) zarar verme obsesyonlarının naif insanlarda, dini obsesyonların dindar insanlarda, cinsel obsesyonların ahlaki değerleri yoğun insanlarda ve hata yapma ile ilgili obsesyonların dikkatli insanlarda görülmesinin tesadüf olmadığından bahsetmişlerdir.

Purdon ve Clark'ın (1999) bilişsel modeline göre, düşünceleri kontrolün önemine ilişkin yanlış inançlar ve girici düşünceleri kontrol edememenin sonucuna ilişkin olumsuz yanlış değerlendirmelerin OKB'nin ortaya çıkışında rol oynamaktadır. Clark ve Purdon (1995) her bir bireyin kendi düşünce süreçleri ile ilgili düşünce süreçlerinin varlığından söz etmişlerdir. Üstbiliş terimi ile kavramsallaştırılan bu süreç bilgi işleme sürecinin kendi içeriğine ait süreçleri izleyen, değerlendiren ve yorumlayan yönü olarak ifade edilebilir (Purdon ve Clark, 1999). Obsesif problemlere yatkın kişilerin düşünceleri ile ilgili inançları katı, gerçek dışı ve abartılıdır (düşünceleri kontrol kendini kontrolün önemli bir parçasıdır, zihnimden geçen her düşünceleri kontrol etmeliyim, gibi) (Clark ve Purdon, 1995; Purdon ve Clark, 1999). Purdon ve Clark'ın (1999) modeline göre düşünceleri kontrole ilişkin yanlış inançlar girici düşüncelerin ortaya çıkması ile ilgili abartılı bir şekilde tetikte olma ve bu düşünceleri bastırma veya etkisizleştirme gibi yollarla düşüncenin ortaya çıkışına direnç göstermeye neden

olmaktadır. Rachman'a (1998) göre girici düşüncelerin öneminin abartılı bir şekilde algılanması bu düşünceleri bastırmaya yönelik daha yoğun bir bastırma çabasına sebep olmaktadır. Düşünceyi bastırma çabası ile çelişkili bir şekilde ortaya çıkan düşünceyi kontrol edememe kontrole ilişkin artan bir çabaya neden olmaktadır ve kişinin düşünce ile ilgili, düşüncenin anlamlı olduğu ve gerçek dünyada sonuçları olduğu gibi hatalı başka inançlarını pekiştirmektedir (Clark ve Purdon, 1993). Obsesif kompulsif bozukluğu olan kişiler ile herhangi bir patolojisi olmayan kontrol grubunun işlevsel olmayan üstbilişlere sahip olma açısından Türkiye örnekleminde karşılaştırıldığı bir çalışmada, OKB tanısı almış kişilerin normal örnekleme göre daha fazla işlevsiz üstbilişlere sahip oldukları gözlenmiştir (Pazvantoğlu ve ark., 2013). Bu çalışma ayrıca OKB'de temel rol oynayan üstbilişlerin kontrol edilemezlik, tehdit ve kontrol ihtiyacı olduğunu, bu üstbilis alanının tüm obsesif kompulsif semptom alanları ile ilişkili olduğunu ve son olarak şüphecilik ve kararsızlık alanındaki semptomların işlevsiz üstbilişlerle en yüksek oranda ilişkili olduğunu vurgulamıştır (Pazvantoğlu ve ark., 2013).

Düşünceyi bastırma çabasının paradoksal bir etkisi vardır. Wenzlaff ve Wegner'e (2000) göre istenmeyen düşünceleri bastırma süreci, hedef düşüncenin ulaşılabilirliğini artırır. Wegner, Schneider, Carter, White'in (1987) bastırma sonrası geri tepme etkisi ile ilgili yapılan ilk araştırma niteliğindeki deneysel çalışmalarında düşünceyi bastırmaya yönelik çabaların daha sonra düşüncenin geri gelişi şeklinde bir etkiye neden olabildiğini gözlemlemişlerdir. Bu çalışmada katılımcıların dikkatlerini bastırılması istenilen düşünceden uzaklaştırabilmek için birçok çeldirici kullandıkları gözlenmiştir. Katılımcıların bastırma sürecinde rapor ettikleri öğelerin çeşitliliği incelendiğinde, hedef dikkat dağıtıcının sıklıkla değiştiği gözlenmiştir. Wenzlaff ve Wegner'in (1987) "geri tepme" etkisi argümanına göre, düşünceleri bastırma süreci kişinin uygun bir çeldirici bulabilme kapasitesi ve bastırılmaya çalışılan düşüncenin ne zaman bilinç düzeyine çıkacağını saptama anlamına gelen otomatik bir süreç ile bağlantılıdır. Yukarıda sözü geçen çalışmada katılımcıların çevrelerindeki en yakın dikkat dağıtıcı ipucuna yöneldikleri görülmüştür (masa, duvar, saat, vs). Bu gibi dikkat dağıtıcılar dikkatin sürekliliğini sağlayamamakta ve dikkatin bastırılan düşünceye yönelmesini sağlamışlardır. Bastırma serbest bırakıldığında ise daha önce kişiyi düşüncelerden

çeldiren uyaran düşünceler ile ilişkilendirilmiş olup bastırma işlemi sonucunda tetikleyici bir rol oynamaya başlamaktadır (akt. Purdon, 2004).

Skinner'e (1996) göre OKB ile ilişkili iki ayrı kontrol mekanizmasından bahsedilebilir; kontrol algısı ve kontrol ihtiyacı. Kontrol algısı kişinin bir eylemi gerçekleştirebilme ile ilgili inancını ve sözü geçen eylemin istenilen ya da kaçınılan bir sonuca yol açacağı ile ilgili inancını içerir. Kontrol ihtiyacı ise, kişinin yaşamı ile ilgili olaylarda kontrol elde etme ile ilgili motivasyonlarını ifade eder (akt. Moulding, Doron, Kyrios ve Nedeljkovic, 2008). Moulding ve Kyrios'a (2006) göre, kişinin kontrol ihtiyacı yoğun olarak arttığı ve durumlar üzerinde sahip olduğu kontrolü doğru değerlendirmede zorlandığı durumlarda kaygı düzeyi artış gösterir ve kontrol hissini yeniden kazanmaya çalışarak bu kaygıdan kurtulmayı hedefler. Clark (2004), kaygı ile kontrol arasında bir ilişki ile bağlantılı olarak, kendisi ve etrafındaki kişiler üzerinde kontrol hissedenden kişilerin daha az kaygılı olma eğilimlerinden bahsetmiştir (Clark, 2004).

Clark, Purdon ve Wang'a (2003) göre, girici düşünceleri kontrol etmeye yönelik inançlar ve bu düşünceleri bastıramamanın negatif sonuçlara yol açtığı algısı obsesyonlar ile ilişkilidir. Trinder ve Salkovskis'e (1994) göre istenmeyen düşünceleri bastırma süreci, negatif içerikteki girici düşüncelerin sıklığında artışa neden olmaktadır. Clark (2004), obsesif düşünceleri bastırmaya yönelik zihinsel çabaların obsesyonların önemi ve obsesif düşünce ile ilişkili negatif sonuç beklentisini engellemeye yönelik inançları pekiştirdiğini öne sürmektedir.

1.3. OKB ile ilgili Düşünce Alanları

Obsesif Kompulsif Kognisyonlar Çalışma Grubu'nun (OCCWG) 1997'de yayınladığı rapora göre OKB ile ilişkili altı düşünce alanı bulunmaktadır. Bunlar; abartılmış sorumluluk algısı, düşüncelerin aşırı önemsenmesi, düşüncüyü kontrol, abartılmış tehdit, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliktir.

1.3.1. Abartılmış Sorumluluk

Salkovskis'e (1985) göre OKB'nin ortaya çıkaran ve sürdüren etmenler içerisinde davranışsal mekanizmalardan ziyade hastalığın bilişsel bileşenlerinin farkına varmanın öneminden bahsetmiştir. Salkovskis'in (1985) bilişsel formülasyonu kapsamlı bir şekilde OKB'nin tüm alt alanlarına uygulanabilir olsa da, özellikle kompulsif kontrol etme ile bağlantılıdır. Salkovskis'e (1985) göre abartılmış sorumluluk obsesif düşüneyi ve kompulsif davranışı etkiler. Obsesyonların tetiklediği olumsuz otomatik düşünceler bireysel sorumluluk ile ilgilidir. Suçluluk ve utançla ilgili düşünceler huzursuzluğa neden olur ve etkisizleştirme davranışlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlar. Bireysel sorumluluğa ilişkin abartılı algı böylece obsesif kompulsif davranışları sürdüren itici güç işlevi görmektedir (Salkovskis;1985, 1989).

Abartılmış sorumluluk bireyin sadece kendisi tarafından hissedilen, kritik öneme sahip olumsuz sonuçlara neden olma ya da engelleme ile ilgili kendisini önemli ölçüde etkili hissetmesi olarak tanımlanmıştır (Salkovskis, Rachman, Ladouceur ve Freeston, 1992). OKB'si olan bireyler oluşabilecek zararı engellemede kendilerini sorumlu hissettikleri durumlarda ilgili kompulsif kontrol yapmaktadırlar. Bu durum bu kişilerin neden sadece özellikle de kendilerine ait olan belirgin objeleri kompulsif olarak kontrol ettiklerini açıklamaktadır (Radomsky, Ashbaugh, Gelfand, 2007).

Menzies, Harris, Cumming ve Eisten (2000) tarafından 70 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yapılan çalışmada olumsuz sonuca ilişkin sorumluluk ile sonucun şiddetine ilişkin algı ve sonucun olasılığına ilişkin algının ilişkisini araştırmışlardır. Sonuç olarak, bireysel sorumluluk algısının arttığı durumlarda kişilerin sonuca yönelik olumsuz beklentilerinin de arttığı gözlenmiştir.

Arntz, Marisol ve Goosen (2007) tarafından yapılan deneysel çalışmada OKB teşhisi almış kişilerin yüksek sorumluluk manipule edildiğinde obsesif kompulsif semptomları geliştirecekleri, düşük sorumluluk manipülasyonunun ise OKB'si olan katılımcılarda obsesif- kompulsif semptomları ortaya çıkarmayacağı varsayılmıştır. Sözü

geçen çalışmada birincil tanısı OKB olan 28 katılımcının yanısıra birincil tanısı OKB dışında diğer kaygı bozukluklarından herhangi birisi olan 37 kişi ve herhangi bir psikiyatrik tanı almamış 28 kişilik örneklem kullanılmıştır. Bu çalışma olası olumsuz sonuçlara ilişkin yüksek bireysel sorumluluğun OKB hastalarında hem subjektif hem de davranışsal düzeyde obsesif kompulsif fenomene sebep olduğu hipotezini test eden ilk deneysel çalışmadır (Arntz ve ark., 2007). Sonuç olarak, yüksek sorumluluk grubundaki OKB hastalarının obsesif kompulsif kontrolsemptomları gösterdiği gözlenmiştir. Araştırma hipotezine paralel olarak, düşük sorumluluk grubundaki OKB'li katılımcıların obsesif kompulsif kontrol semptomları göstermediği gözlenmiştir.

Cogle, Lee ve Salkovskis (2007) tarafından yapılan başka bir çalışmada, klinik grupta, obsesif kompulsif kontrol semptomları olan 39 OKB hastası, obsesif kompulsif kontrol semptomları olmayan 20 OKB hastası; kontrol grubunda ise, kaygı bozukluğu olan 20 kişi ve herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan 69 kişiden oluşan bir örneklem kullanılmıştır. Sonuç olarak, obsesif kompulsif semptomları olan iki grup kaygı ile ilişkili semptomları olan ve olmayan iki grupla karşılaştırıldığında çok daha yoğun sorumluluk inancına sahip oldukları görülmüştür. Obsesif kompulsif kontrol semptomları olan katılımcıların ayrıca kaygı grubunda ve kontrol grubundaki katılımcılara göre yoğun bir sorumluluk değerlendirmesine (responsibility appraisal) sahip oldukları gözlenmiştir. Bu sonuçların aksine, obsesif kompulsif kontrol semptomları olmayan OKB grubundaki katılımcıların kontrol grubuna göre daha yoğun sorumluluk değerlendirmesi göstermekle beraber, kaygı grubu ve obsesif kompulsif kontrolleri olan OKB grubuyla karşılaştırıldıklarında anlamlı bir farkın olmadığı gözlenmiştir (Cogle ve ark., 2007). Salkovskis'in (1985) bilişsel modeliyle paralel olarak OCCWG (1997) da, obsesif kompulsif semptomların ortaya çıkışında girici düşüncelerin varlığı ve sonucuna yönelik kişinin kendisini sorumlu algılamasına yol açan yorumlama sürecinin öneminden bahsetmiştir.

1.3.2. Düşüncelerin Aşırı Önemszenmesi

OCCWG'a (1997) göre, OKB'si olan kişilerde düşüncenin sadece varlığı, önemine ve anlamına işaret etmektedir. OKB'de düşüncenin önemine ilişkin bakış açısı bilişsel teorisyenler tarafından ortaya konulmuştur (Rachman 1997; Salkovskis, 1999).

Düşüncelerin önemli algılanması ve girici düşüncelerin varlığı, OKB hastası olmayan kişilerde de görülen bir durumdur (Clark ve Purdon, 1993; Langlois ve ark., 2000; Forrester, Wilson ve Salkovskis, 2002; Belloch, Morillo, Lucero, Cabedo ve Carrio, 2004). Ancak, OKB'si olan kişiler kendilerinin sahip oldukları düşüncelerin dış dünya üzerinde zarar verici etkisi olduğunu düşünürler ve olası zararı engellemek üzere bir takım ritüelleri (kompulsiyonlar) uygulamaya geçirirler (Rachman 1997).

Düşüncenin önemi, olumsuz girici düşüncelerin kişinin kendisi ile ilgili kritik bir algıya işaret etmesi, kötü şeylerin gerçekleşme riskini artırması ve olumsuz girici düşüncelerin sadece ortaya çıkmasının bu düşünceleri önemli yapması gibi yorumlamalarla ifade bulabilir. Düşüncenin aşırı önemsenmesi alanı ayrıca, ahlaki düşünce-eylem füzyonu (düşünce ve eylem ahlaki olarak eşittir), olasılık düşünce-eylem füzyonu (kötü düşüncelere sahip olmak bu düşüncelerin gerçekleşme riskini artırır) ve efsunlu düşünmeyi (olasılık düşünce –eylem füzyonuna benzer, düşünce tek başına olumsuz olayların gerçekleşmesine etki edebilir) de içerir. (Frost ve Steketee, 2002) Efsunlu düşünme (magical thinking) bir takım düşünce ve davranışların sonuç üzerinde nedensel bir etki yarattığına ilişkin düşünce biçimidir.

Düşünce-eylem füzyonu ise girici düşüncelerin önemi ve sonucuna fazla önem atfetme eğilimine vurgu yapan bilişsel bir önyargıdır (Rachman ve ark., 1996). Einstein ve Menzies'e (2004a, 2004b) göre düşünce- eylem füzyonu hem klinik hem de normal popülasyonda gözlemlenebilen bir çeşit efsunlu düşünme şeklidir. Amir, Freshman, Ramsey, Neary ve Brigidi (2001) 424 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmada obsesif kompulsif belirtileri olan bireylerin girici düşünceleri ile ilgili obsesif kompulsif semptomları olmayan bireylere göre daha fazla sorumlu hissettiklerini ortaya koymuşlardır.

Düşünce-eylem füzyonunun iki temel bileşeni vardır: ahlaki düşünce-eylem füzyonu ve olasılık düşünce-eylem füzyonu. Ahlaki düşünce eylem-füzyona göre istemli ve istemsiz düşüncelerin ahlaki açıdan eyleme eşittir. Olasılık düşünce-eylem füzyonu ise düşüncenin negatif olayların olabilme olasılığını artırdığına vurgu yapar. Düşünce-eylem füzyonunun bu iki bileşeni de girici düşünceleri hatalı yorumlama süreci ile bağlantılıdır (Shafran ve ark., 1996).

Obsesif kompulsif semptomlar ve düşünce-eylem füzyonu arasındaki ilişkiye bakıldığında, obsesif kompulsif semptomlar düşünceyi olumlu sonuçları artırıcı ve olumsuz sonuçları engileyici bir işlev görmektedir (Berle ve Starcevic, 2005). Buna göre, OKB'si olan kişiler belirgin bir şekilde düşünmenin veya sayı saymanın güvende olma ihtimalini artıracağına inanmaktadırlar (Freeston, Rheaume ve Ladouceur, 1996). Ancak aynı zihinsel aktivite birey için farklı sonuçlar anlamına gelebilir. Mesela birey için tek sayıları saymanın sağlıklı olacağı anlamına gelmesi ve çift sayıları saymanın bireye kötü talih getirebileceğine inanması gibi.

1.3.3.Düşünceyi Kontrol

Düşünceyi kontrol kişinin girici düşünce, hayal ve dürtüleri üzerinde tam bir kontrol sağlama çabasına abartılı bir önem atfetmesi olarak tanımlanmıştır (OCCWG, 1997). OCCWG (1997) düşünceyi kontrol alanının dört alt grubundan bahsetmişlerdir: Zihinsel olayları dikkatlice izlemenin önemine dair inançlar, düşünceleri kontrol etmemenin ahlaki sonuçlarına dair inançlar, düşünceyi kontrol edememenin davranışsal ve psikolojik sonuçlarına ilişkin inançlar, düşünceyi kontrolün verimliliğine ilişkin inançlar.

İstenmeyen, girici düşünceleri deneyimlemek OKB dışında yaygın anksiyete bozukluğu, travma sonrası stress bozukluğu ve depresyon gibi diğer patolojilerde de görülebilmektedir. Ancak kontrolü kaybetmeye ilişkin algı OKB için kritik öneme sahip bir bilişsel değişkendir (Purdon ve Clark, 2002).

OKB'yi açıklayan erken dönem bilişsel teoriler kompulsif davranışları istenmeyen sonuçlar üzerinde kontrol hissi elde etme çabaları olarak kavramsallaştırmışlardır (Carr, 1974; McFall ve Wollersheim, 1979). Çağdaşbilişsel modele göre kontrol, kişinin kendisine atfettiği olumsuz sonuçlara neden olma ya da engellemeye ilişkin abartılı sorumluluk kavramı ile bağlantılıdır (Salkovskis, 1996). Bilişsel model ayrıca girici düşüncelere yapılan yanlış yorumlamaların yoğun bir kontrol çabasına neden olduğunu savunmaktadır. Bununla birlikte, düşünceyi kontrol paradoksal

bir şekilde, girici düşünceleri yoğunlaştırmakta ve kompulsiyonları tetiklemektedir (Clark ve Purdon, 1993; Rachman, 1997, 1998; Salkovskis, 1996; Wells, 1997). Girici düşüncelerin hatalı yorumlanması ve düşünceyi işlevsel olmayan bir şekilde kontrol etme ihtiyacının ortaya çıkması kültürler arası bir fenomen olup olmadığı açısından incelenmiştir (Moulding, Coles, Abramowitz, Alcolado, Alonso, Belloch, Bouvard, Clark, Doron, Fernandez-Alvarez, Garcia-Soriano, Ghisi, Gomez, İnözü, Radomsky, Shams, Sica, Simos, Wong, 2014). Moulding ve arkadaşları (2014) 13 ayrı ülkeden 15 şehirde 516 kişiden oluşan klinik olmayan örneklem ile yaptıkları çalışmada istenmeyen, girici düşünceleri yorumlama ve kontrol stratejileri arasındaki ilişkinin kültürler arası boyutta incelenmesi amaçlanmıştır. Moulding ve arkadaşları (2014), bu çalışmada girici düşüncelerin sıklığı, ısrarcılığı, verdiği huzursuzluk ve bu düşüncelere verilen önem ile kontrol stratejileri ve yorumlama sürecinin kültürler arası boyutta ilişkili olduğunu gözlemişlerdir. Buna göre, girici düşüncelerin farklı kültürlerde görülme oranı değişkenlik göstermektedir ancak düşünce, yorumlara süreci ve kontrol stratejileri arasındaki ilişki paralellik göstermektedir. Düşünce içeriklerinin farklı olmasının sıklık, huzursuzluk, yorumlama süreci ve kontrol stratejileri ile ilişkili olmaması bu çalışmanın ortaya koyduğu sonuçlardandır. Bu çalışma batıdan türemiş bilişsel modelin düşünce içeriklerine bakılmaksızın batılı olmayan toplumlarda uyarlanılabilirliğini vurgulamaktadır (Moulding ve ark., 2014).

Clark ve Purdon'a (1993) göre, OKB'deki en temel bilişsel fonksiyon bozukluğu üst-bilişsel inançlar ve bununla bağlantılı süreçlerdir. Üstbilişsel inançlar düşünce ve hayallerin biçim ve içeriği ile ilgili kişinin düşüncelerini kontrol etmesinin gerekliliği ve düşünceleri kontrol edebilirliği şeklindeki inançlardır. Bu inançlar ile yorumlama sürecini şekillendirmekte ve girici düşüncenin önemli ya da istenilmeyen düşünce olarak etiketlenmesini etkilemektedir. Salkovskis'e (1989) göre üstbilişsel inançlar kişinin girici düşünceleri yorumlamasını etkileyerek obsesyon ve kompulsiyonların ortaya çıkmasını ve devam etmesine neden olmaktadır. Clark ve Purdon (1993), OKB'si olan kişilerin birkaç özelliğinden bahsetmişlerdir: Girici düşüncelerin varlığına aşırı derecede odaklanmak, girici düşüncelerin felakete işaret ettiği yorumu, kişinin düşüncelerinin varlığından ötürü zararlardan sorumlu olması inancı ve kötülüğü önlemek ve stresi

azaltmak için kişinin kendisini, düşüncelerini kontrol etmek zorunda hissetmesi (aktaran OCCWG, 1997).

Moulding ve Kyrios (2006) kontrol ile ilişkili iki çeşit içerikten bahsetmişlerdir: Kontrol algısı ve kontrol ihtiyacı. Kontrol algısı kişinin belirli durumlarda kontrol düzeyine ilişkin inancını ifade eder. Düşük kontrol algısının tehdit ile başetmede yetersizliğe ve bununla bağlantılı olarak kaçınma davranışlarına yol açtığı öne sürülmüştür (Barlow, 2000). Kontrol ihtiyacı ise yaşam olayları üzerinde kontrol elde etmeye ilişkin genel bir isteğe işaret etmektedir. Kontrol ihtiyacı kişiyi istenilen sonucu sağlamak için olayları manipule etmeye itmektedir. Buradan hareketle, kontrol ihtiyacı kontrol algısı ile pozitif olarak bağlantılı olma eğilimindedir. Diğer taraftan, kişinin istenilen kontrol seviyesini elde etmekte başarısız olmasının olumsuz duygu durumuna, özellikle de kaygıya yol açtığı düşünülmektedir (Burger, 1992; aktaran, Reuven-Magril, Dar ve Liberman, 2008).

Moulding ve Kyrios (2006) geniş kapsamlı bir kontrol inancının OKB'de önemli olduğunu, bu olguyu anlamamanın OKB'si olan kişilerin girici düşüncelere karşılık verme ihtiyaçlarını anlamadada katkı sağlayabileceğini vurgulamışlardır. Moulding ve Kyrios (2006) kendi yaşam olayları üzerinde yoğun kontrol ihtiyacına sahip bireylerin bir durumla ilgili düşük kontrol algısına yönelik değerlendirme ile birleştğinde, daha yoğun kaygı hissedebildiklerini ve kaygıyı azaltmak ve kontrol algısını tekrar edinme eğilimi içerisinde olduklarını öne sürmüşlerdir. Sookman, Pinard ve Beck (2001) OKB teşhisi almış 32, kaygı bozukluğu teşhisi almış 15, duygudurum bozukluğu teşhisi almış 12 kişi ve 52 kişilik kontrol grubundan oluşan çalışmalarında kontrol ihtiyacının OKB grubunda diğer gruplara kıyasla daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Moulding ve arkadaşları (2008) 16 OKB, 17 kaygı bozukluğu ve 27 herhangi bir psikiyatrik teşhis almamış örneklemeden oluşan çalışmalarında kontrol algısı ve kontrol ihtiyacını obsesif kompulsif semptomlar açısından test etmişlerdir. Sonuç olarak, sorumluluk ve tehdit değişkenleri manipule edildiğinde yüksek düzeydeki kontrol ihtiyacının kısmen etkilendiği, ancak kontrol algısının aynı düzeyde kaldığı gözlenmiştir. Bununla birlikte, OKB grubu ve kontrol grubu karşılaştırıldığında, OKB grubunun daha yüksek kontrol algısı ve kontrol ihtiyacına sahip olduğu bulunmuştur. Son olarak, OKB grubunun, kaygı bozukluğu

grubu ile kıyaslandığında, OKB ile ilişkili durumlarda daha yoğun kontrol ihtiyacına sahip olduğu görülmüştür.

1.3.4. Abartılmış Tehdit

OCCWG (1997), OKB’de abartılmış tehdit alanını sonuca yönelik zarar görme olasılığının abartılması olarak tanımlamaktadır. Clark (1986), panik bozukluğun bilişsel modelinde tetikleyicileri (fiziksel duyular) abartılı bir şekilde yanlış yorumlamadan bahsetmektedir. Clark (1986) ile uyumlu olarak Rachman (1997), tehditi yorumlamayla semptomların ortaya çıkışı arasındaki bağlantıdan bahsetmiştir. Fiziksel veya bilişsel içerikteki tehdide karşı yapılan felaketleştirici yorumlama ve daha önce nötr durumdaki bir uyarana yapılan yorum, normal girici düşüncenin obsesif düşünceye dönüşmesine yol açmaktadır. Aslında kişi, kendi düşüncelerinin yaşam üzerinde etkin olabileceğine dair bir inanç geliştirmektedir (Rachman, 1997). Rachman (1998) bireyin kendisi ile ilgili algısı da dahil olmak üzere içsel ve dışsal tehdit yorumlamasının önemine vurgu yapmıştır. Normal girici düşünceler (istemli ya da istemsiz olmasına bakılmaksızın) kişinin yaşamında önemli konuları yansıtmaktadır ve sıklıkla iç ve dış tetikleyiciler tarafından kışkırtılmaktadır. Rachman (1997) girici düşüncelerin obsesyona dönüşmesinin ancak bireyin, bu düşüncelere atfettiği abartılı önemin ve bu düşünceleri tehlikeli, uygunsuz ve ahlak dışı gibi anlamlandırmasının sonucunda mümkün olabileceğinden bahsetmiştir.

Sookman ve arkadaşları (2001) OKB’ye yatkınlığa olanak sağlayan şemalarla ilgili bir ölçek geliştirmişlerdir. Yatkınlık Şema Ölçeği (Vulnerability Schemata Scale-VSS)’nde dört işlevsiz inanç gruplanmıştır: Yatkınlık algısı, belirsizlik algısı, yenilik ve değişim, yoğun duyguya ilişkin algı ve kontrol ihtiyacı. Sookman ve arkadaşlarının 111 kişiden oluşan örneklem ile yaptıkları bu çalışmada bu dört inanç alanının (özellikle yatkınlık algısı olmak üzere) OKB hastalarını kaygı bozukluğu hastaları ve kontrol grubundan ayırdığını gözlemlemişlerdir. OKB hastalarının ayrıca negatif olaylardan yüksek bir etki beklentisi içerisinde oldukları bulunmuştur.

1.3.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük

OCCWG'a (1997) göre belirsizliğe tahammülsüzlük, emin olma ihtiyacı, belirsiz durumlarda işlevsellikte zorlanma ve öngörülemeyen değişikliklerle mücadele konusunda zorlanma olarak belirtilmiştir. Tolin, Abromowitz, Brigidi ve Foa'nın (2003) yaptığı bir çalışmada obsesif kompulsif kontrol etme eğilimi gösteren kişilerin kontrol eğilimi göstermeyenlere kıyasla daha anlamlı ölçüde belirsizliğe tahammülsüzlük gösterdikleri gözlenmiştir.

Sookman ve Pinard (2002) OKB hastalarının olayları öngörmek ve kontrol etmek için yoğun bir kesinlik ihtiyacı içerisinde olduklarını öne sürmüşlerdir. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün abartılmış tehdit ve mükemmeliyetçilik alanları ile ilişkili olduğunu öne süren çalışmalar vardır (Dugas, Hedayati, Karavidas, Buhr, Francis ve Phillips, 2005; Sookman ve Pinard, 2002). Abartılmış tehdit ve belirsizliğe tahammülsüzlük alanları arasındaki ilişkiyi ortaya süren çalışmalar tehdit edici uyarının sıklığının ve girici düşüncelere yapılan olumsuz değerlendirmenin bu iki düşünce alanının etkisiyle artabileceği ve bireyin başa çıkmaya dair algısının azalacağı yönündedir. Reuther ve arkadaşları (2013) 475 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmalarında işlevsiz düşünce alanlarının birbirleri ile etkileşimini araştırmışlardır. Sonuç olarak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün mükemmeliyetçilik ve OKB semptomlarının yoğunluğu arasında aracıl rol oynadığı gözlenmiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaygın anksiyete bozukluğuna sahip bireylerde de görüldüğünü savunan çalışmalar mevcuttur (Dugas, Buhr ve Ladouceur, 2004; Ladouceur ve arkadaşları 1999; Sexton, Norton, Walker, ve Norton, 2003). Holaway, Heimberg ve Coles (2006)'ın 560 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada OKB ve YAB'da belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi test edilmiştir. OKB ve YAB grubundaki katılımcıların kontrol grubuna oranla anlamlı bir şekilde yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlük inancına sahip oldukları gözlenmiştir. Bu çalışmaya göre, belirsizliğe tahammülsüzlük bu iki patolojiden sadece birinde değil her iki patolojide de gözlemlenebilen bir inanıştır.

1.3.6. Mükemmeliyetçilik

OCCWG'na (1997) göre mükemmeliyetçilik, kişinin her tür problem karşısında kusursuz çözüm üretme ve küçük hataların dahi önemli sonuçlar doğuracağına ilişkin inancı olarak tanımlanmıştır. Ladouceur, Leger, Rheaume ve Dube (1996), mükemmeliyetçiliğin OKB'nin genel özelliklerinden biri olduğundan bahsetmişlerdir.

Guadiano ve Liotti'ye (1983) göre OKB mükemmeliyetçilik, kesinlik ihtiyacı ve kusursuz çözümlerin olduğuna dair inancın birleşmesi sonucunda ortaya çıkmaktadır. Mc Fall ve Wollersheim (1979) ise tehditi yorumlamaya yol açan ve OKB'nin temelini oluşturan bir takım varsayım ve inançlardan bahsetmişlerdir. Kişinin olası saygınlığı elde etmek için tam anlamıyla yeterli olması gerektiği ve hata yapmak veya mükemmeliyetçi amaçlara ulaşmada başarısız olmak ceza ve ayıplanma ile sonuçlanmalıdır gibi inançlar bu varsayımları özetlemektedir. Mc Fall ve Wollersheim (1979) OKB'si olan kişilerin kendileri ile ilgili iyi hissetmek için kusursuz olmalarının gerekli olduğunu, eleştiriden kaçındıklarını ve başarısızlık ve hataları felaketleştirdiklerini vurgulamaktadırlar (aktaran; Frost, Novara ve Rheaume, 2002).

OCCWG (1997), mükemmeliyetçilikle ilgili inançları; iş-eylem tam anlamıyla doğru olana kadar çalışmanın gerekliliği, bir alanda başarısız olmanın bütün alanlarda başarısız olmakla aynı olması, küçük hataların bile bir işin tam anlamıyla bitmediği anlamına gelmesi ve kişinin kendi işleri ile ilgili yaptığı hataların önemli olması olarak belirtmişlerdir.

OKB'ye bilişsel açıklamalar getiren teoriler işlevsel olmayan inançları obsesyon ve kompulsiyonlara yol açmalarının yanısıra ayrıca birbirleri ile etkileşimleri olduğunu da savunmaktadırlar (Reuther, Davis, Rudy, Jenkins, Whiting ve May, 2013). Buna göre, işlevsel olmayan düşünce ve inançların birbirleri ile etkileşimi birbirleri üzerinde tetikleyici rol oynamakta ve OKB'ü alevlendirmektedir (Frost ve Steketee, 2002). Taylor ve arkadaşları (2010) 5015 kişilik örneklem ile yaptıkları çalışmalarında Frost ve Steketee'nin (2002) ortaya attığı bu aracı rol modelini test etmişlerdir. Sonuç olarak, abartılmış sorumluluk ve abartılmış tehdit inancının mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğe yol açtığını ortaya koymuşlardır. Taylor ve ark., ayrıca belirsizliğe

tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçiliğin düşünceye aşırı önem ve düşünceyi kontrol inançlarını tetiklediğini gözlemlemişlerdir. Ancak sözü geçen çalışma mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük alanlarının birbiri ile etkileşimini bu iki alanın aynı ölçek ile test edilmesinden dolayı saptayamamışlardır.

1.4. OKB ve Bilişsel Duyuşsal Yatkınlık

OKB ile ilgili yapılan çalışmalarda, bilişsel-duyuşsal yatkınlık (kişinin kendisi ve dış dünyaya ilişkin algısı) alanlarının az sayıda araştırma tarafından sorgulandığı Doron ve Kyrios (2005) tarafından gündeme getirilmiştir. Doron ve Kyrios (2005), ayrıca geleneksel bilişsel yaklaşımın, Beck'in (1976) bilişsel üçlüsünü (bireyin kendisi, dış dünya ve gelecekle ilgili negatif algısı) de göz ardı ettiğinden bahsetmektedirler. Doron ve Kyrios'a göre (2005), bireyin benliğine ve dış dünyaya dair içsel tasarımları obsesif kompulsif semptomlar ve bilişlereyatkınlığı belirleyici faktörler olabilir. Rachman (1997,1998) bireyin kendisi ile ilgili algısını tehdit eder içerikteki girici düşüncelerin kompulsif davranışları tetiklediğinden ve bastırma gibi düşünceyi kontrol stratejilerini ortaya çıkardığından bahsetmiştir. Rachman (1998), obsesyonları geliştiren ve sürdüren faktör olarak girici düşüncelerin kişisel önemi ile ilgili yorumlamadan bahsetmiştir. Buna göre,girici düşüncenin felaketleştirici bir şekilde hatalı yorumlanması potansiyel uyarının sıklığını artırır. Birey daha önce nötr olan uyarıyı tehdit olarak algılamaya başlar. Mesela, insanlara zarar verme ile ilgili girici düşünceleri olan birey kendisini potansiyel bir tehlikeli olarak algıladığında daha önce nötr olan nesnelere (sivri uçlu nesnelere gibi) potansiyel tehdiye dönüşebilmektedir. Nötr uyarıların potansiyel bir tehdiye dönüşmesi ise tehditin sıklığını artırır ve obsesyonlar için provakatif bir işlev görmeye başlar (Rachman, 1998). Rachman'a (1998) göre tarafsız uyarıların tehdiye dönüşmesi girici düşüncelerin birey için anlamı ile ilişkilidir. Örnek olarak, dine aşırı önem veren kişi için dini değerlere küfür içeren girici düşünce ya da hayaller felaket bir anlam ifade edebilir ve kilise, cami ya da dini içerikli herhangi bir sözcük gibi daha önce tarafsız olan bir uyarı tehdiye dönüşebilmektedir.

Obsesif düşünceyi depresif ya da kaygılı negatif düşünceden ayıran temel özellik obsesif düşüncenin benlik ile uyumsuz olmasıdır (APA, 2013). Purdon ve Clark'a (1999) göre bireyin benlik ile uyumsuz düşüncelere sahip olması birey için benlik

algısını tehdit edici bir rol oynamaktadır. Buna paralel olarak, benliğe yabancı içerikteki girici düşünceler obsesyonları tetikleyebilmektedir (Purdon ve Clark, 1999). Kişinin kendisine dair algısı ile uyumsuz ve kendisinden beklemediği düşünceler belirginleşmekte ve bireyin dikkatinin merkezine oturmaktadır. Bilgi işleme teorisine(information processing theory) göre, birey bu uyumsuzluğu onarma çabası içerisine girmektedir (Beck ve Clark, 1997). Onarma sürecinde kullanılan onama stratejilere örnek olarak, düşüncenin anlamını mantıksal bir şekilde reddederek düşünceyi önemsememek, girici düşünceleri düşünce akışı içerisinde zararsız bir anomali olarak görmek verilebilir. Bu onarma stratejileri bireye kendisi için değerli bireysel özelliklerine güveni yeniden yapılandırmakadır.Purdon ve Clark (1999) bireyin benliği, inanç ve değerleri ile uyumsuz düşüncelere yaptığı olumsuz yorumların isegirici düşüncelerin obsesyona dönüşmesi ve obsesyonların şiddetlenmesinde önemli bir rol oynadığını iddia etmişlerdir.

Bhar ve Kyrios (2007), obsesif kompulsif bozukluğa yatkın kişilerin kendilik değerleri, ahlak ve sevillebilirlik alanlarında birbiri ile çelişen, karşıt değerli inançlarının olduğunu varsaymışlardır. Bhar ve Kyrios (2007) OKB ve karşıt değerli kendilik algısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, karşıt değerli kendilik algısı ile OKB arasında bir ilişki olduğunu gözlemlemişlerdir. Guidano ve Liotti (1983) karşıt değerli kendilik algısının bireyi benliğine yabancı girici düşünceleri saygın benlik tanımlamasına tehdit olarak yorumlamaya yatkınlaştırdığını ileri sürmüşlerdir. Guidano ve Liotti'ye (1983) göre obsesyona yatkın kişiler kendilik değeri, ahlaki erdem ve sevillebilirlik alanlarında karşıt değerli inançlara sahiptirler. Guidano ve Liotti'ye (1983) göre karşıt değerli kendilik benliğin üç yönünü içerir: Benlikle ilgili çatışmalı inançlar, bireysel özelliklerle ilgili kuşku ve kronik bir şekilde kendilik değeri ile meşgul olmak. Guidano ve Liotti (1983) benlik ile ilgili birbiri ile çelişen inançları, benlik tasarımının birbiri ile çelişen ve göz ardı edilmesi zor imgelerle kutuplaşması olarak açıklamaktadırlar. Benlik birey tarafından iyi ya da kötü olarak değerlendirilir. Birey bu ikili yapıyı bütünleyici bir düzeye ulaştıramamaktadır. Birbiri ile çelişen benlik imgesi bireyin benlik değerine ilişkin net bir algısının oluşmasını zorlaştırmaktadır ve bireyin kendisi ile ilgili algısı şüpheli ve kesinlikten uzaktır. Guidano (1987) karşıt değerli kendilik algısının oluşumu ve gelişimini anlamada bağlanma teorilerine (Bowbly, 1969;

akt., Ainsworth, 1979) dikkat çekmiştir. Buna göre, sağlıklı ebeveynlik çocuk veya ergene dış dünyaya açılmada destek ve güven sağlamaktadır. Ebeveynler ve çocuk arasında sağlıklı bir şekilde kurulmuş bağda ebeveynler çocuğun bireysel yeterlilik ve özerklik arayışında destekleyici olmakta ve çocuğun kendisini değerli hissetmesine olanak sağlamaktadırlar. Güvenli bağlanmada ebeveynler çocuğa kişiler arası ilişkide arzu edilen sonucu elde edebileceği güvenilir ortamları kontrol edebileceği yetkinliğini hissettirirler. Bununla birlikte, çocuk ve ebeveyn arasındaki bağlanma zayıf olduğunda çocuğun kendisini değerli ve yeterli hissedebilmesi zorlaşmaktadır. Sonuç olarak, karşıt değerli benlik algısı istikrarlı bir benlik kabulünün oluşumu ve güçlenmesini sekteye uğratmaktadır (Guidano ve Liotti; 1983, 1992).

Bhar (2004), obsesyona yatkın kişilerin, karşıt değerli veya kırılğan kendilik algısına sahip iseler kendilik algılarıyla çelişen girici düşünceleri son derece önemli ve tehdit edici olarak algılayabildiklerinden bahsetmektedir. Guidano ve Liotti'nin (1983) karşıt değerli kendilik algısı teorisi Bhar ve Kyrios (2008) tarafından ilk kez ele alınmıştır. Bhar ve Kyrios (2008) karşıt değerli kendilik algısının obsesyon ve kompulsiyonlarla ilişkisini 73 OKB, 50 kaygı bozukluğu, 268 herhangi bir klinik tanı almamış bireyden oluşan örneklem ile incelemiştir. Sonuç olarak, karşıt değerli kendilik algısı obsesif kompulsif semptomlar ve obsesif düşünce alanları ile önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Karşıt değerli kendilik algısı kontrol edildiğinde ise düşünce alanları arasındaki ilişkinin önemli ölçüde zayıfladığı görülmüştür. Sözü geçen çalışma düşüncenin aşırı önemsenmesi, sorumluluk ve mükemmeliyetçiliğin benlik algısının belirsiz olmasından kaynaklanabileceğine işaret etmektedir.

Salkovskis (1989), kişilerin ahlaki inançları tehdit eden düşüncelere karşı hassas olabileceklerini iddia etmektedir. Rachman (1997) anlam yükledikleri ya da değer verdikleri içeriklerle ilgili düşüncelerinin önemini içselleştiren bireylerin obsesyonlara (özellikle dini obsesyonlara) yatkın olduklarını öne sürmüştür. Bu görüşle paralel olarak, Abromowitz ve arkadaşları (2004), din ve diğer kültürel etkenlerin obsesif kompulsif semptomlar bu semptomların oluşumu ve gelişiminde rol oynayan düşüncelerle ilişkili olduğunu söylemektedirler. Bu çalışmada 1005 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem kullanılmıştır. Abromowitz ve arkadaşları (2004) OKB ile ilişkili fenomenleri

Protestan ve herhangi bir dine inanmayan bireyleri karşılaştırarak incelemiştir. Sonuç olarak, aşırı dindar Protestanların kısmen dindar Protestanlar ve ateist/agnostiklerle kıyaslandığında daha şiddetli obsesif semptomlar gösterdiği gözlenmiştir. Aşırı dindar katılımcıların kısmen dindar ve ateist katılımcılara göre bulaşma endişesi/yıkama ritüelleri bilgisi verdikleri görülmüştür. Son olarak, aşırı dindar Protestanlarda kısmen dindar Protestan ve ateist katılımcılarla kıyaslandığında daha yüksek seviyede OKB ile ilişkili bilişler gözlenmiştir.

Lee ve Kwon (2003) obsesyonların otojen (autogenous) ve reaktif (reactive) obsesyonlar olarak iki alt gruba ayrıldığını öne sürmüşlerdir. Otojen obsesyonlar bireyin kendi doğrularını tehdit edici nitelikte algıladığı, son derece itici ve gerçek dışı düşünce hayal ve dürtüler olarak tanımlanmıştır (Lee ve ark., 2005). Otojen obsesyonlar cinsel, agresif ve dini değerlere hakaret edici antipatik düşünce, hayal veya dürtüleri içerir. Otojen düşünceler benliğe yabancı ve kabul edilemez olarak algılanılmakta ve düşüncüyü kontrol veya uzaklaştırma çabalarına yol açmaktadır. Bu gruptaki obsesyonları ortaya çıkaran net bir tetikleyicinin varlığından ziyade sembolik bir tetikleyici ya da obsesif düşünce ile ilişkili dolaylı bir tetikleyici olabilmektedir (“Ö” harfinin bireye çocuğunu öldürme düşüncesini tetiklemesi gibi). Reaktif obsesyonlar ise, kısmen gerçekçi şüphe, endişe veya düşüncelerdir. Reaktif obsesyonlarda tehdit algısı başlı başına obsesyon olmamakta, olası olumsuz sonuçlara ilişkin düşünce obsesif niteliktedir. Bu gruptaki obsesyonlar bulaşma, hata, kaza, simetri veya düzensizlik ile ilgili düşünce, endişe ya da şüphelerdir. Reaktif obsesyonlar kısmen gerçekçi algılanabilme eğiliminde olmakta ve gerçekleşmesi muhtemel algılanılmakta; ilişkili rahatsız edici durumu arzu edilen güvenli duruma geri koymak gibi gözlemlenebilir davranışları ortaya çıkarabilmektedir. Reaktif obsesyonlara örnek olarak, bulaşma düşüncesi olan bir bireyin bu düşüncesini tetikleyen kirliliği bir nesne ile karşılaşması gösterilebilir. Lee ve arkadaşları (2005) obsesyonların otojen ve reaktif alt gruplarını OKB teşhisi almış 30 kişiden oluşan klinik örnekleme incelemiştir. Sonuç olarak, OKB teşhisi almış bireylerin otojen ve reaktif obsesyonlara verdikleri tepkinin duygusal reaksiyonlar, bilişsel yorumlamalar ve kontrol stratejilerine göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Araştırmada, otojen obsesyonların suçluluk duyguları ve düşüncenin sadece zihindeki varlığının tehdit edici olarak algılanmasıyla tetiklendiği gözlenmiştir. Otojen obsesyonlara tepki olarak,

hastaların düşünceyi bastırma ya da uzaklaştırmaya odaklandıkları ve dikkati düşünceden uzaklaştırmak için kaçınma türü kontrol stratejilerini kullanma eğiliminde oldukları ortaya konulmuştur. Buna karşılık, reaktif obsesyonlar daha yoğun kaygı, düşüncenin gerçekleşebileceği olasılığını ve zararı yüksek algılamaya neden olabildiği ifade edilmiştir. Buna ek olarak, Lee ve arkadaşları (2005) reaktif obsesyonların OKB hastalarında zararı engellemeye ilişkin yoğun sorumluluk algısına, kontrol etme, yıkama gibi düşüncenin işaret ettiği durumu düzeltmeye yönelik kontrol stratejilerini ortaya çıkardığını vurgulamışlardır.

Ferrier ve Brewin (2005) ise yaptıkları bir çalışmada, 24 OKB, 21 anksiyete ve 16 herhangi bir psikiyatrik tanısı almamış örneklem ile yaptıkları çalışmada abartılmış sorumluluk ve benliğin kabul edilemezliğinin OKB'deki spesifik rolünü araştırmışlardır. Araştırma OKB hastalarının anksiyete kontrol ve normal kontrol gruplarıyla karşılaştırıldığında girici düşüncelerle ilgili daha yüksek sorumluluk, dahadüşük gerçek benlik (actual-self) korkulan benlik (fered-self) ayırımı ve korkulan benliği ahlak dışı, çılgın olarak yorumlama eğiliminde olacaklarını iddia etmektedir. Araştırmada ayrıca OKB hastalarının girici düşünceleriasırı sorumluluk ve negatif karakter özellikleri açısından yorumlayabileceklerini varsayılmıştır. Sonuç olarak, OKB'si olan kişilerin kontrol grubuna göre girici düşüncelere sahip olmayı, kendileri ile ilgili ahlaka aykırı olma ve çıldırma gibi özelliklerle karakterize "korkulan benlik" yorumuyla değerlendirdiklerini ortaya koymuşlardır. Benlik yapılanması ve girici düşüncelere hassasiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, OKB'si olan kişilerde yoğun ölçüde bozucu girici düşünceler, daha az yoğun olanlara göre daha anlamlı ve saygın kendilik alanlarıyla çatışmalı olarak değerlendirilmiştir (Rowa ve ark., 2005; Bhar ve Kyrios, 2000).

Kişinin içselleştirdiği kuralların ihlali olarak tanımlanan suçluluk duygusu OKB'nin fenomenolojik bir özelliği olarak değerlendirilmektedir (Miceli, 1991). Mancini ve Gangemi'ye (2004) göre sorumsuz davranmanın sonucunda hissedilen suçluluk duygusundan korkmanın OKB'nin bilişsel temelini oluşturduğunu savunmaktadırlar. Mancini ve Gangemi (2004) abartılmış sorumluluk (Salkovskis, 1985, 1996; Salkovskis ve Forrester, 2002) tanımlamasının obsesif düşünceyi açıklamada

yetersiz olduğunu iddia etmişlerdir. Mancini'ye (2001) göre obsesyonları olan kişi herhangi bir olumsuz olayın gerçekleşme olasılığından ziyade kendi davranışlarının kendigörev bilinci ile çatışmasından endişe etmektedir. Bireyin felakete yönelik sorumluluğu yorumlama şekli suçlulukve depresyonu tetiklemekte, istenmeyen gircidüşünceleri açığa çıkarmaktadır ve bireyin kompulsiyonlara direncini azaltmaktadır. Mancini ve Gangemi'ye (2004) göre sorumluluk algıları ile ilgili suçluluğa ilişkin endişeli kişiler kendi eylem/eylemsizlikleri ve yersiz sonuçlar arasında nedensel bir ilişki olduğunu varsayarlar. Bu durumda kişi bir eylemi yapmak veya yapmamakla ilgili algıladığı sorumluluğa uygun davranmayı bir vazife olarak görmektedir. Özet olarak, suçlu hissetmeye ilişkin endişeli kişiler kendi ahlaki standartlarına uygun olamayacak şekilde davranacaklarını öngörürler. Mancini ve Gangemi (2004) bireyin suçlu hissetmeye ilişkin endişesinin obsesif kompulsif semptomları artırdığını iddia etmişlerdir.

1.4.1. Benlik Kavramı ve Çok Yönlü Benlik

Benlik kavramı birçok farklı teorik yaklaşımla ele alınmıştır. James (1892) benlik kavramını aynı cismin farklı açılardan değerlendirilmesi olarak vurgulamıştır (aktaran, Marsh, Craven, ve Debus, 1991). James'e (1890) göre benlik kavramı üç ayrı bölümde incelenilebilir: Benliğin bileşenleri, harekete geçirdiği duygular, harekete geçirdiği eylemler. Benliğin bileşenleri "ben" ve "bana"dan (I, me) oluşur. "Ben", benliğin özne halidir ve süreklilik, farklılık, istem, iç gözlem ve benliğin yansımaları ifade etmektedir. "Bana" benliğin nesne halidir ve farkında olunan kısımdır (aktaran;Marsh ve ark., 1991). James (1982) "ben"nin bileşenlerini dört alt başlığa ayırmıştır: kişisel farkındalık; bireyin kendi iç gerçeklerine, ihtiyaç duygu ve düşüncelerine kıymet vermesi, benlik temsili; bireyin düşünce ve duyguları üzerinde kendi rolünü/hakimiyetini hissetmesi, benliğin devamlılığı; bireyin zaman içerisinde aynı kişi olarak kalacağına dair algısı, benliğin tutarlılığı; sabit, tutarlı , tekil bir benlik algısı (aktaran; Marsh ve ark., 1991). "Bana"nın bileşenleri; maddi, manevi ve sosyal bana olarak üç ayrı alt gruba ayrılmıştır. James'in (1982) benliğin özne ve nesne hali olarak yaptığı ayırmadan hareketle, benliğin özne halini beş ayrı gelişimsel aşamada incelenmiştir (Oppenheimer, 1990): Fiziksel benlik, benliğin fiziksel özellikleri ve sahip

olunan materyaller; aktif benlik, benliğin diğerlerine oranla yeterlilikleri; psikolojik benlik, benliğin karakter özellikleri; sosyal benlik, benliğin sosyal ve ilişkisel özellikleri ve son olarak benliğin inanç sistemi, bireysel felsefesi ve kendine özgü düşünce sistemi (Damon ve Hart, 1982). Benliğin bu farklı aşamalarının bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde etkin olduğu varsayılmaktadır (Oosterwegel ve Oppenheimer, 1990).

Cooley (1902) benlik kavramını birinci tekil şahısa işaret eden zamirler üzerinden yorumlamıştır (ben, beni, bana, benim, kendim). Cooley (1902) benlik ancak öznel duygular üzerinden tanımlanabilir. Benliğe ait öznel duygular, bireyin olaylar üzerinde kontrolünün olduğu düşüncesi ve kendi bedeninin diğer bireylerin bedenlerinden ayrı olduğunu farketmesi gibi bilişsel ayırımlarla oluşmaktadır. Cooley (1902) “looking-glass self” kavramı ile bireyin kendisine dair algısının başkalarının kendisini nasıl algıladığı üzerinden şekillendiğini ortaya koymuştur. Mead’e (1934) göre, benlik kavramı kişilerin sosyal etkileşimde diğerlerinin kendilerine nasıl tepki vereceğine ilişkin endişelerinin doğal bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Kişi kendisini doğrudan gözlemlemekten ziyade, ait olduğu sosyal yapının bakış açısından, yani daha dolaylı olarak tanımlanmaktadır (Mead, 1934). Mead’e (1934) göre, birey diğer insanların tepkilerini öngörebilmek ve buna uygun davranabilmek için dünyayı diğer insanların algıladığı gibi algılamayı öğrenmektedir. Bu durumda birey, “genelleştirilmiş öteki”nin belirli olaylara nasıl tepki vereceğini tahmin edebilmek için birey dışsal etkinin olmadığı durumlarda davranışlarına rehberlik edebilecek içsel düzeni geliştirirler. Mead’e (1934) göre, sosyal rollerin çeşitliliği ile paralel düşünebileceğimiz ölçüde benlik çeşitliliğinin varlığından bahsetmiştir.

Epstein (1973) benlik kavramını kişinin kendisine ait olarak algıladığı maddi benlik, sosyal benlik ve spiritüel benlik olarak üç kayı kategoride ele almıştır. Maddi benlik kişinin kendi bedeni, ailesi ve eşyaları; sosyal benlik kişinin hayatındaki diğer insanların bakış açısı ve spiritüel benlik kişinin duyguları ve arzularını sembolize eder.

Sullivan (1953) sosyal etkileşimden ziyade çocuk için önemli “anne” figürüne vurgu yapmaktadır. Sullivan’a (1953) göre çocuk kendisi için önemli kişiler tarafından onaylanan başarılarının olanak sağladığı değer ve yasakları içselleştirmektedir. Onaylanma ve onaylanmama iyiyim-kötüyümün çerçevesini belirlemektedir ve hoş

olmayan duygulanımlardan kaçınma ihtiyacı benlik sisteminin en temel fonksiyonu olmaktadır (Sullivan, 1953).

Lecky'ye (1945) göre benlik kavramı kişiliğin özüdür. Lecky (1945) benlik kavramını, bireyin birbiri ile uyumlu değerlerinin organizasyonu tanımlamıştır. Lecky (1945), kişilik organizasyonunun yeni fikirlerin benimsendiği, eski fikirlerin değiştirildiği veya reddedildiği, devam eden dinamik bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Kişiliğin özü olarak tanımlanan benlik kavramı ise ise kişilik organizasyonunda hangi içeriklerin kabul göreceğini belirleyen önemli bir rol oynamaktadır (Lecky, 1945).

Rogers (1951) benlik kavramının bireyin farkında olduğu ve kontrolünün olduğuna inandığı özelliklerini içerir. Benliği geliştirme ve sürdürme temel bir ihtiyaçtır. Benlik organizasyonuna yönelik tehdit bireyde kaygı oluşturur. Birey tehlide karşılık veremediğinde ise, kişilik organizasyonu yıkıcı bir bozulmaya uğrar (Epstein, 1973).

Benlik algısının gelişimi çocuğun tek taraflı olarak kendi idealleri çerçevesinde oluşmayıp çocuk ve çevre arasındaki karşılıklı etkileşim sonucunda gelişmektedir (Flawell, 1985). Benlik tanımlaması kişinin kendisi ile ilgili kişisel görüşü ve başkalarının kendisini nasıl algıladığı ile ilgili görüşünden oluşmaktadır (Oosterwegel ve Oppenheimer, 1990). Bu noktadan hareketle Oosterwegel ve Oppenheimer (1990) benlik alanını birbiri ile ilişkili iki farklı kategori altında incelemiştir. Birinci kategori gerçek benlik alanı ile çeşitli "olası benlikler" in ilişkisi, ikinci kategori ise kişinin kendisini nasıl algıladığı ve başkalarının kendisini nasıl algıladığı ile ilgili kendisine ait iki bakış açısının farkından oluşmaktadır. Epstein benlik kavramı ile ilgili teorik açıklamaları yedi maddede özetlemiştir:

- Geniş kapsamlı bir kavramsal sistemin içerisinde aşamalı olarak organize olmuş, içsel olarak uyumlu bir alt sistemdir,
- Bedensel benlik, ruhsal benlik ve sosyal benlik gibi birbirinden farklı benlikleri içerir,
- Deneyimlerle değişen dinamik bir oluşumdur.

- Birey için önemli kişilerle etkileşim gibi deneyimlerle gelişir.
- Benlik organizasyonu bireyin işlevselliğini sürdürebilmesi için temel teşkil etmektedir. Bireyin benlik organizasyonunun yönelen tehdit algılaması ie kaygıya neden olmaktadır ve birey bu tehdiye karşı savunmaya geçmektedir. Savunma başarısız olduğunda ise stresin yoğunlaşması ve dağılma ile sonuçlanmaktadır,
- Öz benlik (self-esteem) bireyin benlik sisteminin tüm yönleri ile bağlantılı, temel ihtiyacıdır,
- Benlik kavramının iki temel fonksiyonu vardır: İlk olarak, bireyin sosyal etkileşim gibi deneyimlerini öngörülebilir etki-tepki sıralamasına organize eder. İkinci olarak, bireyin onaylanmama ve kaygıdan kaçınma, ihtiyaçlarını karşılamagirişimlerine olanak sağlar.

Epstein ve Morling (1995) benlik yapılanması için gerekli, temel ihtiyaçtan bahsetmişlerdir: hazzı çoğaltacak ve acıyı azaltmaya yardımcı olacak, uyumlu olarak algılanan özellikleri sürdürmek, dış dünyaya ilişkin tutarlı bir tanımlama oluşturmak ve geliştirmek ve diğer insanlarla ilişki içerisinde olmak.

Benlik bilişsel ve sosyal bir yapılanmadır. Erken çocukluk döneminde çocuğun kendi aktiviteleri ile ilgili olumlu bir algıya sahip olması, yetenekleri ile ilgili güven duygusuna sahip olması, birşeylerin sonucunun olumlu olacağına dair kontrol hissetmesi, öz- yeterliliğinin gelişmesini sağlamaktadır (Bandura, 1990). Bağlanma teorisine göre (Bandura, 1990) çocukların ebeveynleri veya kendilerine birincil bakım veren kişilerle oluşturdukları bağlanma örüntüleri üzerinden kendileri ile ilgili “sevilen biriyim, değerli biriyim” gibi algıları oluşmaktadır ve öteki bireylerin kendilerine verdiği değere dair beklenti ve inancı ifade eden “benlik temsilleri”ni oluşturmaktadırlar. Çocuğun kendisini diğerlerinden ayrı bir birey olarak fark etmesi ve kendisinin ve diğerlerinin bağımsız bireyler olduğunu algılaması tüm güçlülük (omnipotence) ve ebeveynleri üzerindeki kontrol hissini azaltır. Ancak ebeveynlerin tutumları bu bağımsız benlik oluşumunu destekleyici olmaz ve ebeveynler çocuğun kontrol alanını

aşan davranışlar sergilemeleri ise çocuğun dünyasında hayal kırıklığı ve öfkeye neden olabilmektedir. Harter'a (1998) göre çocukluğun orta döneminde benlik algısının ve diğer bireylere dair kavramların içeriğinin derinleşmesi çocukların kişilik özelliklerine daha yoğun bir şekilde odaklandıklarından söz etmiştir. Harter (1998) çocukların bu dönemde gelişen benlik yapılarının soyut çıkarımlar yapabilme yetisine sahip olmasına rağmen kendileri ve başkalarına dair birbiri ile zıt "iyi-kötü" gibi çıkarımlar yaptıklarını ifade etmiştir.

Dil gelişimi benlik gelişimi için güçlü kazanımlardan biridir. Dil gelişimi çocuğa bireysel hikâyeleştirme gibi benlik tasarımı sözleştirme ve sergileme imkânını sağlar. Dil gelişimi çocuğa "iyi-kötü" gibi tanımlayıcı etiketleri kazandırır. Bu tanımlayıcı etiketler çocuğun kendi davranışlarını değerlendirmesine, böylece kendisini tanımlamayı öğrenmesine olanak sağlamaktadır. Bununla birlikte, "ya hep ya hiç" şeklindeki düşünceleri ortaya çıkaran bilişsel yapılar çocukta eleştiri ya da hata ile yüzleşmesi durumunda genel bir "kötü" etiketlemesinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Çocukluğun ilerleyen dönemlerinde bilişsel anlamda gelişim sağlaması çocuğa bireysel yeterliliğinin her alanda farklı olabileceğini ve kendi performansı ile diğer bireylerin performansını karşılaştırılabilirliğini farketme imkanı sağlamaktadır. Bu durumda çocuğun kendi yeterlilikleri ile ilgili daha gerçekçi bir değerlendirme yapabilmesini sağlamaktadır (Harter 1998). Bununla beraber, sosyal kıyaslama çocuğun yetersizlik duygusunu yaşamasına neden olabilmektedir. Çocuğun sahip olduğu benlik ile idealize ettiği benlik arasındaki farkın ayırımına varması benlik sistemini tehdit edici bir rol oynayabilmektedir. Benlik algısı bireyin çevresi ve özellikle de kendisi için önemli diğer bireyler ile ilişkileri üzerinden oluşmaktadır (Shavelson, Hubner ve Stanton,1976). Skaalvik (1997) benlik algısına ilişkin kritik öneme sahip birkaç faktörden söz etmiştir:

- Düşünce çerçevesi: Benlik kavramı bireyin kendi karakter özellikleri ve başarılarına karşıt düşünce çerçeveleri ve kriterleri tarafından etkilenmektedir. Sosyal kıyaslama sıklıkla benlik kavramı için en önemli bilgi kaynağı rolündedir (Marsh, 1986).

- Nedensel Atıflar: Bireyin başarı ve başarısızlıklarını atfettiği etkenlerin benlik kavramının betimsel ve duygusal yönlerini etkilediği varsayılmıştır. Benlik algısı ve kişinin atıfları karşılıklı bir etkileşim içerisindedir. Bireyin daha önce başarı ve başarısızlıklarından oluşan nedensel atıfları benlik algısını ve bireyin ilerdeki olası atıflarını etkiler (Skaalvik, 1997).
- Birey için önemli kişilerin değerlendirmeleri: Bireyin kendisine ait görüşünün diğerlerinin kendisi ile ilgili olası görüşleri üzerinden oluştuğu benlik kavramı teorisyenleri tarafından vurgulanmıştır (Sullivan,1947). Sullivan (1947) benliğin “yansıyan yorumlamalardan” oluşabileceğinden söz etmiştir.
- Önceki deneyimler: Benlik şemaları bireyin belirli alanlardaki eski deneyimlerinden oluşmaktadır (Bong ve Skaalvik, 2003). Skaalvik’a (1997 a) göre bireyin daha önceki deneyimleri benlik kavramının oluşumunda “öz yeterlilik (self efficacy)” oluşumu kadar önemlidir.

Shavelson ve arkadaşları (1976) hiyerarşik ve çok yönlü benlik kavramını akademik ve akademik olmayan benlik olarak iki alt başlıkta incelemişlerdir. Shavelson ve arkadaşlarına (1976) göre, akademik benlik matematik, edebiyat gibi alt alanlara ayrılırken, akademik olmayan benlik sosyal, fiziksel ve duygusal benlik alanlarından oluşmaktadır. Fiziksel benlik, fiziksel yetenek ve fiziksel görünüm; sosyal benlik, arkadaş ilişkileri ve kişi için önemli diğer bireylerle ilişkiler olmak üzere alt alanlara ayrılmıştır.

Çok yönlü benlik yapılanması ideal benlik, gerçek benlik ve olması gereken benlik olmak üzere farklı alanlarla ilgili benlik kavramına işaret etmektedir (Higgins, 1987). Gerçek benlik kişinin kendisine atfettiği niteliklerden oluşmaktadır. İdeal benlik kişinin sahip olmak istediği nitelikleri içerir. Olması gereken benlik ise kişinin sahip olması ve yansıtmasının gereğine inandığı ahlaki ve kültürel ilke ve değerlerdir. Marcus ve Nurius ideal ve olması gereken benlik alanlarını “olası benlikler” (possible selves)olarak nitelendirmişlerdir. “Olası benlikler” kendi potansiyelleri ve gelecekleri ile ilgili düşüncelerini ifade etmektedir (Oosterwegel ve Oppenheimer, 1990). “Olası

benlikler” kişi için içsel anlamda rehberlik edici, motivasyonel bir işleve sahiptir (Oosterwegel veOppenheimer, 1990). Bu benlik alanının pozitif olması kişinin ulaşmak istediği ve kişi için motive edici bir anlam ifade etmekle birlikte negatif olması kaçınmayı beraberinde getirmektedir. Kişinin sahip olmak istediği, olması gereken benlik alanı ile gerçek benlik arasındaki mesafenin çok fazla olması ise kişi için rahatsız edici duygusal ve motivasyonel problemlere yol açabilmektedir (Higgins, 1987).

1.4.2. OKB ve Benlik Algısı

OCCWG’a (1997) göre OKB’nin ortaya çıkması ve sürmesinde işlevsel olmayan obsesif içerikte inançlar etkilidir. Ancak bu inançlar girici düşüncelerin olumsuz olarak yorumlanması ve buna bağlı gelişen obsesif kompulsif tepkileri bütünüyle açıklamamaktadır (Doron ve ark., 2007). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre girici düşüncelerin obsesyona dönüşmesi ve kompulsiyonları tetiklemesi kişinin girici düşünceleri yorumlama şekli ile ilgilidir (Rachman, 1997; Salkovskis, 1985). Rachman (1997,1998) girici düşünceler ile ilgili kişinin kendi sorumluluğuna ilişkin hatalı yorumlamalarının obsesyon ve kompulsiyonların gelişiminde önemli olduğunu vurgulamaktadır. Rachman’a göre birey girici düşünceleri kendi karakterinin gizli ve önemli olumsuz (kötü, güvenilmez, tehlikeli, gibi) özelliklerini ortaya çıkarabileceği şekilde yorumladığında girici düşünceler obsesif düşüncenin odak noktası olmaktadır. Ayrıca Rachman girici düşünceleri abartılı yorumlayan kişilerin bu düşüncelere fazla dikkat yoğunlaştırmalarının girici düşünceleri dirençli hale getirdiğini ve önemini pekiştirdiğini vurgulamaktadır. Kişi girici düşüncelerine bireysel bir önem atfettiğinde bu düşünceye aşırı dikkat yoğunlaştırdığı için bu durum düşünceyi pekiştirici bir rol oynamaktadır. Bu durumda kompulsiyon ve diğer kaçınma davranışları ise benliğin kaçınılan yönlerinin ortaya çıkmasını engelleyici ve olumlu benlik tasarımlarını yeniden onarıcı bir rol oynamaktadır (Bhar ve Kyrios, 2007).

Bhar ve Kyrios (2007) OKB’si olan kişilerin saygın benlik alanları ile çatışan girici düşünceleri deneyimlediklerinde, kendilerine ilişkin olumsuz yargılamaları yapmalarının nedeninin yeterince anlaşılmadığından söz etmektedirler. Sherman ve Cohen (2002) kendini ispat (self-affirmation) teorisi ile bireylerde var olan olumlu benlik algısını koruma ihtiyacından bahsetmişlerdir. Sherman ve Cohen’e (2002)

göre pozitif benlik algısını tehdit edici bir bilgi karşısında insanlar bu bilgiyi görmezden gelme veya saptırma eğilimi göstererek kendi uyum ve bütünlüklerini sürdürme eğilimi göstermektedirler. Ancak OKB'si olan kişiler benlikleri ile ilgili tehdit edici bir bilgi ile karşılaştıklarında (bir başkasına zarar verme ile ilgili girici düşünceler gibi), benlik imajlarını girici düşüncelere uygun bir şekilde tekrar değerlendirmektedirler (Ferrier ve Brewin, 2005). OKB'si olan kişiler bu değerlendirmeyi yaparken aslında girici düşünceleri göz ardı edip değersizleştirerek benlik saygılarını korumak yerine girici düşüncelerin kendi ahlaki bütünlükleri ve benlik algıları ile ilgili önemini abartılı bir şekilde yorumlamaktadırlar (Ferrier ve Brewin, 2005).

Newth ve Rachman (1999) OKB'si olan kişilerin obsesyonlarının sıklığını ve içeriğini diğer insanlardan gizlediklerinden bahsetmektedirler. Gizleme bir çeşit "sır tutma" davranışı olarak düşünülebilir (Bouman, 2003). Bouman (2003) sır tutmanın sosyal bir tutum olmasının yanısıra bireyin bazı içerikleri kendi zihninden uzak tutma çabası olduğundan bahsetmiştir. Wegner ve arkadaşlarının (1987) "beyaz ayı" (white bear) deneyi düşünceyi zihinden uzak tutma (bastırma) çabasının bireyin zihninin bastırmaya çalıştığı düşünce ile daha sıklıkla meşgul olduğunu ortaya koymuştur. Bireyin sır olarak sakladığı bilgiler bireyin kendisi ile ilgili olumsuz bilgi ve gizli duygulardan oluşabilmektedir. Bu olumsuz bilgi ve gizli duygular "gizli benliğe" işaret eder (Struthers ve Johnson, 1991). Obsesyonları gizli tutma davranışı ise fonksiyonel olarak bir çeşit kaçınma ve etkisizleştirme davranışdır (Bouman, 2003). Obsesyonları gizli tutma davranışı Bouman (2003) tarafından olumsuz sonuçların (olumsuz duygu durumu veya sosyal kabul görmeme beklentisi gibi) gerçekleşmemesi ile pozitif olarak pekişen bir güvenlik arama davranışı olarak kavramsallaştırılmıştır.

Newth ve Rachman (1999) obsesyonların gizli tutulmasını bilişsel teori ile bağlantılı şekilde açıklamışlardır. Buna göre, istemsiz, girici düşüncelerin obsesyona dönüşmesinde kişilerin bu düşüncelerin ortaya çıkışı ve içeriğine abartılı bir önem vermeleri rol oynamaktadır. Kişi obsesif düşüncelerine abartılı bir önem atfettiğinde bu düşüncelerini etrafındaki insanlardan saklama eğilimi göstermektedir (Newth ve Rachman, 1999). OKB'si olan kişiler obsesif düşüncelerini diğer insanlardan saklarken onların da bu obsesif düşüncelere kendilerinininkine benzer önemi vereceklerini ve

kendilerinin bu insanlar tarafından tehlikeli veya akıl hastası olarak değerlendirileceklerini düşünmektedirler (Newth ve Rachaman, 1999). Obsesyonların içeriği ile ilgili diğer insanlardan gelecek olumsuz tepki beklentisi bireyin obsesif içerikteki düşüncesini normalleştirme olasılığını azaltmakta ve stresi ve etkisizleştirme stratejilerinin sıklığını artırmaktadır (Newth ve Rachman, 1999). Buna paralel olarak Bhar ve Kyrios (1999) 152 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmada obsesif kompulsif fenomen ile sosyotropi, otonomi ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında sosyotropi ve sosyal açıdan saptanmış mükemmeliyetçiliğin obsesif kompulsif değişkenleri öngördüğünü gözlemişlerdir. Bhar ve Kyrios (1999) bu çalışmalarında kişinin diğer insanların kendisinden mükemmeliyetçi beklentileri olduğuna dair algısının obsesif kompulsif eğilime etki ettiğini vurgulamışlardır. Doron ve arkadaşları (2007) burdan hareketle obsesif kompulsif belirtilerin diğer insanların iyiliğine ilişkin negatif bir değerlendirme ile ilişkili olabileceğini vurgulamaktadırlar.

Geleneksel bilişsel-davranışçı teoriler obsesyon ve kompulsiyonların belli alanlardaki girici düşüncelere tepki olarak ortaya çıktığını iddia etmektedir (Rachman, 1998; Salkovskis, 1985) Buna göre, birey benlik algısını tehdit eden girici düşüncelere karşılık verme eğilimi içerisindedir (Doron ve Kyrios, 2005). Rowa ve Purdon (2003) 64 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmalarında giricidüşünceleri yorumlama şeklinin kişi için saygın benlik alanlarındaki ikilemdeki rolünü araştırmışlardır. Araştırma hipotezine göre, rahatsız edici girici düşünceleri olan katılımcıların daha az rahatsız edici düşünceleri olan katılımcılarla kıyaslandığında girici düşüncelerini negatif bir şekilde yorumlayacakları öngörülmüştür. Buna ek olarak, Rowa ve Purdon (2003) bu çalışmalarında rahatsız edici girici düşünceleri olan katılımcıların bu düşüncelerinin kendileri için önemli saygın benlik alanları ile çelişeceğini varsaymışlardır. Sonuç araştırma hipoteziyle paralel olarak rahatsız edici girici düşünceleri olan katılımcılar saygın benlik alanları ve bu düşüncelerinin birbiriyle çatıştığını rapor etmişlerdir.

OKB ve benlik algısı arasındaki ilişkiyi araştıran bir başka çalışmada Bhar ve Kyrios (2000) OKB'si olan kişilerin kontrol grubu ile kıyaslandığında birbiri ile çelişen

(ikircikli) benlik algısına sahip oldukları gözlenmiştir. Bu çalışmanın örneklemini OKB teşhisi almış 73 kişi, kaygı bozukluğu teşhisi 50 kişi, herhangi bir psikiyatrik teşhis almamış 225 üniversite öğrencisi ve herhangi bir psikiyatrik teşhis almamış 43 kişiden oluşan toplam 391 kişi oluşturmuştur.

Çelişkili benlik (self discrepancy) teorisine göre, birey kendi benliği ile ilgili birbirinden farklı zihinsel tasarımlara sahiptir (Strauman ve Higgins, 1987). Birey birbirinden farklı benlik tasarımları içerisinde ulaşmak itediği (ideal self), ait olduğu (actual self) ve olmak durumunda olduğu (ought to self) benlik alanları vardır. Carver ve arkadaşları (1999) tarafından kavramsallaştırılan korkulan benlik (feared self) ise bireyin sahip olmak istemediği ancak sahip olmaktan endişe ettiği bir takım özellikleri ifade eder. Korkulan benlik sosyal açıdan kabul görmeyecek tutumlar, rahatsızlık uyandıran ve istenmeyen anı ve duygulardan oluşabilmektedir (Ogilvie, 1987). Ferrier ve Brewin (2005) OKB teşhisi almış 24 kişiyi anksiyete bozukluğu teşhisi almış 21 kişi ve herhangi bir psikiyatrik tanı almamış 16 kişi ile karşılaştırdıkları çalışmalarında girici düşüncelerin neden olduğu bireyin kendisi ile ilgili negatif yorumlama derecesi ile bireyin gerçek ve korkulan benlik çelişmesini incelemişlerdir. Sonuç olarak, OKB teşhisi almış bireylerin anksiyete ve kontrol gruplarına kıyasla kendi benlikleri ile ilgili negatif yorumlama yaptıkları ve korkulan benlik yapılanmalarının kötü ve ahlak dışı özelliklerden oluştuğu gözlenmiştir (Ferrier ve Brewin, 2005).

Messer ve Harter (1986) benlik algısı kavramın çok yönlü yapısına dikkat çekmektedir. Çok yönlü benlik kavramı, bazı kendilik alanlarının diğerlerine göre daha değerli olduğuna ve bu alanlardaki yetersizlik algısının kendilik değeri ile ilişkilendirildiğine işaret eden bir bakış açıdır (Messer ve Harter, 1986). Kendilik değerlendirmesi içerik bakımından hassastır ve kişilerin değer atfettikleri kendilik alanlarına ilişkin olaylarla ilgili kaygı yaşadıklarını ortaya koymaktadırlar (Harter ve Whitesell, 2003; Wolfe ve Crocker, 2003). Harter (1982, 1996) tarafından teorize edilen benlik modeline göre, bireyin ahlak, dış görünüş ve mesleki performans gibi belirgin kendilik alanlarındaki yeterliliğine dair yaptığı benlik değerlendirmesi bireyin kendisi ile ilgili genel değerlendirmesi ile birleşmektedir. Bireyin benlik değeri (self -worth) benlik kavramı durumsal değişkenlere hassastır (Markus ve Wurf, 1987). Obsesif kompulsif

semptomların görülmesinde benlik yapılanmasının önemine ilişkin yaklaşımlara (Rowa ve ark., 2005) ek olarak Doron ve Kyrios (2005), kişilerin kendilik yapılanmalarının ve dünya görüşlerinden oluşan bilişsel-duyuşsal yapılarının, OKB'ye yatkınlığın temelini oluşturabileceğini iddia etmişlerdir. Bu bakış açısı, Doron ve arkadaşları (2007) tarafından desteklenmiştir. Sözü geçen çalışmada, kişinin kendisine yönelik negatif algısının, dünyanın, herkesin hak ettiğini aldığı bir yer olduğu inancı ile birleştiğinde obsesif kompulsif semptomların şiddetini öngördüğü ortaya konulmuştur. Ayrıca, kişinin kötülükleri engellemede kendi aktif rolünün olduğu inancı da obsesif kompulsif belirtilerin şiddetini belirlemektedir (Doron ve ark., 2007).

Doron ve Kyrios (2005), çok yönlü benlik yapılanmasının OKB'yi anlamadaki rolünden bahsetmiştir. Bu bakış açısına göre, kişinin önem verdiği alanlardaki yeterlilik algısı ve öz saygı, birbiri ile ilişkilidir Doron ve Kyrios (2005), kişilerin girici düşüncelere olumsuz bir şekilde tepki verme olasılığının, “hassas alanlar (sensitive domains)” ile örtüşen kendilik yapılanmalarına sahip olduklarında arttığından bahsetmektedirler. Doron ve Kyrios (2005) bireyin yeterlilik algısı ve hassas kendilik alanlarına atfettiği önem arasında büyük bir çelişkinin olmasının bireyi bu hassas alanlardaki yeterlilik algısını tehdit edebilecek uyaranlara yatkın yapabildiğini vurgulamışlardır. Doron ve Kyrios (2005) bu noktadan hareketle, görece “hassas” birkaç alandan oluşan benlik kavramının OKB'ye bireysel yatkınlığın temelini oluşturabileceğini savunmuşlardır. Hassas kendilik alanlarında başarısız olmaya ilişkin girici düşünceler ya dabu hassas alanlarla ilişkili yorumlamalar (böyle düşünüyorsam ahlaksız veya değersiz biri olduğumu gösterir gibi)kişinin benlik değerine zarar vermekte ve kaygıyı tetiklemektedir. Purdon ve Clark (1999), Clark (2004) ve Purdon, Cripps, Faull, Joseph ve Rowa (2007) kişinin kendilik algısıyla çelişen istemsiz, girici düşüncelerin tehdit edici ve önemli algılanması ve kişinin kendilik algısını sorgulamaya yol açabileceğinden bahsetmişlerdir. Benlik ile uyumsuz obsesyonlar kişinin saygın kendilik alanlarını hedef almaktadır (Freston ve Ladeucour, 1998) ve bu süreç bireyin girici düşünceleri işlevsiz bir şekilde yorumlamasına neden olabilmekte ve girici düşüncelerin etkisini alevlendirmektedir.

OKB'yi anlamada son dönem bilişsel teorilerden biri olan “Çıkarım Odaklı Yaklaşım (inference-based approach)” obsesyonların gelişigüzel normal düşünceler olmayıp tümevarımsal mantık yürütmenin ürünü olduğunu ileri sürmektedir (O'Conner ve ark., 2005). Bireyin çıkarımları (ellerim kirli olabilir, gibi) kendisi tarafından oluşturulan ve güçlü bir duygusal içeriğin eşlik ettiği duruma özgü hikayeleme ile desteklenmekte ve sürdürülmektedir (O'Connor ve ark., 2005). Çıkarım odaklı yaklaşıma göre bu hikayeleme bireyin duyumsal bilgiden uzaklaşmasına neden olmaktadır (ellerimde kir görünmüyor, mikroplar da görünmezler, o halde ellerim kirli olabilir) (Aardema, Careau, O'Connor, Julien, ve Dennie, 2010). “Çıkarımsal karmaşa” olarak kavramsallaştırılan bu içerikteki mantık yürütme duyumsal bilgiyi devre dışı bırakmakta ve gerçeğin aksini destekleyen olasılıkları öne çıkarmaktadır (Aktaran; Nikodijevic, Moulding, Anglim, ve Aardema, 2015). “Çıkarım odaklı yaklaşım” bilişsel yorumlama modeliyle paralel olarak, OKB'si olan bireylerin girici düşüncelere yaptıkları, düşüncelerinin benliklerine ait gizli yönleri ortaya çıkarabileceği şeklindeki hatalı yorumlamalarının önemine vurgu yapmaktadır (Nikodijevic ve ark., 2015). Nikodijevic ve arkadaşları (2015) “korkulan benlik” kavramının OKB ile ilişkili şüpheyi yordayıp yordamadığını inceledikleri çalışmalarında duyumsal ve olasılık temelli iki farklı senaryo sunulmuştur. 463 klinik olmayan örneklem ile yapılan çalışmada Nikodijevic ve arkadaşları (2015) obsesif kompulsif belirtileri olan bireylerin gerçek ve olasılık merkezli ifadeleri değerlendirmede OKB belirtileri olmayan bireylerle kıyaslandığında şüphe açısından yoğun bir değişkenlik yaşayacaklarını öngörmüşlerdir. Bu çalışmada ayrıca, korkulan benlik alanını destekleyen içeriklerin obsesif kompulsif belirtileri olan bireylerde şüphe ile ilişkili ifadelere verilen tepkileri yordayacağı iddia edilmiştir. Nikodijevic ve arkadaşları (2015), obsesif kompulsif belirtileri yoğun olan katılımcıların yoğunkorkulan benlik algısına sahip olduklarını ve gerçek ve olasılık temelli ifadelere değişken bir tepki gösterdiklerini gözlemişlerdir. Nikodijevic ve arkadaşları (2015) bu çalışmada sonuç olarak, obsesif kompulsif belirtileri olan bireylerin olasılık merkezli ifadelere duyarlı olmalarının kendi korkulan benlik algılarından ötürü olasılık olarak ortaya konulan ifadeleri (gerçekleşme olasılığı açısından) abartılı algıladıklarından kaynaklanabileceğini öne sürmüşlerdir.

Doron ve Kyrios (2005) obsesif kompulsif semptomları olan kişilerin önemli ölçüde değer verdikleri alanlardaki yeterlilikleri ile ilgili güvensizliklerini tetikleyen girici düşüncelere yatkın olabileceklerini iddia etmişlerdir. Doron ve Kyrios'un (2005) teorisini geliştirmek amacıyla Doron ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan 198 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmada ahlak ile ilgili kendilik alanları, iş ve akademik yeterlilik, sosyal kabul açısından hassas kişilerin OKB ile ilişkili biliş ve belirtilere sahip olma olasılıklarının daha yüksek olacağını varsaymışlardır. Sonuç olarak, bireyin önem atfettiği kendilik alanlarında [ahlak (n37), akademik performans(n 85)] yetersizlik algısına sahip kişilerin bu alanlarda yetersizlik algısına sahip olmayan kişilere kıyasla obsesif kompulsif semptomlara daha yatkın olabildikleri gözlenmiştir (Doron ve ark., 2007). Doron ve arkadaşlarının (2007) çalışmasını klinik örneklemde geliştirmeyi hedefleyen bir başka çalışmada (Doron ve ark., 2008), 30 OKB, 20 kaygı bozukluğu teşhisi almış ve 32 herhangi bir psikiyatrik tanı almamış örneklem kullanmışlardır. Doron ve arkadaşları (2008) bu çalışmada birey için hassas kendilik alanlarının obsesif kompulsif biliş ve belirtilerle ilgili olup olmadığını incelemişlerdir. Bu çalışmada ayrıca hassas benlik yapılanmasının kaygı bozuklukları ile kıyaslandığında OKB'si olan kişilere özgü olup olmadığını incelemişlerdir. Sonuç olarak, ahlaki alanda hassas kendilik algısının OKB'si olan kişilerde kontrol grubuna göre daha yoğun OKB semptomlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak bu çalışmada, iş yeterliliği ve sosyal kabul alanlarında hassasiyet ile klinik grupta OKB belirtilerinin yoğunluğu arasında bir ilişki bulunamamıştır (Doron ve ark., 2008).

Doron, Sar-El ve Mikulincer (2012) tarafında yapılan bir diğer çalışmada ahlaki benlik algısı ile ilgili tehdit altında hisseden bireylerde bulaşma alanı ile ilişkili davranış kalıplarının görülebileceği varsayımını araştırmışlardır. Bu çalışmada 43 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem kullanılmıştır. Doron ve arkadaşları (2012) bu çalışmada, ahlaki alanda olumsuz benlik algısının manipule edildiği düzenekte, nötr ve ahlaki alanla ilgili olmayan düzenekler ile kıyaslandığında, bulaşma ile ilişkili endişelere karşılık verme dürtü ve olasılığının arttığını gözlemişlerdir. Ahlaki alan ile ilgili olumsuz benlik algısının üstü kapalı bir şekilde manipule edildiği düzenekte de nötr düzenek ile kıyaslandığında, bulaşma ile ilişkili davranış eğilimlerinin arttığı gözlenmiştir. Doron ve arkadaşları (2012) bu çalışmalarını ile ahlaki alan ile ilgili benlik

alanları ve bulaşma endişesi arasındaki bağlantının anlaşılmasını kolaylaştırmışlardır.

1.4.3. Denetim Odağı

Rotter (1966) tarafından kavramsallaştırılan denetim odağı, bireyin davranışları ve davranışlarının sonuçları arasındaki ilişkiyi nasıl algıladığını incelemektedir. Rotter (1966) içten ve dıştan denetim odağı olmak üzere iki çeşit denetim odağından bahsetmektedir (aktaran; Burger, 1984). İçten denetim odağı bireyin yaşamın içerisindeki olayların sonuçları üzerinde kendi tutum ve davranışlarının belirleyici olduğuna dair inancıdır. Dıştan denetim odağı ise sonuçlar üzerinde belirleyici rolün kader, şans veya başka insanlar tarafından belirlendiği inancıdır (Burger, 1984).

Denetim odağı ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar düşük dışsal denetim algısı ile psikopatoloji arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Holder ve Levi, 1988; Layton, 1985; Hoffart ve Martinsen, 1990). Dağ (2002) tarafından Türkiye örneğinde yapılan bir çalışmada denetim odağı ve psikopatoloji arasında literatürde işaret edilen ilişki desteklenmiştir.

Kennedy, Lynch ve Schwab (1998) depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu, sosyal fobi ve OKB ile denetim odağının ilişkisini kontrol grubu ile kıyaslayarak incelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda, katılımcıların tümünün içsel denetim odağı ölçeği puanlarının birbirine yakın olduğu, ancak OKB grubundaki bireylerin diğer katılımcılarla kıyaslandığında dışsal denetim odağı puanlarının düşük olduğu gözlenmiştir. Bu çalışma OKB'si olan bireylerin yaşam olaylarında tesadüfün ve diğer kişilerin kontrolünün belirleyiciliğine olan inançlarının yukarıda sözü geçen diğer patolojilerle kıyaslandığında daha düşük olduğunu ortaya koymuştur (Kennedy ve ark., 1998). Altın ve Karancı (2008) tarafından 385 lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada sorumluluk tutumları ve denetim odağının obsesif kompulsif semptomların etkileşimi incelenmiştir. Sonuç olarak, sorumluluk tutumları ile obsesif kompulsif semptomlar arasında anlamlı düzeyde bir pozitif ilişki gözlenmiştir. Abartılmış sorumluluk algısı ve dışsal denetim odağının etkileşiminin yüksek oranda obsesif kompulsif semptomlarını yordadığı gözlenmiştir (Altın ve Karancı, 2008).

1.4.4. Çok Yönlü Dünya Görüşü Modeli

“Dünya görüşü” temel inançlardan oluşan bilişsel bir yapıdır (Koltko-Rivera, Ganey, Dalton ve Hancock, 2004). Dünya görüşü evreni “ne olduğu ve ne olması gerektiği” üzerinden bir tanımlama şeklidir. Çok yönlü dünya görüşü, biliş ve davranış üzerinde etkisi olabilecek, sosyal ve fiziksel gerçeklik hakkındaki bir grup varsayımdan oluşmaktadır (Koltko-Rivera ve ark., 2004). Janof-Bulman’ın (1989) dünya görüşü modelinde, kişinin kendisine ve dış dünyaya ait varsayımları, üç ayrı kategoride ele alınır. Bunlardan birincisi dünyanın iyiliğidir. Bu kategori kendi içerisinde ikiye ayrılır. Kişisel olmayan, dünyada iyi şeyler kötü şeylerden fazladır; kişisel olan: insanlar doğaları gereği kaba ve soğukturlar. Dünyanın iyiliği varsayımı, bireyin dünyayı ne derece iyi bir yer olarak gördüğü ile ilgilidir. İkinci kategori dünyanın anlamlılığıdır. Bu kategori kendi içerisinde üçe ayrılır: Dünyanın kontrol edilebilirliği, insanlar davranışlarıyla kötü şeylerin olmasını engelleyebilirler; dünyanın adil oluşu: kötü talihin saygın, değerli kişilere uğrama olasılığı düşüktür; rastlantısallık: kötü olaylar insanların başına tesadüfen gelir. Dünyanın anlamlılığı varsayımı, kişinin dünyayı ne derece adil bir yer olarak gördüğü, insanların başlarına gelebilecek kötü deneyimlerde ne derece kontrole sahip oldukları ve kişinin başına gelebilecek olayların rastlantısal olduğu, herhangi bir kontrolün belirleyici olmadığına işaret eden görüşlerden oluşur. Son kategori Kendilik değeridir. Bu kategori kendi içerisinde üçe ayrılır. Kişisel kontrol: kötü talihe karşı kendimi korumak için gerekli önlemleri almalıyım; kişisel hak etme: kendi karakterimden utanç duymak için sebeplerim var; talih: birçok kişiden daha talihliyim. Kendilik değeri öncelikle kişinin kendisini ne ölçüde değerli ve iyi olarak algıladığı, olayların sonuçları üzerinde ne derece kontrol sağlayabileceği ve kötü talih karşısında rastlantının rolüne olan inançlar olarak açıklanabilir (Doron ve ark.,2007).

Janof-Bulman (1989) yoğun şiddette negatif olayları deneyimleyen kişilerin psikolojik reaksiyonlarını anlamada bu kişilerin dünyaya ilişkin temel varsayımlarını ve yaşadıkları stresli yaşam deneyimlerinin bu varsayımlar üzerindeki etkisine odaklanmaktan bahsetmiştir. “Varsayılan dünya (assumptive world)” Parkes (1971) tarafından bireyin kendisi ve dünyaya ilişkin güçlü bir şekilde bağlandığı, anlayış, planlama ve davranış yoluyla kullanılan ve sürdürülen bir dizi varsayım olarak

tanımlanmıştır (aktaran; Janof-Bulman, 1989). Bireyin varsayımları yaşam sürecinde öğrenilmiş ve deneyimlerle pekiştirilmiştir. Bireyin temel kavramsal sistemine referans olan yaşamsal olaylar bireyin kendisi ve dünyadan beklentilerini oluşturur. Bu kavramsal sistem dünya ile etkileşimde geçerlilik sağlayan bir dizi varsayım ile ortaya konulur (Janof-Bulman, 1989).

“Şema” kavramı “dünya görüşü kavramı” ile birlikte gözden geçirilebilecek bir diğer bilişsel içeriktir. Şema bir uyarana ile ilgili zengin bir bilgi ağını içeren, hafızada depolanmış bilgi birikimidir (Hastie, 1981). Şema, yeni bilgileri yorumlamada, gelecek ile ilgili öngöründe bulunmada temel oluşturan bireysel teorilere işaret eder (Fiske ve Taylor, 1984). Şema bireyin yeni gelen bilgiyi varolan bilgiye göre uygun ve uyumlu olup olmaması üzerinden değerlendirmesine olanak sağlar (Hastie, 1981). Bireylerin varolan şemaları ile uyumlu bilgileri algılama, şemaları ile örtüşmeyen bilgileri ise göz ardı etme eğiliminde olmaları varolan şemalarını sürdürmelerine olanak sağlamaktadır (Swann ve Read, 1981). Bireylerin varolan şemalarını sürdürmede tutucu olmaları ise kendi değerler sistemlerinde istikrarlı olmaya ilişkin temel bir ihtiyacı ifade etmektedir (Epstein, 1980). Şemaların değişimine direnç aynı zamanda bireyin dünyayakendisine ilişkin inançların değişimine direnci ifade etmektedir (Janof-Bulman, 1989). Bireyin gelişim sürecinde erken dönemden itibaren önemli olduğu varsayılan güven algısı ile bağlantılı olarak, bireyin güven algısını destekleyen varsayımları dünya görüşü için temel bir kaynak oluşturmaktadır (Janoff-Bulman, 1989). Janof-Bulman’ın kuramına göre dünyaya ilişkin varsayımlar üç ayrı kategoriye ayrılmaktadır:

- Bunlardan birincisi dünyanın iyiliği varsayımdır. Bu kategori bireyin dünyayı ne ölçüde olumlu ya da olumsuz olarak gördüğü ile ilgilidir. Janof-Bulman (1989) olumlu ya da olumsuz kavramlarını şu şekilde genişletmiştir: Dünyada ne ölçüde iyi ya da kötü olaylar olur? İyi ya da kötü sonuçların gerçekleşmesi ne kadar geneldir? Bu kategori temel olarak dünyanın iyiliği/kötülüğüne ilişkin üstü kapalı bir oranlamayı içerir. Bu kategorinin iki temel bileşeni vardır: Dış dünyanın iyiliği ve insanları iyiliği. Birey dış dünyanın iyiliğine olan inancı ne kadar fazla olursa, dünyanın iyi bir yer olduğu ve talihsizliklerin nadir olarak gerçekleştiğine dair inancı da o kadar fazla olur. Bireyin insanların iyiliğine ilişkin inancı fazla

olması ise insanların temelde iyi, yardım sever, nazik ve şefkatli olduklarına dair inancını yordar.

- İkinci kategori dünyanın anlamlılığı varsayımdır. Dünyanın anlamlılığı bireyin sonuçların dağılımı ile ilgili iyi-kötü dağılımı, bu dağılımın nasıl yapıldığı ile ilgili inançlarını ortaya koyar.Dünyada kimin ne elde ettiği ile ilgili üç temel dağılım prensibinden bahsedilebilir (Janoff-Bulman, 1989). Rawls'a (1971) göre insanlar sonuçların dağılımını adalet prensibi üzerinden algılamaktadırlar. Buna göre hangi olayın kimi etkileyeceği bireysel hak etme ile ilgilidir (Rawls, 1971). “Adil dünya teorisine (just world theory)” göre insanların hak ettiklerini elde ettiklerine ve elde ettiklerini hak ettiklerine inanmaya ihtiyaçları vardır. Adil dünya teorisine göre, insanların karakterler özelliği olarak “iyilik” ve “ahlaklılıkları” zarar görebilirliği (vulnerability) yordamada önemli bir faktördür. Sonuçların dağılımı ile ilgili ikinci prensip sonuçların kontrol edilebilirliği varsayımlarıdır. Buna göre, sonuçların dağılımı karakter üzerinden değil davranış üzerindedir ve ne ölçüde temkinli davranıldığı bireyin başına ne geleceğinin belirleyicisidir (Janoff-Bulman, 1979). Bu noktadan hareketle, insanlar kendi davranışları ile kendi dünyalarını kontrol edebilirler, temkinli, öngörülü ve dikkatli davranarak tehditlere karşı yatkinlıklarını azaltabilirler. Kontrol edilebilirlik varsayımının adalet varsayımından farkı karakter özelliklerinden ziyade davranışların belirli sonuçların belirli kişileri etkilemesinde temel faktör olduğunu iddia etmesidir. Dağılım prensibinin son bileşeni “tesadüf” varsayımdır. Tesadüf varsayımı niçin bazı durumlar bazı insanların başına gelir sorusunu tamamen tesadüf üzerinden cevaplandırmaktadır (Janoff-Bulman, 1989). Bu durumda, tesadüf görüşü negatif sonuçların gerçekleşmesini engellemek için bireysel olarak yapılacak herhangi birşeyin bulunmadığını iddia eder. Sonuçların dağılımı ile ilgili bu üç yaklaşım birbirinden tamamen ayrı düşünülmektedir. Bunun yerine, insanların bu üç prensipten her birini daha büyük ya da küçük çapta anlamlandırarak işlediği düşünülmektedir (Janoff-Bulman, 1989).

- Üçüncü kategori kendilik değeridir. Dünyaya ilişkin varsayımların son bileşeni

bireyin kendisine dair inancından oluşmaktadır. Janoff-Bulman'a (1989) göre, bazı bireyler dünyanın kötü bir olduğu ve olumsuz sonuçların gerçekleşme oranının yüksek olduğuna ve adaletin temel dağılım prensibi olduğuna inanırlar. Bu bakış açısının içerisinde kişisel hak etme anlayışı da önemli bir yer tutmaktadır. Bireysel olarak ahlaklı ve yeterli olduğuna inanan kişilerin zarar görmeye yatkın olduklarına dair algıları daha negatif olayların sıklığına rağmen düşüktür. Bu durumda ahlaki yapı bir koruyucu faktör rolü görmektedir. Dünyanın iyi ve adil bir yer olduğuna dair algının yoğun olması durumunda ise, eğer bireyin kendisine ilişkin benlik değeri düşükse, kendisini olumsuz sonuçlara yatkın hissedebilecektir. Kendilik değeri varsayımı içerisinde üç farklı benlik alanından bahsedilebilir: Birinci alan kişinin kendilik değerine olan inancı. Bu alan kişinin kendisini ne ölçüde iyi, ahlaklı ve değerli bir birey olarak gördüğü ile ilgilidir. Bireyin iyiliği dünyada alacağı sonucun temel belirleyicisidir. Bireyin kendisine dair kontrol edilebilirlik inancı ise ne ölçüde uygun ve temkinli davranışlar sergilediği algısıdır. Bu noktada sözkonusu olan bireyin sonuçları kontrol edip edemeyeceği değil, sonuçları kontrol için ne yapması gerektiğidir. Üçüncü alan tesadüflük alanıdır. Tesadüf varsayımına göre, sonuçları düzenlemede herhangi bir faktörün etkisi olamaz ve benliğin hiçbir alanı, mantıksal olarak, negatif sonuçları engellemede koruyucu bir faktör olamaz. Ancak bireyler kendilerine dair şanslı/şanssız olma ve kötü talihden bireysel olarak korunma gibi inançlara sahiptirler.

1.5. OKB ve Çok Yönlü Dünya Görüşü Modeli

Janoff-Bulman (1989, 1991) bireyin kişisel gerçeklerini anlamının psikopatolojik yatkınlığını anlamada önemli olduğundan bahsetmiştir. Janoff-Bulman'ın (1989) "dünyaya ilişkin varsayımlar" kuramına göre, travmaya maruz kalmış bireylerin travmatik yaşam olaylarının ardından gösterdikleri değişimi ve değişime direnci anlamada bireysel varsayımlarının içeriğinin incelenmesi yol gösterici olabilmektedir. Olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireylerin ortaya koydukları ortak tepki, olumsuz yaşam olaylarına yatkın olduklarını hissetmeleridir. Travma mağduru bireyler travmatik yaşam olayının ardından güvensiz, yatkın ve tehdit altında hissetmektedirler.

Güven ihtiyacı bireyin sağlıklı kişilik gelişiminin bir parçasıdır ve destekleyici, sorumlu ve öngörülebilir erken dönem çocuk-ebeveyn etkileşimleri aracılığıyla gelişmektedir (Janoff-Bulman, 1989). Janoff-Bulman (1989) bireyin erken dönem ebeveyn etkileşimleri aracılığıyla gelişen güvensizlik ve bireysel yatkınlık algılarını destekleyen varsayımlarının dünyaya ilişkin varsayımların oluşumunda temel teşkil ettiğini savunmuştur.

Janoff-Bulman'ın çok yönlü dünya görüşü modeline göre (1991), kişilerin dünyaya ilişkin algıları üç farklı açıdan incelenebilir; dünyanın iyiliğine ilişkin algı, dünyanın anlamlılığına ilişkin algı ve kendilik değerine ilişkin algı. Dünyanın iyiliğine ilişkin algı, kişilerin sosyal dünyalarını hangi ölçüde iyiliksever ve umursar algıladıkları ile ilgilidir. Dünyanın iyiliğine ilişkin algı bireylerin aynı zamanda kendilerinin dışındaki dünyayı ne ölçüde pozitif veya negatif varsaydıklarını ortaya koymaktadır. Dünyanın anlamlılığına ilişkin algı ise, öngörülebilirlik ve tutarlılık kavramlarından yola çıkarak, dünyanın kontrol edilebilir, adil ve tesadüfi olduğu inançlarını yansıtmaktadır. Dünyanın kontrol edilebilirliği, önlem almayı ve sonuca yönelik beklentilerde öngörüle bulunmayı sağlar. Dünyanın adil olduğu inancı, kişilerin ahlaki yapılanmaları ile ilgili yine sonuca yönelik beklentilere göre pozisyon almalarını sağlar. Mesela iyi şeyler iyi kişilerin başına gelir; eğer ben iyi bir kişi isem, iyi şeylerle karşılaşırım. Dünyanın tesadüfi olduğu inancı ise öngörülebilirliğin imkânsız olduğunu göstermektedir. Son olarak kişilerin kendi değerlerine ilişkin algıları, dünyada neyi hak ettiklerinin bir değerlendirmesini içerir. Bu açıdan bakıldığında, kişisel kontrol, kişisel hak etme ve kişisel talihe ilişkin varsayımlar bu kategorinin kapsamına girmektedir. Kişisel kontrol, kişinin kendisinin talihsizlik ve felaketleri önlemede aktif rolünün olduğu; kişisel hak etme, kişinin kendi karakteri ile ilgili algısı; kişisel talih ise kişinin kendisini ne ölçüde şanslı olarak algıladığı ile ilgilidir.

OCCWG (1997) OKB ile ilişkili düşünce alanlarını inceledikleri araştırmalarında altı temel düşünce alanı belirlemişlerdir (sorumluluk, düşünceye verilen abartılı önem, abartılmış tehdit, düşünceyi kontrol ihtiyacı, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük). OCCWG (1997) tarafından belirlenen düşünce alanlarının OKB ile ilişkisi birçok çalışma tarafında ortaya konulmuştur (OCCWG,

2001; OCCWG, 2005; Tolin, Worhunsky ve Maltby, 2006; Myers, Fisher ve Wells, 2008; Jjulien, O'Connor ve Aardema, 2006; Tolin, Brady ve Hannan, 2008; Faull, Joseph ve Meaden, 2004; Wu ve Caeter, 2008) ancak, obsesif kompulsif semptom çeşitliliğinin bu düşünce alanları tarafından tam olarak açıklanamadığını iddia eden yorumlar OKB literatüründe yer almaktadır (Clark, 2004; Woods, Frostve Stekete, 2002; Doron ve ark., 2007; Doron ve Kyrios, 2005) Woods ve ark. (2002) 18 OKB ve 73 herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan kişiden oluşan örneklem ile yaptıkları çalışmada bireysel olasılık, gelecek negatif olayların şiddeti ve öngörülen başetme stratejilerini incelemişlerdir. Woods ve arkadaşları (2002) bu çalışmada bireyin başetme stratejilerine dair bireyin kendi algısının obsesif kompulsif semptomları öngörmede geleceğe ilişkin abartılmış tehdit algısı ile kıyaslandığında daha belirleyici olduğu gözlenmiştir. Tolin, Woods ve Abramowitz (2003) tarafından yapılan bir başka çalışmada, obsesif kompulsif düşünce alanları ve OKB arasındaki ayırıcı ilişkinin desteklenmediği görülmüştür. Bu çalışmada 562 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem kullanılmıştır. Tolin ve arkadaşları (2003) sözü geçen çalışmada OKB semptomları kontrol altına alındığında tehdit algısı ($p<.001$) ve mükemmeliyetçilik ($p<.005$) alanlarının OKB semptomu göstermeyen, sosyal anksiyete semptomu olan kişilerde de anlamlı olduğu gözlenmiştir. OKB'si olan kişiler obsesif düşüncelerini yanlış yorumlamakta ve olası negatif sonuçlara ilişkin olasılıkları abartılı abartılı algılamaktadırlar, ancak bu durum OKB dışında diğer patolojilerde de görülebilen bir durumdur (Clark, 2004). Clark (2004) OKB'si olan kişilerin bireysel sorumluluk ve tehdit yorumlamasında temel bireysel değerler gibi kendilerine özgü ayırıcı özelliklerinin incelenmesi gerektiğini vurgulamıştır.

Doron ve Kyrios (2005), OKB'nin gelişimi, sürmesi ve diğer bozukluklardan ayırıcı faktörlerini daha kapsamlı olarak anlamada kişinin kendisine ve dünyaya ilişkin algısının dikkate alınması gerektiğinden bahsetmişlerdir. Doron ve Kyrios'un (2005) bilişsel modelinde, kişinin kendi benliğine özgü olumsuz algılarının (ahlak dışı, günahkar, değersiz, gibi), dünyanın insanların hak ettiklerini aldıkları bir yer olduğuna dair inançlarla birleşmesi, obsesif kompulsif semptomların yoğunluğu hakkında fikir vermektedir. Doron ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan çalışmada, Janoff-Bulman'ın (1991) dünya görüşü teorisiyle uyumlu olarak, dış dünya ve kendilik

algısının klinik olmayan örnekleme çok yönlü olarak incelenmesi amaçlanmıştır (Doron ve ark., 2007). Bu çalışma dünya görüşü kuramının OKB literatüründe incelendiği ilk çalışmadır ve 167 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem kullanılmıştır. Doron ve arkadaşları (2007), OKB'si olan kişilerin dış dünya, diğer insanlar ve kendilerine ilişkin varsayımlarının obsesif kompulsif bilişler (abartılmış sorumluluk algısı, mükemmelliyetçilik ve düşüncelerin kontrolü) ile ilişkili olduğunu ve obsesif kompulsif semptomları öngördüğünü vurgulamışlardır (Doron ve ark., 2007). Çalışmanın sonucunda, katılımcıların kendilerine, dış dünyaya ve diğer insanlara dair algılarının obsesif kompulsif bilişler (OCCWG, 1997) ve obsesif kompulsif semptomlarla ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Bu çalışmada dünyaya ilişkin varsayımların OKB'nin yoğunluğunu son dönem bilişsel-davanişçı teoriler tarafından tanımlanan obsesif kompulsif bilişlerden ayrı olarak anlamlı bir biçimde öngördüğü görülmüştür ($p < .001$). Doron ve arkadaşları (2007) genel olarak, dünyaya ilişkin varsayımlar ve obsesyon-kompulsiyonlarla ilişkili bilişlerin obsesif kompulsif semptom puanlamasındaki dağılımın %50'sinden fazlasını öngördüğünü vurgulamaktadırlar. Dünyaya ilişkin varsayımların ise, OKB ile ilişkili düşünce alanlarından ayrı olarak semptom dağılımının %14'ünü açıkladığı saptanmıştır. Son olarak, bu çalışmada obsesif kompulsif içerikteki bilişlerin, dünyaya ilişkin varsayımların dışında, semptom dağılımının %20'sini açıkladığı gözlenmiştir. Doron ve arkadaşlarının (2007) bu çalışmada elde ettikleri bulgular son dönem bilişsel teorilerin OKB'yi açıklamada yeniden gözden geçirilmesi gereken alanların varlığını ve obsesif kompulsif düşünce alanlarının semptom dağılımını açıklamada yetersiz kaldığına vurgu yapan çalışmaları (Clark, 2004; Woods ve ark., 2002; Tolin ve ark., 2003; Frost ve Steketee, 2002) desteklemektedir.

Doron ve arkadaşları (2007) ayrıca Janoff-Bulman'ın (1991) dünya ile ilgili kişisel teorileri anlamının, psikopatolojiye yatkınlığı daha iyi anlamadaki rolüne yönelik önerisinden hareketle, kişilerin kendileri ve dünyaya ilişkin inançlarını sorgulamanın farklı psikopatolojilere bilişsel yatkınlığı anlamada etkin olabileceğini öne sürmüşlerdir (Doron ve ark., 2007).

1.6. Tezin Amacı

Obsesif kompulsif bozukluğu bilişsel açıdan değerlendiren teoriler Obsesif kompulsif semptomların ortaya çıkışında ve sürmesinde etkili olduğu düşünülen altı temel düşünce alanından (sorumluluk, düşünceye verilen abartılı önem, abartılmış tehdit, düşünceyi kontrol ihtiyacı, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük) bahsetmişlerdir (OCCWG, 1997). Obsesif kompulsif düşünce alanların semptomlarla ilişkisi OKB literatüründe birçok çalışma tarafından test edilmiştir (Menzies ve ark., 2000; Arntz ve ark., 2007; Cogle ve ark., 2007; Einstein ve Menzies 2004a; Berle ve Starcevic, 2005; Freeston ve ark., 1996; Sookman ve ark., 2001; Globa-Schechtman, Franklin ve Foa, 2000; Tolin ve ark., 2003; Reuther ve ark., 2013; Taylor ve ark., 2010) Ancak obsesif kompulsif semptom çeşitliliğinin bu düşünce alanları tarafından tümüyle açıklanmadığını ortaya koyan yorum ve çalışmalar (Clark, 2004; Woods, Frost ve Steketee, 2002; Doron ve ark., 2007; Doron ve Kyrios, 2005) OKB'yi anlamada ve etkin tedavi yöntemleri geliştirmede temel bireysel değerler, bireyin kendilik algısı ve dış dünyaya ilişkin temel varsayımları gibi bilişsel-duyuşsal yatkınlık alanlarının obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisinin incelenmesi gerektiğine işaret etmektedir.

Doron ve Kyrios'un (2005) OKB'yi anlamada son dönem bilişsel literatürde bilişsel-duyuşsal yatkınlık alanlarındaki boşluğa işaret ettikleri yorumlarını takip eden ilk çalışma (Doron ve ark., 2007) klinik olmayan örneklem ile yapılmıştır. Obsesif kompulsif düşünce alanlarının ve girici düşüncelerin OKB'si olmayan bireylerde de görülebildiği, ancak klinik teşhis almış bireylerin semptomlarının yoğunluğu ve verdiği zarar açısından farklı olması (Rassin ve ark., 2007) bu çalışmanın klinik örneklem ile tekrarını öngörmüştür (Doron ve ark., 2007). Dünya görüşü kavramının OKB'ye yatkınlıktaki rolünün farklı kültürlerde test edilmesi obsesif kompulsif fenomenin kültürler arası farkına (Fontenelle, Mendlowicz, Marques, ve Versiani, 2004; Sica, Novara, Sanavio, Dorz, ve Coradeschi, 2002) ilişkin fikir verici olabilecektir. OKB'ye yatkınlığı bilişsel-duyuşsal açıdan inceleyen çalışmalarla ilgili literatürdeki kısıtlılık göz önünde bulundurularak, bu çalışmada "Çok Yönlü Dünya görüşü Modeli"nin obsesif kompulsif biliş ve semptomlar ile ilişkisinin klinik grupta incelenmesi amaçlanmaktadır.

Test edilmesi amaçlanan hipotezler şunlardır:

- Abartılmış tehdit algısı, düşünceleri kontrol ve mükemmelliyetçilik alanlarından oluşan obsesif kompulsif bilişler dünyaya ilişkin varsayımlar ile ilişkilidir.
- Dünyaya ilişkin varsayımlar obsesif kompulsif semptomların şiddeti ile ilişkilidir.
- Olumsuz kendilik değeri ve dünyanın adil bir yer olduğuna ilişkin algı obsesif kompulsif semptomların şiddeti ile ilişkilidir.

1.7. Tezin Önemi

Bilişsel modele göre OKB, normal girici düşüncelerin yoğunlaşmasına neden olan bir takım tepkilerden kaynaklanmaktadır (Rachman, 1997). OKB ile ilgili yapılmış çalışmalar, girici düşüncelerin, OKB'si olmayan kişilerin büyük çoğunluğunda zaman zaman görülebildiğini; ancak normal girici düşünce ile obsesif girici düşüncenin temel farkının içerikten ziyade sıklık, yoğunluk, süre, verdiği rahatsızlık ve düşüncenin neden olduğu yanlış yorumlamalar olduğunu ortaya koymuştur (Rachman ve de Silva, 1978; Salkovskis ve Harrison, 1984). Bu noktadan hareketle, bazı girici düşüncelerin bazı kişilerde kaygı ve uyumsuz düşünceleri harekete geçirme gibi bir takım işlevsel olmayan düşüncelere yol açıp açmadığı sorusu, OKB'ye yatkınlığı sorgulayan çalışmaların çıkış noktası olmuştur. Son dönem bilişsel teorilere göre, kişinin kendilik algısı, girici düşüncelere işlevsel olmayan tepkiler vermesine yol açmaktadır (Doron ve Kyrios, 2005). Clark ve Purdon (1999), kişinin kendilik algısının, inanç ve değerleri ile çelişen benliğe yabancı (ego dystonic) düşüncelerinin, obsesyonların şiddetine katkıda bulunduğunu vurgulamaktadır. Obsesyona yatkınlığı olan kişiler, karşıt değerli ya da kırılğan kendilik algısına sahip olduklarında, kendilik algılarıyla çelişen, istem dışı girici düşünceleri tehdit edici olarak yorumlayabilmektedirler (Clark, 2004; Bhar, 2004).

Kendilik algısı ile ilgili yapılan araştırmalar bu kavramın çok yönlü yapısına dikkat çekmektedir (Messer ve Harter, 1986). Çok yönlü kendilik kavramı, bazı kendilik alanlarının diğerlerine göre daha değerli olduğuna ve bu alanlardaki yetersizlik algısının kendilik değeri ile ilişkilendirildiğine işaret eden bir bakış açısıdır (Messer ve Harter,

1986). Araştırmalar ayrıca kendilik değerlendirmesinin içerik bakımından hassas olduğunu ve kişilerin değer atfettikleri kendilik alanlarına ilişkin olaylarla ilgili kaygı yaşadıklarını ortaya koymaktadırlar (Harter ve Whitesell, 2003; Wolfe ve Crocker, 2003).

Obsesif kompulsif semptomların görülmesinde kendilik yapılanmasının önemine ilişkin yaklaşımlara (Rowa ve ark., 2005) ek olarak Doron ve Kyrios (2005), kişilerin kendilik yapılanmalarının ve dünya görüşlerinden oluşan bilişsel-duyuşsal yapılarının, OKB'ye yatkınlığın temelini oluşturabileceğini iddia etmişlerdir. Bu bakış açısı, Doron ve arkadaşları (2007) tarafından desteklenmiştir. Sözü geçen çalışmada, kişinin kendisine yönelik negatif algısının, dünyanın, herkesin hak ettiğini aldığı bir yer olduğu inancı ile birleştiğinde obsesif kompulsif semptomların şiddetini öngördüğü ortaya konulmuştur. Ayrıca, kişinin kötülükleri engellemede kendi aktif rolünün olduğu inancı, kontrol inancı, da obsesif kompulsif belirtilerin şiddetini öngörmektedir (Doron ve ark., 2007).

Bu çalışmada çok yönlü dünya görüşü modelinin OKB ile ilişkisinin klinik örneklem ile incelenmesinin, bilişsel/duyuşsal yatkınlık faktörleri ile OKB arasındaki ilişkiyi anlamada literatüre katkı sağlaması beklenmektedir. Çok yönlü dünya görüşü modeline ait kavramların Türkiye rnekleminde incelenmesinin Türk insanı açısından bu kavramların ne lde anlamlı olduğuna ilişkin literatüre ve klinik uygulamalara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

2. BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini Kocaeli’de bulunan özel bir tıp merkezine 2014-2015 yılları arasında psikiyatrik tedavi için başvuran, DSM-V tanı kriterlerine göre psikiyatrik görüşme sonucunda OKB tanısı almış hastalar (N=180) oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini 18-58 yaş aralığında 129 kadın ve 51 erkekten oluşmuştur. Örneklemini oluşturan kadınların yaş ortalaması $X=30.01$ ($SS=8.80$), erkeklerin yaş ortalaması ise $X=28.45$ ’dir ($SS=8.87$).

Araştırmanın örneklemine DSM-V tanı kriterlerine göre birincil tanısı OKB olan, 18-65 yaş aralığındaki kişiler dahil edilmiştir. OKB’nin ikincil tanı olarak eşlik ettiği, birincil tanısı farklı bir psikiyatrik bozukluk olan kişiler bu araştırmaya dahil edilmemiştir. Katılımcıların tamamına araştırmaya katılmadan önce “Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu” imzalatılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Katılımcılar ile ilgili kişisel bilgileri elde etmek için Kişisel Bilgi Formu, obsesif-kompulsif belirti düzeylerini belirlemek için Padua Envanteri- Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu (PE-WEÜR), obsesif inanç düzeylerini belirlemek için Obsesif İnanışlar Ölçeği (OIÖ-44), dünyaya ilişkin varsayım düzeylerini belirlemek için ise Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği (DİVÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları aşağıda açıklanmıştır.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formunda araştırmacı tarafından çalışmanın amacına uygun olarak, katılımcılara cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir düzeyi, eğitim durumu, meslek, çocuk

sahibi olup olmama, yaşadıkları yerdeki durumları ve psikiyatrik tanılarına ilişkin sorular yöneltilmiştir (Ek-1).

2.2.2. Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu

Padua Envanterinin (PE) orjinal versiyonu 60 sorudan oluşmuş likert tipi bir ölçektir (Sanavio, 1988). PE'nin endişeyi ölçen maddeleri ölçtüğüne ilişkin eleştiriler (Freeston, Ladouceur, Rheume, Letarte, Gagnon ve Thibodau, 1994) Burns, Keortge, Formea ve Sternberger (1996) tarafından endişe ile ilgili maddelerin ayrıştırıldığı 39 maddelik PE-WEUR'ü ortaya çıkarmıştır. PE-WEUR obsesif kompulsif belirtileri değerlendirmek amacı ile kullanılmaktadır. PE-WEUR beş alt ölçekten oluşmuştur:

Kendine/başkalarına zarar vermeye yönelik obsesyonel düşünceler, kendine/başkalarına zarar vermeye yönelik obsesyonel dürtüler, kontrol etme kompulsiyonları, bulaşma/kirlenme obsesyonları ve temizlik kompulsiyonları ve öz-bakım ritüelleri. PEWEU-R beşli likert tipi bir ölçektir (0=hiç, 4=çok fazla). Katılımcılara her bir ifade ile ilgili duydukları rahatsızlık düzeylerini değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin iç tutarlılığı .92'dir (Burns, 1996).

PE-WEUR'nin Türkiye örnekleminde geçerlilik-güvenilirlik çalışması Yorulmaz ve arkadaşları (2007) tarafından yapılmıştır. Yorulmaz ve arkadaşlarının (2007) Türkiye örnekleminde elde ettikleri faktör yapısı ölçeğin orjinal versiyonu ile uyumludur. Yorulmaz ve ark. (2007) ölçeğin iç tutarlılık rakamını .93 olarak, alt ölçekler ile ilgili iç tutarlılık değerlerini ise .73 ile .90 arası olarak belirlemişlerdir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği .86'dır.

Bu çalışmada kullanılan PE-WEÜR'nun araştırmadaki güvenilirlik değerlerini belirlemek amacıyla Cronbach Alfa analizi yapılmıştır. Ölçeğinin tümünün çalışmada güvenilir olduğu bulunmuştur ($\alpha = .91$). PE-WEÜR'na ait alt ölçekler için bu çalışmada bulunan iç tutarlılık değerleri ise; kontrol etme .90, kirlenme .89, zarar verme dürtüleri .78, düzenleme .73, zarar verme düşünceleri .79 olarak bulunmuştur. PE-WEÜR, bu çalışmada katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeylerini belirlemek için kullanılmıştır (EK-2).

2.2.3. Obsesif İnanışlar Ölçeği-44

OİÖ'nin 87 soru ve 6 alt ölçekten oluşan ilk formu Obsesif Kompulsif Bilişler Çalışma Grubu (1997) tarafından geliştirilmiştir. OİÖ'nün ilk formu birbiriyle benzerlik gösteren alt ölçekleri birleştirmek ve araştırmacılara kolaylık sağlamak amacı ile OCCWG (2005) tarafından gözden geçirilerek 44 soruluk versiyonu oluşturulmuştur (Boysan, 2010). OİÖ-44 üç alt ölçekten oluşmaktadır: sorumluluk/tehlike beklentisi, mükemmeliyetçilik/kesinlik, önem verme/kontrol etme. OİÖ-44 7'li likert tipi bir ölçektir (1=kesinlikle katılmıyorum, 7= tamamen katılıyorum). OİÖ-44'ün iç tutarlılık değeri .87'dir (OCCWG; 2001, 2003). OİÖ-44'ün Türkiye örnekleminde geçerlilik/güvenirlik çalışması Boysan, Beşiroğlu ve Aydın (2010) tarafından yapılmıştır. OİÖ-44'ün iç tutarlılığı .95'dir. Alt ölçekler için test tekrar test değerleri .69 ile .81 arasında bulunmuştur (Boysan ve ark., 2010).

Bu çalışmada kullanılan OİÖ-44'ün araştırmadaki güvenilirlik değerlerini belirlemek amacıyla Cronbach Alfa analizi yapılmıştır. Ölçeğin tümünün çalışmada güvenilir olduğu görülmüştür ($\alpha = .94$). OİÖ-44'e ait alt ölçekler için bu çalışmada bulunan iç tutarlılık değerleri; sorumluluk/tehlike beklentisi .90, mükemmeliyetçilik/kesinlik .90, önem verme .81 olarak bulunmuştur.

OİÖ-44 bu çalışmada katılımcıların obsesif inanç düzeylerini belirlemek amacı ile kullanılmıştır (EK-3).

2.2.4. Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği

DİVÖ Janoff-Bulman (1989) tarafından travmaya maruz kalmış bireylerin varsayımlarında oluşan değişimleri ölçmek amacı ile geliştirilmiş bir ölçektir (Yılmaz, 2008). DİVÖ yedi alt ölçekten oluşmaktadır: Dünyanın iyiliği, adalet, olayların kontrol edilebilirliği, rastlantısallık, kendilik değeri, yaşam üzerinde kişisel kontrol ve şans (Yılmaz, 2008). DİVÖ 6'lı likert bir ölçektir (1=kesinlikle katılmıyorum, 6=tamamen katılıyorum). Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .66 ile .76 arasında bulunmuştur (Janoff-Bulman, 1989).

Ölçeğin Türkiye örnekleminde geçerlilik/güvenirlik ön çalışması Yılmaz (2008) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkiye örnekleminde elde edilen faktör yapısı orjinalinden farklı olarak altı alt boyut ortaya koymuştur: İyilik, adalet, şans, rastlantısallık, kendilik değeri ve kontrol. DİVÖ'nün Türkiye örnekleminde iç tutarlılık katsayısı .70'tir. DİVÖ'nün alt boyutlar arası iç tutarlılık katsayıları, sırası ile; iyilik .58, adalet .57, şans .85, rastlantısallık .59, kendilik değeri .13, kontrol .47'dir (Yılmaz, 2008). DİVÖ'nün orjinal versiyonundan farklı olarak Türkiye örnekleminde toplam madde sayısı 31'dir. Ölçeğin orjinal versiyonundaki birinci maddenin Türkiye örneklemindeki faktör yükünün .32'nin altında olması bu maddenin Türkiye örnekleminde herhangi bir alt ölçeğe ait olmadığı için ölçekten çıkarılmasına neden olmuştur (Yılmaz, 2008).

Bu çalışmada kullanılan DİVÖ'nün araştırmadaki güvenilirlik değerlerini belirlemek amacıyla Cronbach Alfa analizi yapılmıştır. Ölçeğin tümünün çalışmada güvenilir olduğu bulunmuştur ($\alpha = .76$). DİVÖ'ye ait alt ölçekler için bu çalışmada bulunan iç tutarlılık değerleri; iyilik .62, adalet .80, şans .85, rastlantı .25, kendilik değeri .52, kontrol .63 olarak bulunmuştur.

DİVÖ bu araştırmada katılımcıların dünyaya ilişki varsayım düzeylerini belirlemek amacı ile kullanılmıştır (EK-4).

2.3.İşlem

Çalışma öncesinde tez önerisi ve araştırmada kullanılacak gereçler, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu'na sunulmuş ve kurulun onayı alınmıştır. Çalışma verileri Eylül 2015- Ocak 2016 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışmadan önce katılımcılar çalışmanın içeriğine ilişkin yazılı olarak bilgilendirilmiş, gönüllü katılımlarına ilişkin imzalı izinleri alınmıştır. Çalışmanın 20-40 dakika arası süreceği, çalışmadan önce araştırmacı tarafından katılımcılara bildirilmiştir. Çalışmanın verileri Kocaeli'de bulunan Denge Tıp Merkezine tedavi için başvurmuş ve uzman psikiyatrlar tarafından OKB tanısı almış bireylerden elde edilmiştir. Çalışmayı yarıda bırakan katılımcıların verileri çalışmaya dahil edilmemiştir.

2.4. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmanın amacına yönelik toplanan veriler değerlendirilmiştir. İstatistiksel çözümler, istatistiksel analizler SPSS 20.0 istatistik paket programına girilerek, bu program yardımıyla gerçekleştirilmiştir.



3. BÖLÜM

3. BULGULAR

3.1. Araştırma Örneklemine Ait Sosyodemografik Bulgular

Araştırma örneklemini, 18-65 yaş arası OKB tanısı almış 180 kişiden oluşmuştur.

Araştırma örnekleminin yaş ortalaması 29.57 (SS 8.82), %71.7'si (n=129) kadın ve %28.3'ü (n=51) erkektir

Araştırma örnekleminin eğitim durumuna bakıldığında; %18.9'u (n=34) ilköğretim, %47.2'si (n=85) lise, %33.8'i (n=61) üniversite üzeri eğitime sahiptir.

Araştırma örneklemini oluşturan katılımcıların % 61.6'sı (n=111) çalışan, % 38.3'ü (n=69) çalışmayan, % 13.3'ü (n=24) öğrenci, % 25'i (n=45) ev hanımıdır.

Katılımcıların gelir düzeyine gelince, % 15.9'u (n=27) 1000 tl ve altı, %9.4'ü (n=17) 1000-2000 tl, %71.7'si (n=129) 2000-3000 tl, %1.7'si (n=3) 3000-4000 tl, %2.2'si (n=4) 4000 tl ve yukarı düzeyde gelire sahiptir.

Katılımcılar medeni durum açısından incelendiğinde, %49.4 (n=89) evli, %46.1 (n=83) bekar, %1.1 (n=2) dul, %2.8 (n=5) boşanmıştır.

Katılımcıların %42.8'i (n=77) çocuk sahibi olup, %48.9'unun (n=88) çocuğu yoktur. Katılımcıların % 8.3'ü (n=15) çocuk sahibi olup olmadıkları ile ilgili soruya cevap vermemiştir.

Katılımcılar aile yapısı açısından incelendiğinde, katılımcıların %83.3'ü (n=150) çekirdek aile, %9.4'ü (n=17) geniş aile, %7.2'si (n=13) parçalanmış aileye sahiptirler.

Katılımcıların %43.3'ü (n=78) il merkezi, %52.2'si (n=94) ilçede, %4.4'ü (n=8) kırsal bölgede yaşadığını bildirmiştir. Araştırma örneklemine ait sosyodemografik özellikler Tablo 1'de belirtilmiştir.

Tablo 1. Araştırma Örneklemine Ait Sosyodemografik Özellikler

	N	%
Cinsiyet		
Erkek	51	28.3
Kadın	129	71.6
Eğitim		
İlköğretim	34	18.9
Lise	85	47.2
Üniversite ve Üzeri	61	33.8
Meslek		
İşçi	9	5.0
Memur	9	5.0
Eğitim	14	7.8
Avukat	1	.6
Serbest	1	.6
Mühendis	6	3.3
Öğrenci	24	13.3
Ev hanımı	45	25.0
Diğer	71	39.4
Gelir Düzeyi		
1000 tı ve altı	27	15.9
1000-2000	17	9.4
2000-3000	129	71.7
3000-4000	3	1.7
4000 ve üstü	4	2.2

Medeni Durum

Evli	89	49.4
Bekar	83	46.1
Dul	2	1.1
Boşanmış	5	2.8

N=180

3.2. Obsesif Kompulsif Bilişlerin Dünyaya İlişkin Varsayımlar ile İlişkisinin İncelenmesi

Abartılmış tehdit algısı, düşünceleri kontrol ve mükemmeliyetçilik alt alanlarından oluşan obsesif kompulsif bilişler ile iyilik, adalet, şans, rastlantı, kendilik değeri ve kontrol alanlarından oluşan dünyaya ilişkin varsayımlar arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi kullanıldı.

Araştırma örneğine ait korelasyon sonuçlarına bakıldığında, mükemmeliyetçilik-kesinlik ile kontrolün pozitif ($r=.35$, $p<0.01$), kendilik değeri ($r=.33$, $p<0.01$)'nin ise negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Mükemmeliyetçilik-kesinlik arttıkça dünyadaki olayların kontrol edilebilirliğine ilişkin inançlar artmakta, kendilik değeri ise azalmaktadır.

Önem verme ile kendilik değeri arasında negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki vardır ($r=-.43$, $p<0.01$). Düşünceleri kontrolün önemine ilişkin inançlar arttıkça, kendilik değeri azalmaktadır.

Sorumluluk tehlike beklentisi ile kendilik değeri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r=-.31$, $p<0.01$). Sorumluluk tehlike beklentisi arttıkça kendilik değeri azalmaktadır. Sorumluluk tehlike beklentisi ile kontrol düşük düzeyde pozitif yönde ilişkilidir ($r=.26$, $p<0.01$). Sorumluluk tehlike beklentisi arttıkça dünyanın kontrol edilebilirliğine ilişkin varsayımlar artmaktadır.

Mükemmeliyetçilik-kesinlik ile rastlantı arasında istatistiksel açıdan herhangi bir ilişki saptanmamıştır ($r=-.05$, $p>0.05$). Mükemmeliyetçilik-kesinlik ile şans arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.12$, $p<0.05$), adalet arasında pozitif yönde düşük düzeyde ($r=.16$, $p<0.05$), iyilik arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.12$, $p<0.05$) ilişki olduğu gözlenmiştir. Mükemmeliyetçilik-kesinlik arttıkça şans varsayımı azalmakta, dünyanın adil bir olduğuna ilişkin varsayımlar ise artmaktadır. Mükemmeliyetçilik-kesinlik arttıkça insanların iyiliğine ilişkin varsayımlar azalmaktadır.

Önem verme ile rastlantı ($r=-.06$, $p>0.05$) ve kontrol ($r=.01$, $p>0.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir. Önem verme ile şans arasında negatif yönde ($r=-.19$, $p<0.05$), adalet arasında pozitif ($r=0.10$, $p<0.05$), iyilik arasında negatif yönde ($r=-.19$, $p<0.05$) düşük düzeyde ilişki olduğu gözlenmiştir. Düşünceleri kontrole verilen önem arttıkça olayların rastlantı ile açıklanabileceğine ilişkin varsayımlar azalmakta, dünyanın adil bir yer olduğuna dair varsayımlar artmakta, dünyanın iyi bir yer olduğuna ilişkin varsayımlar ise azalmaktadır.

Sorumluluk-tehlike beklentisi ile adalet arasında pozitif yönde ($r=.20$, $p<0.05$), şans ($r=-.21$, $p<0.01$), iyilik ($r=-.19$, $p<0.05$) ve rastlantı ($r=-.10$, $p<0.05$) arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Sorumluluk-tehlike beklentisine ilişkin düşünceler arttıkça dünyanın adil bir yer olduğu varsayımları artmakta, bireyin şanslı biri olduğuna ilişkin varsayımları azalmakta, insanların iyiliğine ilişkin varsayımlar azalmakta ve olayların ortaya çıkışında rastlantının belirgin olduğuna ilişkin varsayımlar azalmaktadır. Araştırma örneklemine ait OİÖ-44 ve DİVÖ puanlarının korelasyon sonuçları Tabo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Araştırma Örneklemine Ait OİÖ-44 ve DİVÖ puanlarının Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. İyilik	1								
2. Adalet	.42**	1							
3. Şans	.50**	.34**	1						
4. Rastlantı	.15	.05	.11	1					
5. Kendilik değeri	.36**	.02	.31**	.03	1				
6. Kontrol	.10	.51**	.20**	-.03	-.12	1			
7. Mük/kesinlik	-.12	.16	-.16	-.05	-.33**	.35**	1		
8. Önem verme	-.19*	.10	-.19*	-.06	-.43**	.01	.57**	1	
9. Sor/tehdit algısı	-.19*	.20*	-.21**	-.10	-.31**	.26**	.70**	.69**	1

Not: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

3.3. Dünyaya İlişkin Varsayımlar ile Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dünyaya ilişkin varsayımlar ile obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişki araştırmanın örnekleme ait adalet, şans, iyilik, kontrol, rastlantı ve kendilik değeri alt ölçeklerinden oluşan DİVÖ puanları ile kontrol etme, kirlenme, zarar verme dürtüsü, düzenleme ve zarar verme düşünceleri alt ölçeklerinden oluşan PE-WEÜR puanlarının pearson korelasyon analizi ile incelenmesi sonucunda elde edilmiştir.

Korelasyon sonuçları incelendiğinde, zarar verme düşünceleri ile kendilik değeri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=-.40$, $p<0.01$). Zarar verme düşünceleri arttıkça kendilik değeri azalmaktadır.

Zarar verme düşünceleri ile kontrol ($r=.20$, $p<0.01$), adalet ($r=.13$, $p<0.05$) ve şans ($r=-.11$, $p<0.05$) istatistiksel anlamda düşük düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Zarar verme düşünceleri arttıkça dünyanın kontrol edilebilir ve adil bir yer olduğuna ilişkin varsayımlar ile bireyin kendisini şanslı bir birey olarak değerlendirmesine ilişkin varsayımlar artmaktadır. Zarar verme düşünceleri ile rastlantı ($r=-.05$, $p>0.05$) ve şans ($r=.00$, $p>0.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Düzenleme ile adalet ($r=.18$, $p<0.05$) ve şans ($r=.19$, $p<0.05$) pozitif yönde düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Düzenleme semptomları arttıkça dünyanın adil bir yer olduğu bireyin şanslı biri olduğuna ilişkin varsayımları artmaktadır. Düzenleme ile kontrol ($r=.09$, $p>0.05$), iyilik ($r=.07$, $p>0.05$), kendilik değeri ($r=.02$, $p>0.05$) ve rastlantı ($r=-.00$, $p>0.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur.

Zarar verme dürtüsü ile kendilik değeri ($r=.27$, $p<0.01$), iyilik ($r=.13$, $p<0.05$) ve şans ($r=.12$, $p<0.05$) düşük düzeyde ilişkilidir. Zarar verme dürtüleri arttıkça bireyin kendilik değeri azalmaktadır. Zarar verme dürtüsü ile adalet ($r=.06$, $p>0.05$), kontrol ($r=.04$, $p>0.05$) ve rastlantı ($r=.03$, $p>0.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur.

Kirlenme ile kendilik değeri ($r=-.11$, $p<0.05$), kontrol ($r=.11$, $p<0.05$) ve rastlantı ($r=-.10$, $p<0.05$) düşük düzeyde ilişkilidir. Kirlenme semptomları arttıkça kendilik değeri azalmakta ve olayların ortaya çıkışında rastlantının rolüne ilişkin varsayımlar azalmakta, dünyanın kontrol edilebilirliğine ilişkin varsayımlar ise artmaktadır. Kirlenme ile şans ($r=-.06$, $p>0.05$), iyilik ($r=-.05$, $p>0.05$) ve adalet ($r=.03$, $p>0.05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir düzeyde ilişkili değildir.

Kontrol etme ile adalet ($r=.17$, $p<0.05$) pozitif yönde, düşük düzeyde ilişkilidir. Kontrol etme semptomları arttıkça dünyanın adil bir yer olduğuna ilişkin varsayımlar artmaktadır. Kontrol etme ile kendilik değeri negatif yönde düşük düzeyde ilişkilidir ($r=.20$, $p<0.05$). Kontrol etme semptomları arttıkça kendilik değeri azalmaktadır. Kontrol etme ile iyilik ($r=.08$, $p>0.05$), rastlantı ($r=.01$, $p>0.05$) ve şans ($r=.00$, $p>0.05$) istatistiksel olarak ilişkili değildir. PE-WEÜR ile DİVÖ puanlarının korelasyon sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Araştırma Örneklemine Ait DİVÖ ve PE-WEÜR puanlarının Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. İyilik	1										
2. Adalet	.42**	1									
3. Şans	.50**	.34**	1								
4. Rastlantı	.15	.05	.11	1							
5. Kendilik değeri	.36**	.02	.31**	.03	1						
6. Kontrol	.10	.51**	.20**	-.03	-.12	1					
7. Kontrol etme	-.08	.17*	.00	.01	-.20*	.26**	1				
8. Kirlenme	-.05	.03	-.06	-.10	-.11	.11	.13	1			
9. Zarar verme dür.	-.13	.06	-.12	-.03	-.27**	.04	.13	.07	1		
10. Düzenleme	.07	.18*	.20**	-.00	.02	.09	.35**	.22**	.07	1	
11. Zarar verme düş.	-.11	.13	-.00	-.05	-.40**	.20**	.53**	.29**	.47**	.28**	1

Not: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

3.4. Olumsuz Kendilik Değeri ve Dũnyanın Adaletine İlişkin Olumlu Algının Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişkisinin İncelenmesi

Olumsuz kendilik değeri ve insanların iyiliğine ilişkin algının obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi katılımcıların DİVÖ ve PE-WEÜR puanlarının pearson korelasyon analizi kullanılarak incelenmesi sonucunda elde edildi.

Örnekleme ait korelasyon sonuçları incelendiğinde, kendilik değerinin zarar verme düşünceleri ile istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde, negatif yönde ilişkili olduğu gözlemlendi ($r=-.40$, $p<0.01$). Kendilik değeri arttıkça zarar verme obsesyonları azalmaktadır. Kendilik değeri ile zarar verme dürtüsü ($r=-.27$, $p<0.01$), kontrol etme ($r=.20$, $p<0.05$) ve kirlenme ($r=-.11$, $p<0.05$) negatif yönde, düşük düzeyde ilişkilidir. Kendilik değeri arttıkça zarar verme dürtüsü, kontrol etme ve kirlenme semptomları azalmaktadır.

Adalet ile düzenleme ($r=.18$, $p<0.05$), kontrol etme ($r=.17$, $p<0.05$) ve zarar verme düşünceleri ($r=.13$, $p<0.05$) pozitif yönde, düşük düzeyde ilişkilidir. Dũnyanın adil bir yer olduğuna ilişkin varsayımlar arttıkça düzenleme ve kontrol etme kompulsiyonları ve zarar verme obsesyonları artmaktadır. Adalet ile zarar verme dürtüleri ($r=.06$, $p>0.05$) ve kirlenme ($r=.03$, $p>0.05$) istatistiksel açıdan ilişkili değildir. Obsesif kompulsif belirtiler ile adalet ve kendilik değeri varsayımlarının korelasyon sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

4. BÖLÜM

4. TARTIŞMA

Obsesif kompulsif bozukluğu (OKB) bilişsel açıdan değerlendiren teoriler hastalığı sürdüren ve alevlendiren faktörleri anlama ve etkin tedavi yöntemleri geliştirmeye odaklanmışlardır. OKB'ye yatkınlığı anlamada bireyin benlik yapılanması ve dünyaya ilişkin algısını birer yatkınlık faktörü olarak incelemenin hastalığı sürdüren faktörleri anlama ve etkin tedavi yöntemleri geliştirme açısından yol gösterici olacağı Doron ve Kyrios (2005) tarafından gündeme getirilmiştir. Doron ve Kyrios'un (2005) dikkat çektiği bilişsel/duyuşsal yatkınlık faktörlerinin obsesif kompulsif düşünce ve davranışlar ile ilişkilendirildiği bazı çalışmalar (Bhar ve Kyrios, 2000; Guidano ve Liotti, 1983; Sookman, Pinar ve Beauchemin, 1994) bu bakış açısının OKB'yi anlamadaki önemine ilişkin literatürdeki ihtiyacı ortaya koymaktadır. Bu araştırmada ise Doron ve arkadaşları (2007) tarafından ortaya koyulan OKB'nin Çok Yönlü Dünya Görüşü Modeli klinik örneklem ile incelenmiştir.

Araştırmanın bu bölümünde veri analizinden elde edilen bulgular yazın bilgisi ile karşılaştırılarak tartışılacaktır. Son olarak, çalışmanın klinik uygulamalara katkıları, güçlü yönleri ve sınırlılıkları belirtilerek gelecek çalışmalar için önerilere yer verilecektir.

4.1. Obsesif Kompulsif Bilişler ile Dünyaya İlişkin Varsayımlar Arasındaki İlişki

Obsesif/kompulsif bilişler ile dünyaya ilişkin varsayımlar arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, obsesif/kompulsif inanışları değerlendirmede kullanılan Obsesif İnanışlar Ölçeği'nin (OIÖ-44) iki alt ölçeği ve (mükemmeliyetçilik/kesinlik, sorumluluk/tehlike beklentisi) dünyaya ilişkin varsayımları değerlendirmede kullanılan Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'nin (DİVÖ) kontrol alt ölçeği ile pozitif yönde, anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir.

OİÖ-44 Mükemmeliyetçilik/kesinlik ile DİVÖ kontrol pozitif yönde ilişkilidir. OİÖ-44 alt alanlarından Mükemmeliyetçilik/kesinlik Obsesif Kompulsif İnanışlar Çalışma Grubu (OCCWG) tarafından belirlenen iki farklı inanç alanından mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün bir faktörde birleşmiş halidir. Mükemmeliyetçilik kişinin her tür problem karşısında kusursuz çözüm üretmenin zorunlu olduğu ve küçük hataların dahi başarısızlığa eşit olduğuna ilişkin inancı olarak tanımlanmıştır (OCCWG, 1997). Belirsizliğe tahammülsüzlük (kesinlik) ise emin olma ihtiyacı, belirsiz durumlarda işlevsellikte ve öngörülemez değişikliklerle mücadelede zorlanma anlamına gelmektedir (OCCWG, 1997). Belirsizliğe tahammülsüz, yani kesinlik ihtiyacı yüksek kişiler mutlak belirliliğin mümkün olduğuna ve bireyin davranışlarında gerekli olduğuna inanmaktadırlar (Tolin, Worhunsky ve Maltby, 2006). Bu çalışmada mükemmeliyetçilik/kesinlik ile pozitif yönde ilişkili bulunan DİVÖ kontrol alt ölçeği dünyaya ilişkin varsayımlar teorisinde kendilik değeri alanında yer alır. Kontrol varsayımı ile test edilen düşünce şekli, bireyin dış dünyada ortaya çıkan olayları bireysel anlamda olumlu sonuçlar doğurması açısından ne derece kontrol edilebilir olarak algıladığıdır. Başka bir ifade ile, kontrol varsayımı olayların ortaya çıkışında bireyin tutum ve davranışlarının sonuca etkisine olan inancını ölçmektedir. Bu çalışmaya katılan OKB teşhisi almış kişilerin kendilerinden mükemmel olma ve belirsizliği ortadan kaldırma beklentileri arttıkça dış dünyada olan olayları kendi menfaatleri doğrultusunda kontrol edebileceklerine dair inançlarının da artmakta olduğu bulunmuştur. Gelecekte ortaya çıkacak olaylar üzerinde kişinin kendisinden beklediği bireysel kontrol ile ilişkili bu varsayım alanı, OKB'nin yapısı içerisinde değerlendirildiğinde, kusursuzluk beklentisi, hata payını azaltma ve riski sıfırlama çabası, olası sonuçların belirsizliğine toleransın düşük olması ve olasılıkları belirli ve olumlu hale getirme çabası ile örtüşmektedir. Kontrol varsayımına göre sonuçların dağılımı karakter üzerinden değil, bireyin ne ölçüde temkinli davrandığı üzerindedir. Bireysel kontrol, bireyin başına ne geleceğinin belirleyicisidir (Janoff-Bulman, 1989). Bu noktadan hareketle, insanlar kendi davranışları ile kendi dünyalarını kontrol edebilirler; temkinli, öngörülü ve dikkatli davranarak tehditlere karşı yatkınlıklarını azaltabilirler. Mükemmeliyetçi standartlara sahip, mutlak kesinliğe inanan ve belirsizlikleri ortadan kaldırma çabası yüksek bireylerin temkinli ve öngörülü

davranarak başlarına gelecek olayları kontrol edebileceklerine olan inançlarının da yüksek olması OKB'nin bilişsel formülasyonunda var olan eylemlerin düşünce ile kontrol edilebilirliği (düşünce eylem kaynaşması (Shafran ve ark., 1996)) inancı ile de uyumludur. Ancak burada sözü geçen kontrol varsayımı doğrudan davranış üzerinden bir kontrolden bahsetmektedir. Kontrol varsayımı ile düşünceyi kontrol inancının birbirinden ayrı değerlendirilmesi OKB'nin ortaya çıkması ve bireyin yaşamında etkisinin sürmesinde obsesif kompulsif düşünce alanlarının yanısıra bilişsel/duyuşsal yatkınlık alanlarının da rolünü anlamada yararlı olabilecektir. Mevcut çalışmada anlamlı düzeyde ilişkili bulunan mükemmeliyetçilik/kesinlik kontrol varsayımı ilişkisi, son dönem bilişsel teorisyenler (Doron ve ark., 2005; 2007) tarafından ortaya atılan ve normal örnekleme desteklenen obsesif kompulsif bilişlerin dünyaya ilişkin varsayım alanları ile ilişkisini klinik örnekleme desteklemektedir.

OİÖ-44 sorumluluk/tehlike beklentisi DİVÖ'nün alt ölçeği olan kontrol ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Sorumluluk/tehlike beklentisi OCCWG (1997) tarafından belirlenen OKB ile ilgili düşünce, iki düşünce alanının; abartılmış sorumluluk ve abartılmış tehdit, tek alt ölçekte birleştirilmiş halidir. Abartılmış sorumluluk, bireyin sadece kendisi tarafından hissedilen, olumsuz sonuçlara neden olma ya da olası olumsuz sonuçları engelleme ile ilgili kendisini önemli ölçüde etkili hissetmesi olarak tanımlanmıştır (Salkovskis ve ark., 1992). Abartılmış tehdit alanı, OCCWG (1997) tarafından sonuca yönelik zarar görme olasılığının abartılı bir şekilde algılanması olarak tanımlanmıştır. DİVÖ kontrol varsayımı yukarıda da açıklandığı üzere, olayların ortaya çıkışında bireyin tutum ve davranışlarının sonuca etkisine olan inancını ölçmektedir. Bu çalışmada OKB teşhisi almış bireylerin olumsuz sonuçlara ilişkin zarar görme beklentileri ve olumsuz sonuçlara neden olma ve engellemede bireysel anlamda etkin olma beklentileri arttıkça olayların ortaya çıkışında kendilerinden davranışsal kontrol beklentileri de artmaktadır. Mancini ve Gangemi (2004) abartılmış sorumluluk (Salkovskis, 1985, 1996; Salkovskis ve Forrester, 2002) tanımlamasının obsesif düşünceyi açıklamada yetersiz olduğunu iddia etmişlerdir. Mancini (2001)'ye göre obsesyonları olan kişi herhangi bir olumsuz olayın gerçekleşme olasılığından ziyade kendi davranışlarının kendi görev bilinci ile çatışmasından endişe etmektedir. Bireyin felakete yönelik sorumluluğu yorumlama şekli suçluluk ve depresyonu tetiklemekte,

istenmeyen girici düşünceleri açığa çıkarmakta ve bireyin kompulsiyonlara direncini azaltmaktadır. Mancini ve Gangemi'ye (2004) göre sorumluluk algıları ile ilgili suçluluğa ilişkin endişeli kişiler kendi eylem/eylemsizlikleri ve yersiz sonuçlar arasında nedensel bir ilişki olduğunu varsayarlar. Bu durumda kişi bir eylemi yapmak veya yapmamakla ilgili algıladığı sorumluluğa uygun davranmayı bir vazife olarak görmektedir. Bu vazife bilinci olayların ortaya çıkışında bireysel kontrol sahibi olmanın önemine de atıfta bulunmaktadır. Eğer ortada bir tehlike varsa ve o tehlikeyi öngörmek ve ortadan kaldırmak bireyin sorumluluğunda ise, birey bu durumu engellemek için gereken çabayı harcamalıdır. DİVÖ kontrol varsayımı olumsuz durumları engelleme çabasını davranışsal kontrol ile vurgulamaktadır. Bu noktadan hareketle, OKB'si olan bireyleri terapide değerlendirirken OKB'li bireylerin soyut düşünceler ile somut davranışlar arasında kurdukları bağlantıların kontrol varsayımı bağlamında ele alınması, semptomları ortaya çıkaran ve sürdüren etmenleri anlamada terapi süreci açısından faydalı olabilecektir.

DİVÖ kendilik değeri alt ölçeği OİÖ-44'e ait üç alt ölçekle (mükemmeliyetçilik/kesinlik, sorumluluk/tehlike beklentisi, önem verme) negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Sonuçlar ayrı ayrı değerlendirildiğinde;

DİVÖ kendilik değeri OİÖ-44 mükemmeliyetçilik/kesinlik negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir. Mükemmeliyetçilik/kesinlik, yukarıda da belirtildiği gibi, bireyin kendisinden kusursuzluk ve belirsizliği ortadan kaldırma beklentilerini ifade etmektedir. Kendilik değeri ise Janoff-Bulman'ın (1989) dünyaya ilişkin varsayımlar teorisinin üç kategorisinden sonuncusu olan kendilik değeri alanına dahildir. Kendilik değeri alanında üç farklı benlik alanı bulunur; kendilik değeri, kontrol ve tesadüf. Kendilik değeri kişinin kendisini ne ölçüde iyi, ahaklı ve değerli bir birey olarak gördüğünü değerlendirmektedir. Bu çalışmanın örneklemini oluşturan OKB teşhisi almış bireylerin kendilerini kötü, ahlak dışı ve değersiz olarak değerlendirmelerinin kendi kendilerinden kusursuzluk ve belirsizliği ortadan kaldırma beklentilerini artırdığı görülmüştür. Mükemmeliyetçilik, koşulsuz kendilik kabulü ve depresif belirtiler arasındaki ilişki Flett, Davis ve Hewitt (2003) tarafından incelenmiştir. Sözü geçen çalışmada, bireyin kendisinden toplumsal ve bireysel anlamda mükemmeliyetçi beklentileri ile kendilik

kabulü arasında negatif bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Flett ve arkadaşlarının (2003) araştırma bulguları kendilik değeri düşük bireylerin toplumsal ve bireysel anlamda mükemmeliyetçi inançlara ve depresif semptomlara sahip olmaya daha yatkın olduklarını ortaya koymuştur. Mükemmeliyetçilik/kesinlik ve kendilik değeri ilişkisi OKB literatüründe erken dönem bilişsel teorisyenler tarafından dile getirilmiştir. Mc Fall ve Wollersheim (1979), tehdidi yorumlamaya yol açan ve OKB'nin temelini oluşturan bir takım varsayım ve inançlardan bahsetmişlerdir. Bireysel anlamda saygın olmak için tam anlamıyla yeterli olmak gerekir, hata yapmak veya mükemmeliyetçi amaçlara ulaşmada başarısız olmak ceza ve ayıplanma ile sonuçlanmalıdır gibi inançlar sözü geçen varsayımları özetlemektedir. Mc Fall ve Wollersheim (1979) OKB'si olan kişilerin kendileri ile ilgili iyi hissetmek için kusursuz olmalarının gerekli olduğunu, eleştiriden kaçındıklarını ve başarısızlık ve hataları felaket boyutunda yorumladıklarını vurgulamaktadırlar (aktaran Frost ve ark., 2002). Mc Fall ve Wollersheim'in (1979) vurguladıkları varsayımların kendilik değeri varsayımı ile kişisel hak etme anlayışına önem vermeleri açısından kesiştikleri görülmektedir. Her iki bakış açısında da bireysel olarak ahlaklı ve yeterli olduğuna inanan kişilerin zarar görmeye yatkın olduklarına dair algıları -daha negatif olayların sıklığına rağmen- düşüktür. Bu durumda, bireyin ahlaki yapı ile ilgili algısı, OKB açısından bir koruyucu faktör rolü görmektedir. OKB'nin bilişsel teorisinde temel teşkil eden 37 yıl önceye ait bu değerlendirme Guidano ve Liotti (1983) tarafından ele alınmış, ancak bir yatkınlık faktörü olarak ilk kez Doron ve arkadaşları (2007) tarafından OKB literatüründe incelenmiştir. Doron ve arkadaşlarının (2007) sözü geçen çalışmalarında düşük kendilik değeri puanının yüksek obsesif kompulsif biliş puanlarını öngördüğü görülmüştür. Doron ve arkadaşları (2007b) OKB'nin çok yönlü modelini test ettikleri farklı bir çalışmalarında kendilik yapılanmasının obsesif/kompulsif biliş ve semptomlarla ilişkisini incelemişlerdir. Doron ve arkadaşları (2007b) sözü geçen çalışmalarında hassas benlik alanlarından ahlaki erdemin mükemmeliyetçilik/kesinlik ile ilişkisinin kendilik değeri kontrol edildiğinde arttığını gözlemlemişlerdir. Bu çalışmada ayrıca, akademik başarıya hassasiyet alanı ile düşüncenin kontrolüne verilen önemin kendilik değerinin aracı rolü ile arttığı görülmüştür. İş başarısına hassasiyet alanının obsesif kompulsif bilişlerle ilişkisi yine kendilik değerinin aracı rolü ile artmaktadır. Kendilik değeri, sözü geçen çalışmada

değişkenler arasındaki ilişkiyi yordayıcı bir rol oynamaktadır.

DİVÖ ölçeğinin kendilik değeri alt ölçeği dört maddeden oluşmaktadır: “Sık sık aslında iyi bir insan olmadığımı düşünürüm, kendime ilişkin olumsuz düşüncelere sahibim, kendim olmaktan son derece memnunum, kişisel özelliklerimden utanmak için nedenlerim var”. OİÖ-44 mükemmeliyetçilik/kesinlik alt ölçeği ise, “Değerli biri olmam için yaptığım her işte mükemmel olmalıyım, bir şeyi mükemmel bir biçimde yapamayacaksam hiç yapmamalıyım, bir işi mükemmel bir şekilde yapmazsam insanlar bana saygı duymaz, ne yaparsam yapayım yaptığım iş yeterince iyi olmayacaktır” gibi toplam 16 ifadeden oluşmaktadır. Dört madde ile ölçülen kendilik değeri alanının obsesif kompulsif bilişlerle istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ilişkili olması OKB’yi anlama ve terapi süreçlerinde bireyin benlik algısına odaklanmanın gereğini ortaya koymaktadır.

DİVÖ kendilik değeri OİÖ-44 sorumluluk/tehlike beklentisi ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir. OKB teşhisi almış katılımcıların sorumluluk/tehlike beklentisi alt ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça kendilik değeri alt ölçeğinden aldıkları puanlar azalmaktadır. Başka bir ifade ile, çalışmada OKB teşhisi almış bireylerin olumsuz sonuçlara ilişkin zarar görme beklentileri ve olumsuz sonuçlara neden olma ve engellemede bireysel anlamda etkin olma beklentileri arttıkça kendileri ile ilgili iyi, ahlaklı ve değerli olduklarına dair inançları azalmaktadır. Abartılmış tehdit ve sorumluluk algısı yüksek bireylerin yaşamın içerisinde kendiliğinden ortaya çıkan durumlar dahil, etrafında olup bitmekte olan olaylarla ilgili kendilerinden beklentileri oldukça yüksektir. Bu bir anlamda, ortada kişinin bilgisi dahilinde bir durum varsa kişi bu durumla ilgili sorumludur, anlamına gelmektedir. Yerine getirilmeyen sorumluluklar obsesif kompulsif düşünce yapısı içerisinde başarısızlık inancını ve suçluluk duygularını doğurmaktadır. Doron ve Kyrios’a (2005) göre kişinin kendilik algısı ile girici düşüncelere yapılan işlevsiz yorumları ilişkilidir. Kendisi ile ilgili olumlu bir algıya sahip bireyler girici düşüncelere olumsuz anlamlar yüklemeyen, kendisi ile ilgili değerlendirmesi olumsuz kişiler girici düşünceleri daha gerçekçi algılamaktadırlar. OCCWG (1997) tarafından belirlenilen obsesif kompulsif düşünce alanlarının OKB ile ilişkisi birçok çalışma tarafında ortaya konmuştur (OCCWG, 2001; OCCWG, 2005;

Tolin, Worhunsky ve Maltby, 2006; Myers, Fisher ve Wells, 2008; Julien, O'Connor ve Aardema, 2006; Tolin, Brady ve Hannan, 2008; Faull, Joseph ve Meaden, 2004; Wu ve Caeter, 2008). Ancak, obsesif kompulsif semptom çeşitliliğinin bu düşünce alanları tarafından tam olarak açıklanamadığını iddia eden yorumlar OKB literatüründe yer almaktadır (Clark, 2004; Woods, Frost ve Steketee, 2002; Doron ve ark., 2007; Doron ve Kyrios, 2005) Woods ve arkadaşları (2002) bireysel olasılık, gelecek negatif olayların şiddeti ve öngörülen baş etme stratejilerini incelemişlerdir. Woods ve arkadaşları (2002) bu çalışmada bireyin baş etme stratejilerine dair bireyin kendi algısının obsesif kompulsif semptomları öngörmeye geleceğe ilişkin abartılmış tehdit algısı ile kıyaslandığında daha belirleyici olduğu gözlenmiştir. Tolin, Woods ve Abramowitz (2003) tarafından yapılan bir başka çalışmada, obsesif kompulsif düşünce alanları ve OKB arasındaki ayırıcı ilişkinin desteklenmediği görülmüştür. Tolin ve arkadaşları (2003) sözü geçen çalışmada, OKB semptomları kontrol altına alındığında tehdit algısı ($p<.001$) ve mükemmeliyetçilik ($p<.005$) alanlarının, OKB semptomu göstermeyen, sosyal kaygı semptomu olan kişilerde de bir anlam ifade ettiğini göstermişlerdir. OKB'si olan kişiler obsesif düşüncelerini yanlış yorumlamakta ve olası negatif sonuçlara ilişkin olasılıkları abartarak algılamaktadırlar, ancak bu durum OKB dışında diğer patolojilerde de görülebilen bir durumdur (Clark, 2004). Clark (2004), OKB'si olan kişilerin bireysel sorumluluk ve tehdit yorumlamasında temel bireysel değerler gibi kendilerine özgü ayırıcı özelliklerinin incelenmesi gerektiğini vurgulamıştır. Bireyin özgün kendilik değerlendirmesinin terapi sürecinde dikkate alınması ve bireyin olumlu kendilik değerlendirmesini kazanmasına yönelik bir terapi hedefi oluşturulması OKB tedavisinde anlamlı olacaktır.

Bu çalışmada DİVÖ kendilik değeri ile OİÖ-44 önem verme, negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Önem verme obsesif kompulsif düşünce alanlarından düşüncelerin aşırı önemsenmesi ve düşüncüyü kontrolün OİÖ-44 ölçeğinde tek faktörde birleşmiş halidir. Düşüncelerin aşırı önemsenmesi OKB'si olan kişilerde düşüncenin sadece varlığının önemli ve anlamlı olmasına eşittir şeklinde algılanmaktadır (OCCWG, 1997). Önem verme ise kişinin girici düşünce, hayal ve dürtüleri üzerinde tam bir kontrol sağlama çabasına abartılı bir önem atfetmesi olarak tanımlanmıştır (OCCWG, 1997). Bu çalışmada kendilik değeri düşük kişilerin obsesif

düşüncelerinin varlığını aşırı önemsedikleri ve düşüncelerini kontrol etmeye yoğun çaba harcadıkları gözlenmiştir. Kendilik değeri alt ölçeğinde yer alan sorular tekrar ele alındığında, kişinin kendisi ile ilgili olumsuz değerlendirmeye sahip olması, kişisel özelliklerden ötürü utanç duyması, kendisini kötü biri olarak kabul etmesi ve kendilik kabulünün olmamasının obsesif düşüncelerin kontrol edilmesi inancını beraberinde getirebileceği söylenilebilir. OKB teşhisi almış kişiler tekrar eden obsesif düşünceleri göz ardı etme sürecinde zorlanmaktadırlar (Likierman ve Rachman, 1982). Clark (2004), obsesyonları göz ardı etmeye yönelik zihinsel çabaların obsesyonların birincil değerlendirme sürecinde kişinin benliğine yabancı doğasından ötürü tehdit olarak algılanmasından kaynaklandığını ifade etmektedir. Benlik algısı (self-view) kişinin kendisi ile ilgili yaptığı öz değerlendirmelerdir. OKB'si olan kişiler sahip oldukları benlik algısı ile ilgili güvensizlik yaşarlar ve olmaktan korktukları ya da olabileceklerini düşündükleri benlik (feared self) ile ilgili kaygı duyarlar (Aardema ve O'connor, 2003; 2007). Bu noktadan hareketle, OKB'si olan kişiler benlik algıları ile çelişen girici düşünceleri önemli ve tehdit edici olarak yorumlama eğilimindedirler. Birbiri ile çelişkili ve kırılgan benlik algısı, girici düşüncelerin tehdit edici olarak yorumlanma ve alevlenme olasılığını artırır (Bhar ve Kyrios, 2007; Clark, 2004). Bu çalışmada dünyaya ilişkin varsayımlar başlığı altında incelenen bakış açısı, OKB'li bireylerin kendilerini ve dış dünyayı nasıl algıladıkları ve yorumladıklarını ifade etmektedir. Kendilik değeri alt ölçeği, birbiri ile çelişen, kırılgan benlik yapılanmasını ölçmemesine rağmen, bireyin benliğine dair tek yönlü öz değerlendirmesini ölçmektedir. Kendilik değeri alt ölçeği, kişinin bireysel hak etme inancını test etmektedir. OKB teşhisi almış kişilerin benlikleri ile ilgili öz değerlendirmelerini ölçmek, OKB ve bilişsel duyuşsal yatkınlık faktörlerinin ilişkisini anlamaya katkı sağlayacaktır (Doron ve ark., 2005; 2007). Bu noktadan hareketle, yukarıda sözü geçen araştırmalar ve bu araştırma, benliğe dair öz değerlendirme noktasında kesişmektedir.

Bu araştırmanın hipotezleri dünyaya ilişkin varsayımları OKB tanısı almış bireyler bağlamında kavramsal olarak incelemeyi hedeflemektedir. Bu çalışmada DİVÖ alt ölçekleri, aracı rol bağlamında incelenmemiştir. OİÖ-44 sorumluluk/tehlike beklentisi ile DİVÖ adalet alt ölçeği pozitif yönde düşük düzeyde ilişkilidir. Sorumluluk/tehlike beklentisi puanları yüksek olan katılımcıların dünyanın adil bir yer

olduğuna ilişkin varsayımları test eden sorulara verdikleri yanıtlar da olumludur. Bu sonuç, Doron ve arkadaşlarının (2007) çalışmalarında işaret ettikleri bulguları destekler yönde olsa bile; korelasyon katsayısının düşüklüğü, bu çalışmada bu ilişkinin gözardı edilmesine neden olmuştur. Bu çalışmanın birinci hipotezi Doron ve arkadaşlarının (2005) OKB'ye yatkınlığı anlamada obsesif kompulsif bilişlerin yanısıra bireyin kendisine ve dünyaya ilişkin varsayımlarının önemine dikkat çektikleri ve klinik olmayan örneklem ile destekledikleri (Doron ve ark., 2007) yatkınlık faktörlerini, OKB örnekleme ile kısmen desteklemektedir. Bu çalışmada düşük düzeyde anlamlı bulunan ancak yetersiz korelasyon katsayısı nedeniyle göz ardı edilen diğer sonuçlar şu şekildedir: ÖİÖ-44 Mükemmeliyetçilik/kesinlik alt ölçeği ile DİVÖ şans alt ölçeği, istatistiksel açıdan düşük düzeyde negatif yönde ilişkilidir. Mükemmeliyetçilik/kesinlik ile adalet pozitif yönde düşük düzeyde ilişkilidir. OİÖ-44 önem verme alt ölçeği ile DİVÖ rastlantı ve iyilik alt ölçeği negatif yönde düşük düzeyde ilişkilidir. Önem verme ile adalet (DİVÖ) pozitif yönde düşük düzeyde ilişkilidir. Sorumluluk/tehlike beklentisi ile DİVÖ şans, iyilik ve rastlantı düşük düzeyde negatif yönde ilişkilidir. Bu çalışmada OKB teşhisi almış bireylerde ilişkili bulunması beklenen DİVÖ adalet, şans, tesadüf ve iyilik alt alanları obsesif kompulsif bilişlerle istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ilişkili değildir. Adalet tesadüf ve iyilik alt ölçekleri dünyaya ilişkin varsayımlar kuramı çerçevesinde bireyin dış dünyaya ilişkin algısını ölçmektedir. DİVÖ'nün travma literatürüne ait bir ölçek olması göz önünde bulundurulduğunda, sözü geçen alt alanların obsesif kompulsif bilişlerle ilişkili olmaması, OKB'nin yapısı içerisinde OKB'li bireylerin kendi benliklerine odaklanmaları ile ilgili olabilir. Soru sayısı açısından yetersiz olduğu gözlenen kendilik değeri ve kontrol alt alanlarının obsesif kompulsif bilişlerle anlamlı düzeyde ilişkili olması, bu alanları daha güvenilir ölçeklerle ölçen yeni araştırmaları gerekli kılmaktadır.

4.2. Obsesif/Kompulsif Semptomlar ile Dünyaya İlişkin Varsayımlar Arasındaki İlişki

Araştırmanın ikinci hipotezinde obsesif kompulsif semptomlar ile dünyaya ilişkin varsayımların ilişkisi Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu (PE-WEÜR) alt ölçekleri ile DİVÖ alt ölçeklerinin pearson korelasyon analiziyle

incelenmesi sonucu elde edilmiştir. Araştırma hipotezine göre, obsesif kompulsif semptomların şiddeti ile dünyaya ilişkin varsayımlar arasında doğrusal bir ilişki olması öngörülmektedir.

PE-WEÜR beş alt ölçekten oluşmaktadır: Düzenleme, kirlenme, zarar verme dürtüleri, zarar verme düşünceleri ve kontrol etme. DİVÖ altı alt ölçekten oluşmaktadır: İyilik, adalet, şans, kontrol, tesadüf ve kendilik değeri.

Sonuçlar incelendiğinde, DİVÖ kontrol ve PE-WEÜR kontrol etme puanları, pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmaya katılan OKB tanısı almış kişilerin dış dünyada olan olayları kendi menfaatleri doğrultusunda kontrol edebileceklerine dair inançları arttıkça kontrol etme obsesyon ve kompulsiyonları da artmaktadır. Kontrol etme obsesyonları kişinin kapı ya da ocağı açık unutma, elektrikli aletleri fişte bırakma, önemli evraklarda hata yapma, herhangi bir performansı eksik yapma gibi kuşku içerikli düşüncelerinin olmasıdır. Kontrol etme kompulsiyonları bu düşüncelerin verdiği rahatsızlıktan kurtulmak için yapılan davranışsal ya da zihinsel kontrollerdir. Kontrol varsayımları Skinner'in (1996) kontrol ihtiyacı ve kontrol algısı kavramlarını anlamsal olarak içermektedir. Moulding ve Kyrios'a (2006) göre, kişinin kontrol ihtiyacı yoğun olarak arttığı ve durumlar üzerinde sahip olduğu kontrolü doğru değerlendirmede zorlandığı durumlarda kaygı düzeyi artış gösterir ve kişi kontrol hissini yeniden kazanmaya çalışarak bu kaygıdan kurtulmayı hedefler. Kontrol varsayımları yüksek bireylerin kontrol etme semptomlarının yoğun olması, kontrol hissini elde etme çabasının bir sonucu olarak değerlendirilebilir. Kontrol varsayımının kontrol etme obsesyon ve kompulsiyonları ile ilişkili olması, OKB' nin yapısına uygun bir sonuçtur. Kontrol varsayımı bireyin dış dünyada olabilecek herhangi bir durumu kendi menfaati doğrultusunda değiştirebileceğine ilişkin inancını ifade etmektedir. Bu inanç alanı içerisinde tehlikeleri ve riskleri kontrol etme hedefi öne çıkmaktadır. Birey aslında kendisi için güvenli olacak bir düzen yaratmaya çalışmaktadır. Kontrol etme obsesyon ve kompulsiyonlarında da kişi tehlikeyi ve riskleri kontrol etmeye çalışmaktadır. Doron ve arkadaşlarının (2005; 2007) bireyin kendisi ve dünya ile ilgili varsayımlarının obsesif kompulsif semptomları, obsesif kompulsif düşünce alanlarından ayrı olarak öngördüğünü ifade eden yaklaşımlarını ele almak bu noktada faydalı olacaktır. Kontrol

varsayımının yüksek olması bireyin dış dünyayı, olacak olayları kontrol edilebilir görmesini beraberinde getirmektedir. Bu inanç şekli, OKB'si olan kişilerde obsesyon kompulsiyonları sürdürücü bir işlev görebilir. Dış dünyadaki olayların kontrol edilebilirliği inancının düşünce-eylem kaynaşmasında görülen düşünceyi kontrolden daha farklı bir boyutta yeni araştırmalarla incelenmesi, OKB'yi anlamada ve tedavi sürecinde fikir verici olacaktır.

PE-WEÜR zarar verme düşünceleri ile DİVÖ kontrol, pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmada, OKB teşhisi almış kişilerin başkalarına ve kendilerine zarar vermeye yönelik düşünceleri arttıkça dış dünyada olan olayları kendi menfaatleri doğrultusunda kontrol edebileceklerine dair inançları da artmaktadır. Kontrol varsayımı olayların ortaya çıkışında tesadüfün etkisinden ziyade bireyin davranışlarının etkisinin belirleyici olduğunu vurgulamaktadır. Kontrol varsayımının düşük olması, bireyin, olayların ortaya çıkışında kendi benliğine atfettiği sorumluluk algısını dış dünyaya yöneltmesi anlamına gelecektir. Buradan hareketle, kontrol varsayımının düşük olması OKB teşhisi almamış bireyler için beklenen bir sonuçtur. Kontrol varsayımına sahip kişilerin bu varsayımları ile çelişen obsesif düşüncelere sahip olmaları OKB'nin doğasına uygun bir sonuçtur. Obsesif düşünceyi depresif ya da kaygılı negatif düşünceden ayıran temel özellik, obsesif düşüncenin benlik ile uyumsuz olmasıdır (APA, 2013). OKB'si olan kişilerde benlik ile uyumsuz düşüncelere sahip olmak, birey için benlik algısını tehdit edici bir rol oynamaktadır (Purdon ve Clark, 1999). Olayların ortaya çıkışının ve sonuçların kontrol edilebilirliğine inanan kişilerin kendilerine veya başkalarına zarar vermeye ilişkin düşüncelerini yok saymaları, bu düşüncelerin, kişinin benliğine yabancı doğasından ötürü zorlayıcı olması OKB ile teorik anlamda uyumludur. Obsesif kompulsif bilişlerin OKB ile ilişkisine ilaveten bireyin kendisine ve dünyaya ilişkin varsayımlarının OKB ile ilişkisini araştıran daha fazla çalışmanın varlığı, OKB ile ilgili teorik ve klinik uygulamalara katkı sağlayıcı olacaktır.

PE-WEÜR zarar verme dürtüsü ve zarar verme düşünceleri ile DİVÖ kendilik değeri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Kendisi ile ilgili olumsuz düşüncelere sahip, kişisel özelliklerinden ötürü rahatsızlık duyan, kendisini kötü kişi

olarak nitelendiren OKB tanısı almış bireyler kendilerine ya da başkalarına zarar vermeye yönelik dürtü ve düşünceleri yoğun yaşamaktadırlar. Zarar verme dürtü ve düşünceleri PE-WEÜR’nda iki farklı alt ölçekle ölçülmektedir. Bu iki alt ölçek kişinin kendisine, diğer insanlara, hayvan ve eşyalara zarar verme ile ilgili düşünce ve dürtülerine işaret etmektedir. İki alt ölçeğin farkı ise dürtü ve düşüncelerin ayrı ayrı ele alınmış olmasıdır. Kendilik değeri alt ölçeğinde bulunan bireyin kendisine dair “kötü biri” şeklindeki değerlendirmeleri yukarıda sözü geçen semptom alanları ile anlamsal olarak ilişkilidir. OKB’si olan kişiler, kendilerinin sahip oldukları düşüncelerin dış dünya üzerinde zarar verici etkisi olduğuna inanmaktadırlar (Rachman, 1997). Olasılık düşünce-eylem füzyonu olarak da kavramsallaştırılan kötü düşüncelere sahip olmak bu düşüncelerin gerçekleşme riskini artırır inancı, OKB hastaları tarafından düşüncenin tek başına olumsuz olayların gerçekleşmesine etki edebilir olarak kabul edildiğini vurgulamaktadır (Thordarson ve Shafran, 2002). Bu araştırma, sonuçları açısından değerlendirildiğinde; bireyin zarar verme dürtü ve düşüncelerine sahip olması, kendisini zarar verme davranışı göstermiş gibi algılamasına ve kötü biri olarak değerlendirmesine neden olmuş olabilir. Kendilik değeri üzerinden değerlendirildiğinde ise, kendisini kötü ve ahlak dışı, olarak değerlendiren, kişisel özelliklerinden ötürü kendisinden utanç duyan kişiler başka insanlara ya da kendilerine zarar vermeye yönelik dürtü ve düşüncelere daha yoğun anlamlar yüklemeye yatkın olabilirler.

PE-WEÜR düzenleme ile DİVÖ şans, pozitif yönde almalı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Düzenleme kompulsiyonları olan OKB teşhisi almış kişilerin bu çalışmada kendilerini bireysel anlamda ve diğer kişilerle kıyaslandığında daha şanslı olarak değerlendirdikleri görülmüştür. OKB’ nin doğası ile uyum dikkate alındığında, obsesif kompulsif semptomlar ile şans arasında negatif yönde bir ilişki olması beklenmektedir. Şans kavramı kendi içerisinde tesadüf ile bağlantılı bir kavramdır. Bireysel anlamda şanslı olmak kişinin davranışları ile kontrol edilebileceği bir durum değildir. OKB’si olan kişilerin kompulsiyonları davranış üzerinden bir kontrol sağlama çabasına işaretir. Bu durumda, kendisini şanslı olarak değerlendiren kişilerin kompulsif kontrollere daha az ihtiyaç duymaları OKB ile daha uyumlu bir tablo ortaya koyacaktır. Düzenleme/şans arasındaki ilişki değerlendirilirken düzenleme alt ölçeğinin üç sorudan oluştuğu dikkate alınmalıdır. PE-WEÜR güvenilirlik geçerlilik çalışmasında öz bakım ritüelleri olarak ele

alınan düzenleme alt ölçeğinin soru sayısı açısından yetersiz olduğu ifade edilmiştir (Yorulmaz ve ark., 2007). DİVÖ şans alt ölçeği de dört sorudan oluşmaktadır. Her iki ölçeğin de soru sayısının az olması, ölçülmesi gereken alanların yeterince ölçülememiş olmasına ve buna bağlı olarak elde edilen sonucun anlamsız olmasına neden olabilir.

DİVÖ iyilik, adalet ve rastlantı alt boyutları bu çalışmada, obsesif kompulsif semptom ile yoğunluğu düşük düzeyde ilişkilidir. İyilik, adalet ve rastlantı alt ölçekleri Janoff-Bulman'ın (1989,1991) dünya görüşü modelinde dünyanın iyiliği ve anlamlılığı alt boyutlarını ölçmektedir. Bu çalışmada dünyaya ilişkin varsayımlar alanına ait dünyanın anlamlılığı boyutunun obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisinin çıkarımsal anlamda gözardı edilecek düzeyde düşük olması, araştırma hipotezini desteklemeyecek yöndedir. Bu durumun olası açıklamaları incelendiğinde, DİVÖ' nün travma mağduru bireylerin travma sonrası dünyaya ve kendi benliklerine ilişkin varsayımlarını tanımlayıcı veriler elde etme amacı ile geliştirilmiş bir ölçek olduğu (Yılmaz, 2008) ve Doron ve arkadaşlarının (2007) bu ölçeği OKB ile ilgili çalışmada ilk defa kullanmış oldukları (yazarın bilgisine göre) bilgisi dikkate alınmalıdır. Bireyin dış dünyanın anlamlılığı ve adil olup olmadığına ilişkin algısı travmatik yaşam deneyimleri sonucunda farklılaşmaktadır (Janoff-Bulman, 1989,1991). Dünyanın adaleti OKB açısından ele alındığında ise, OKB teşhisi almış bireylerin, dış dünyanın adaleti yerine bireysel sorumluluk ya da suçluluk duygularına odaklanabilme olasılıkları dikkate alınmalıdır. Dünyanın adaleti veya tesadüflüğünden ziyade kişinin kendisini ne ölçüde iyi/kötü algıladığı bu çalışmada öne çıkan bir sonuç olmuştur.

OKB literatürü incelendiğinde hastalığın ortaya çıkardığı nöropsikolojik bozulma soyut düşünme kapasitesinin de sürdürüldüğü yürütücü işlevler (executive functioning) alanındadır. Harris ve Dinn (2003), OKB tanısı almış bireylerin nöropsikolojik açıdan değerlendirilmeleri sonucunda, özellikle beynin prefrontal bölgesinde fonksiyon bozuklukları gözlemlendiğini ve orbitofrontal korteks ve dorsolateral prefrontal neo korteksteki işlev bozukluklarının OKB'li bireylerde gözlemlenen bilişsel sorunlarla ilgili olabileceğini öne sürmüşlerdir. DİVÖ'yü oluşturan ölçek maddelerinin soyut düşünme kapasitesi gerektirmesi ve bazı maddelerin olumlu sözcüklerle olumsuz anlam içermesi ya da tam tersi olumlu sözcüklerle olumsuz anlam içermesi (Yılmaz, 2008) ölçek

maddelerinin yukarıda ortaya konulan nöropsikolojik bozulma olasılığı dikkate alındığında, OKB hastaları açısından anlaşılmasını güçleştirmiş olabilir. Bu ölçeğin OKB tanısı almış örneklem ile literatürde ilk defa bu çalışmada kullanılmış olması bu noktada karşılaştırma yapmayı olanaksız kılmaktadır.

4.3.Olumsuz Kendilik Değeri ve Dünyanın Adaletine İlişkin Algının Obsesif/Kompulsif Semptomlarla İlişkisi

Araştırmanın son hipotezi DİVÖ kendilik değerinin, obsesif kompulsif semptomlarla negatif yönde, dünyanın adaleti varsayımının ise pozitif yönde ilişkili olacağını ileri sürmektedir.

Araştırma problemi örnekleme ait verilerin pearson korelasyon analizi kullanılması ile test edilmiştir. Analiz sonuçları incelendiğinde, DİVÖ kendilik değerinin PE-WEÜR zarar verme düşünceleri ve zarar verme dürtüleri ile istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Bu araştırmaya katılan OKB teşhisi almış bireylerin kendilik değerleri azaldıkça zarar verme dürtü ve düşünceleri yoğunlaşmaktadır. Bir önceki bölümde benzer şekilde açıklandığı üzere, elde edilen bu sonuç OKB teşhisi almış kişilerin kendi benlikleri ile ilgili olumsuz değerlendirmeleri kendilerine ve diğer insanlara zarar vermeye yönelik obsesyonlara daha yoğun maruz kalmalarına neden olabilmektedir. Zarar verme ya da zarar görme düşünceleri ve dürtüleri OKB açısından bireyi kendi benliğini sorgulamaya iten içeriklerdir. “Eğer herhangi birine zarar verme ile ilgili düşünceler aklımdan geçiyorsa, bu benim kötü biri olduğum anlamına gelir” şeklindedüşüncelere yapılan yorumlar OKB teşhisi almış bireylerde sıklıkla görülebilmektedir. Örnek verilen ifadede de olduğu gibi OKB teşhisi almış kişiler, zihinlerinden geçen düşüncelerle ilgili doğrudan yorum yapma eğilimindedirler. Bu yorumlar kişinin benlik yapılanmasını tehdit edici, yıkıcı özelliktedir. Benlik yapılanması ve girici düşüncelere hassasiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, OKB’si olan kişilerde yoğun ölçüde bozucu girici düşünceler, daha az yoğun olanlara göre daha anlamlı ve saygın kendilik alanlarıyla çatışmalı olarak değerlendirilmiştir (Rowa ve ark., 2005; Bhar ve Kyrios, 2000). Ferrier ve Brewin (2005) tarafından yapılan bir çalışmada OKB hastalarının girici düşünceleri aşırı sorumluluk ve negatif karakter özellikleri açısından yorumlayıp yorumlamadıkları

incelenmiştir. Sözü geçen çalışmanın sonucunda, OKB teşhisi almış kişilerin kontrol grubuna göre girici düşüncelere sahip olmayı, kendileri ile ilgili ahlaka aykırı olma ve çıldırma gibi özelliklerle karakterize “korkulan benlik” yorumuyla değerlendirdiklerini ortaya koymuşlardır. Mevcut araştırmada elde edilen kendilik değeri/zarar verme dürtü ve düşünce semptom alanları arasındaki ilişki, literatürde sözü geçen araştırmalarla kavramsal anlamda uyumludur. Kendilik değerinin zarar verme dürtü ve düşünce semptomları dışında, diğer semptom alanları ile anlamlı düzeyde ilişkili olmaması, kendilik değeri / OKB ilişkisi açısından daha geçerli ve güvenilir bir ölçekle test etme ihtiyacını ortaya koymaktadır.

DİVÖ kendilik değeri ile PE-WEÜR kontrol etme ve kirlenme istatistiksel açıdan düşük düzeyde negatif yönde ilişkili bulunmuştur. DİVÖ adalet ile PE-WEÜR kontrol etme, düzenleme ve zarar verme düşünceleri ile istatistiksel açıdan düşük düzeyde, pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Anlamlılık düzeyinin yetersiz olması bu sonuçların göz ardı edilmesine neden olmuştur. Adalet varsayımlarının obsesif kompulsif semptom alanları ile anlamlı düzeyde ilişkili olmaması, yukarıda da ifade edildiği üzere, bu çalışmanın hipotezlerini desteklememektedir. Bu sonuç ayrıca, Doron arkadaşlarının (2007) bulguları ile de örtüşmemektedir.

Bu araştırmanın üç hipotezinde anlamlı bulunan obsesif kompulsif biliş ve belirtilerin kendilik değeri alanı ile ilişkisi OKB literatüründe benlik algısı kavramının incelendiği çalışmalarla (Doron ve ark. 2005, 2007; Guidano ve Liotti, 1983, 192; Bhar ve Kyrios, 2008; Ferrier ve Brewin, 2005; Nikodijevic ve ark., 2015; Doron ve ark., 2012) paralellik göstermektedir. DİVÖ kendilik değeri alt ölçeğinin dört maddeden oluşuyor olması ve Türkiye örnekleminde yapılmış güvenilirlik geçerlilik çalışmasında düşük tutarlılık katsayısına sahip olması bu çalışmanın sonuçları değerlendirilirken göz önünde bulundurulması gereken bir diğer etmendir. Bu çalışma dünyaya ilişkin varsayım alanlarının OKB ile ilişkisini, Türkiye örnekleminde OKB teşhisi almış bireylerde inceleyen ilk çalışmadır. Dünyaya ilişkin varsayım alanlarının Türkiye örnekleminde normal örneklem ve OKB dışındaki patolojilerin de dahil edileceği karşılaştırmalı klinik örneklem ile daha geniş kapsamlı çalışmalarda incelenmesi sözü geçen varsayım alanlarının Türk insanı açısından ne derece anlamlı olduğunu belirlemede literatüre katkı

sağlayacaktır.

4.4. Araştırmanın Klinik Uygulamalara Katkıları

OKB'yi anlamada ve etkin tedavi yöntemleri geliştirmede önemli olduğu öne sürülen temel bireysel değerler, bireyin kendilik algısı ve dış dünyaya ilişkin temel varsayımları gibi bilişsel-duyuşsal yatkınlık alanlarının obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisini inceleyen çalışmaların kısıtlı sayıda olması, bu çalışmanın dayandırıldığı temel nokta olmuştur. Doron ve ark. (2005) tarafından kavramsallaştırılan ve yine Doron ve arkadaşları (2007) tarafından normal örneklem ile test edilen OKB'nin çok yönlü dünya görüşü modeli bu çalışmada OKB teşhisi almış kişilerden oluşan örneklem ile incelenmiştir. OKB teşhisi almış kişilerin bu çalışmada öne çıkan kavramları incelemede kullanılıyor olması bu çalışmanın için güçlü bir yön olabilir. Bu çalışmada vurgulanan OKB'nin çok yönlü dünya görüşü modeline ait kavramların Türkiye örnekleminde ilk defa bu çalışma ile inceleniyor olması, sözü geçen kavramların Türk insanının OKB'ye yatkınlığını anlamada ne kadar anlamlı olduğu noktasında literatüre katkı sağlayıcı olabilir.

DİVÖ ile ölçülen dünyaya ilişkin varsayım alanlarından kendilik değeri alanının bu çalışmada OKB ile ilişkili, anlamlı sonuçlar vermesi OKB'yi anlama ve terapi sürecinde bireyin kendisi ile ilgili algısına odaklanmanın önemine vurgu yapıyor olması, klinik uygulamalar için katkı sağlayıcı olabileceği düşünülmektedir. Bireyin özgün kendilik değerlendirmesinin terapi sürecinde dikkate alınmasının ve bireyin olumlu kendilik değerlendirmesi kazanmasına yönelik bir terapi hedefi oluşturulmasının, OKB kliniğinde gözlemlenen tedaviye dirençli yapı düşünüldüğünde, terapi sürecine olumlu katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. OKB'si olan kişilerle yapılan terapi uygulamalarında, bilişsel davranışçı terapide öne çıkan otomatik düşünce veya bilişsel çarpıtmalara ilaveten, kişinin varsayım ve inanç alanlarının sürece dahil edilmesinin terapistin kişi ile ilgili formülasyonuna fayda sağlayabileceği düşünülmektedir.

4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecekteki Çalışmalar için Öneriler

Bu araştırmada kullanılan DİVÖ, travma mağduru bireylerin travma sonrası dünyaya ve kendi benliklerine ilişkin varsayımlarını tanımlayıcı veriler elde etme amacı ile geliştirilmiş bir ölçektir (Yılmaz, 2008). OKB literatüründe bu ölçeği kullanan tek çalışma (yazarın bilgisine göre) Doron ve arkadaşlarına (2007) aittir. Bu ölçek, OKB teşhisi almış bireylerden oluşan örneklem ile ilk defa bu çalışmada kullanılmıştır.

DİVÖ'nün Türkiye örnekleme ile yapılan güvenirlik/geçerlilik çalışmasında (Yılmaz, 2008) elde edilen iç tutarlılık katsayıları, bu araştırmada anlamlı sonuçlar elde edilen kendilik değeri alt ölçeğinde düşük bulunmuştur ($\alpha = .13$). Ancak bu çalışmada kendilik değerine ait iç tutarlılık katsayısı .52 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada DİVÖ'ye ait tutarlılık katsayıları güvenirlik/geçerlilik çalışmasıyla kıyaslandığında yüksek bulunmuştur. Bu çalışmada, yalnızca rastlantı alt ölçeğine ait iç tutarlılık katsayısı güvenirlik/geçerlilik çalışmasına göre daha düşüktür ($\alpha = .25$).

DİVÖ kendilik değeri alt ölçeğindeki soru sayısının yetersiz olmasına rağmen kendilik değeri alanının OKB ile ilişkili bulunması, kendilik değeri alanının OKB çalışmalarında daha güvenilir bir ölçme aracı kullanılarak daha fazla çalışma ile incelenmesinin literatüre ve klinik uygulamalara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

5. KAYNAKLAR

- Aardema, F. ve O'Connor, K. (2003). Seeing white bears that are not there: Inference processes in obsessions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 17(1), 23-37.
- Aardema, F. ve O'Connor, K. (2007). The menace within: Obsessions and the self. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(3), 182-197.
- Aardema, F., Wu, K. D., Careau, Y., O'Connor, K., Julien, D. ve Dennie, S. (2010). The expanded version of the Inferential Confusion Questionnaire: further development and validation in clinical and non-clinical samples. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(3), 448-462.
- Abramowitz, J.S., Whiteside, S., Kalsy, S.A. ve Tolin, D.F. (2003). Thought control strategies in obsessive-compulsive disorder: a replication and extension. *Behavior Research and Therapy*, 41 (2003), 529-540.
- Abromowitz, J.S., Deacon, B.J., Woods, C. M., & Tolin, D.F. (2004). Association between protestant religiosity and obsessive-compulsive symptom and cognitions. *Depression and Anxiety*, 20, 70-76.
- Abramowitz, J. S. (2006). *Understanding and Treating Obsessive-Compulsive Disorder: A Cognitive-Behavioral Approach*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ainsworth, Mary S. "Infant–mother attachment." *American psychologist* 34.10 (1979): 932.
- Altın, M. ve Karancı, A. N. (2008). How does locus of control and inflated sense of responsibility relate to obsessive-compulsive symptoms in Turkish adolescents?. *Journal of anxiety disorders*, 22(8), 1303-1315.
- American Psychiatric Association (2013): *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Amir, M. Freshman, B. Ramsey, E. Neary, B. Brigidi (2001). *Thought–action fusion in individuals with OCD symptoms*, *Behaviour Research and Therapy*, 39, 765-776.
- Arntz, A., Voncken, M. ve Goosen, A. C. (2007). Responsibility and obsessive compulsive disorder: An experimental test. *Behaviour research and therapy*, 45(3), 425-435.
- Bandura, A. (1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of applied sport psychology*, 2(2), 128-163.
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55(11), 1247.

- Barlow, D.H. (2008). *Clinical Handbook of Psychological Disorders*. New York: The Guildford Press.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Penguin Inc.
- Beck, A. T. ve Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. *Behaviour research and therapy*, 35(1), 49-58.
- Belloch, M., Morillo, C., Lucero, M., Cabedo, E. ve Carrio, C. (2004). Intrusive thoughts in non-clinical subjects: the role of frequency and unpleasantness on appraisal ratings and control strategies. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 100-110.
- Belloch, A., Carrió, C., Cabedo, E. ve García-Soriano, G. (2015). Discovering what is hidden: The role of non-ritualized covert neutralizing strategies in Obsessive–Compulsive Disorder. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 49, 180-187.
- Berrios, G.E. (1989). Obsessive-compulsive disorder: Its conceptual history in France during the 19th century. *Comprehensive Psychiatry*, 30 (4), 283-295).
- Berry, L. M. ve Laskey, B. (2012). A review of obsessive intrusive thoughts in the general population. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1(2), 125-132.
- Berle, D. ve Starcevic, V. (2005). Thought–action fusion: Review of the literature and future directions. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 263-284.
- Bhar, S. S. ve Kyrios, M. (1999). Cognitive personality styles associated with depressive and obsessive compulsive phenomena in a non-clinical sample. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 27(04), 329-343.
- Bhar, S. ve Kyrios, M. (2000). *Ambivalent self-esteem as meta-vulnerability for obsessive-compulsive disorder. Self-concept theory, research and practice: Advances from the new millennium*. Sydney, Australia: Self research Centre.
- Bhar, S. (2004). *Ambivalent Sense of Self and Obsessive Compulsive Disorder*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Melbourne.
- Bhar, S. ve Kyrios, M. (2007). An investigation of self ambivalence in obsessive-compulsive disorder. *Behavior Research and Therapy*, 45 (8), 1845-1857.
- Blatt, S. J. ve Shichman, S., (1983). Two primary configurations of psychopathology. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 6, 187-254.
- Blatt, S. J., Auerbach, J. S. ve Levy, K. (1997). Mental representation in personality development, psychopathology, and the therapeutic process. *Review of General Psychology*, 1(4), 351-374.

- Bloch, M.H., Landeros-Weisenberger, A., Rosario, M.C., Pittenger, C. ve Leckman, J.F. (2008). Meta-analysis of symptom structure of obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 165 (12), 1532-1542.
- Bong, M. ve Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really?. *Educational psychology review*, 15(1), 1-40.
- Boysan, M., Beşiroğlu, L., Çetinkaya, N., Atlı, A. ve Aydın, A. (2010). Obsesif inanışlar ölçeği-44'ün (OIÖ-44) Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 216-222.
- Bouman, T. K. (2003). Intra-and interpersonal consequences of experimentally induced concealment. *Behaviour research and therapy*, 41(8), 959-968.
- Brown, T., Campbell, L., Lehman, C., Grisham, J. ve Mancill, R. (2001). Current and lifetime comorbidity of the DSM-IV anxiety and mood disorders in a large clinical sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 110(4), 585-599.
- Burger, J. M. (1984). Desire for control, locus of control, and proneness to depression. *Journal of personality*, 52(1), 71-89.
- Burns, G. L., Keortge, S. G., Formea, G. M. ve 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.
- Carr, A. T. (1971). Compulsive neurosis: Two psychological studies. *Bulletin of the British Psychological Society*, 24, 256-257.
- Carr, A. T. (1974). Compulsive neurosis: A review of the literature. *Psychological Bulletin*, 81, 311-318.
- Clark, D. M. (1986). A cognitive approach to panic. *Behaviour research and Therapy*, 24(4), 461-470.
- Clark, D. A., ve Purdon, C. (1993). New perspectives for a cognitive theory of obsessions. *Australian Psychologist*, 28, 161-167.
- Clark, D. A. ve Purdon, C. L. (1995). The assessment of unwanted intrusive thoughts: A review and critique of the literature. *Behaviour Research and Therapy*, 33(8), 967-976.
- Clark, D. A., Purdon, C., ve Wang, A. (2003). The Meta-Cognitive Belief Questionnaire: development of a measure of obsessional beliefs. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 655-669
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive – behavioral therapy for OCD*. Newyork: The Guilford Press.
- Cooley, C. H. (1902). The looking-glass self. *O'Brien*, 126-128.
- Cogle, J. R., Lee, H. J. ve Salkovskis, P. M. (2007). Are responsibility beliefs inflated in

- non-checking OCD patients?. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 153-159.
- Crocker, J., Fiske, S. T. ve Taylor, S. E. (1984). Schematic bases of belief change. In *Attitudinal judgment* (pp. 197-226). Springer New York.
- Dağ, İ. (2002). Kontrol odağı ölçeği (KOÖ): Ölçek geliştirme, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 77-90.
- Damon, W. ve Hart, D. (1982). The development of self-understanding from infancy through adolescence. *Child development*, 841-864.
- Denys, D., de Geus, F., van Megen, H. J. ve Westenberg, H. G. (2004). A double-blind randomized placebo-controlled trial of quetiapine addition in patients with obsessive-compulsive disorder refractory to serotonin reuptake inhibitors. *Journal of Clinical Psychiatry*, 65 (8), 1040-1048.
- 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.
- Doron, G., Kyrios, M., Moulding, R., Nedeljkovic, M., & Bhar, S. (2007). We do not see things as they are, we see them as we are: A multidimensional worldview model of obsessive-compulsive disorder. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 21(3), 217-231.
- Doron, G., Kyrios, M. ve Moulding, R. (2007). Sensitive domains of self-concept in obsessive-compulsive disorder (OCD): Further evidence for a multidimensional model of OCD. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(3), 433-444.
- Doron, G., Sar-El, D. ve Mikulincer, M. (2012). Threats to moral self-perceptions trigger obsessive compulsive contamination-related behavioral tendencies. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 43(3), 884-890.
- Dugas, M. J., Buhr, K. ve Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in the etiology and maintenance of generalized anxiety disorder. In Heinberg, R. G., Turk, C. L. ve Mennin, D. S. (Eds.), *Advances in Research and Practice*. New York: Guildford Press.
- Dugas, M. J., Hedayati, M., Karavidas, A., Buhr, K., Francis, K. ve Phillips, N. A. (2005). Intolerance of uncertainty and information processing: Evidence of biased recall and interpretations. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 57-70.
- Einstein, D. A., ve Menzies, R. G. (2004a). The presence of magical thinking in obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 42(5), 539-549.
- Einstein, D. A. ve Menzies, R. G. (2004b). Role of magical thinking in obsessive-compulsive symptoms in an undergraduate sample. *Depression and Anxiety*, 19(3), 174-179.

- Epstein, S. (1973). The self-concept revisited: Or a theory of a theory. *American psychologist*, 28(5), 404.
- Epstein, S. ve Morling, B. (1995). Is the self motivated to do more than enhance and/or verify itself?. In *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 9-29). Springer US.
- Faull, M., Joseph, S., Meaden, A. ve Lawrence, T. (2004). Obsessive beliefs and their relation to obsessive-compulsive symptoms. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(3), 158-167.
- Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis*. New York: W. W. Norton Company.
- Ferrier S, Brewin C. 2005. Feared Identity and obsessive compulsive disorder. *Behavior Research Therapy*, 43:1363-1374.
- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A., ve Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 21(2), 119-138.
- Flavell, J. H., Miller, P. H. ve Miller, S. A. (1985). *Cognitive development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Fontenelle, L. F., Mendlowicz, M. V., Marques, C. ve Versiani, M. (2004). Trans-cultural aspects of obsessive-compulsive disorder: a description of a Brazilian sample and a systematic review of international clinical studies. *Journal of Psychiatric Research*, 38(4), 403-411.
- Forrester, E., Wilson, C. ve Salkovskis, P. M. (2002). The occurrences of intrusive thoughts transforms meaning in ambiguous situations: An experimental study. *Behavioural Cognitive Psychotherapy*, 30, 143-152
- Freston, M. H., Ladouceur, R., Gagnon, F. ve Thibodeau, N. (1993). Beliefs about obsessional thoughts. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 15 (1), 1-21.
- Freston, M. H., Ladouceur, R., Rheaume, J., Letarte, H., Gagnon, F. ve Thibodeau, N. (1994). Self-report of obsessions and worry. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 29-36.
- Freston, M. H., Rheaume, J. ve Ladouceur, R. (1996). Correcting faulty appraisals of obsessional thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, 34(5), 433-446.
- Freston, M. H. ve Ladouceur, R. (1998). The Cognitive-Behavioral Treatment. *International handbook of cognitive and behavioural treatments for psychological disorders*, 129.
- Freud, S. (1959). Inhibitions, symptoms and anxiety. In J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. London:

Hogarth Press

- Frost, O. F., Novara, C. ve Rheaume, J. (2002). Perfectionism in obsessive-compulsive disorder. In R.O. Frost & G. Steketee (Ed.), *Cognitive approaches to obsessions and compulsions* (s. 91-105). London: Elsevier.
- Frost, R. O., & Steketee, G. (Eds.). (2002). *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment, and treatment*. Elsevier.
- Gibbs, N. A. (1996). Nonclinical populations in research on obsessive-compulsive disorder: a critical review. *Clinical Psychology Review*, 16(8), 729-773.
- Guidano, V. F. ve Liotti, G. (1983). Obsessive-compulsive patterns. In V. F. Guidano (ed.), *Cognitive processes and emotional disorders* (s. 243-275). New York: Guilford.
- Harter, S. (1996). Historical roots of contemporary issues involving self-concept. Harter, S. (1998). The development of self-representations. *Handbook of child psychology*, 3, 553-617.
- Harter, S. ve Whitesell, N. R. (2003). Beyond the debate: why some adolescents report stable self-worth over time and situation, whereas others report changes in self-worth. *Journal of Personality*, 71(6), 1027-1058.
- Hastie, R. (1981). Schematic principles in human memory. In *Social Cognition: The Ontario Symposium* (Vol. 1, pp. 39-88). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Heyman I., Fombonne E., Simmons H., Ford T., Meltzer H. ve Goodman R., (2003). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in the British nationwide survey of child mental health. *International Review Psychiatry*, 15, 178-84.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological review*, 94(3), 319.
- Hoffart, A. ve Martinsen, E. W. (1990). Agoraphobia, depression, mental health locus of control, and attributional styles. *Cognitive Therapy and Research*, 14(3), 343-351.
- Holaway, R.M., Heimberg, R.G. ve Coles, M.E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorders. *Anxiety Disorders*, 20, 158-174.
- Holder, E. E. ve Levi, D. J. (1988). Mental health and locus of control: SCL- 90- R and Levenson's IPC scales. *Journal of clinical psychology*, 44(5), 753-755.
- Jakes, I. (1996). *Theoretical approaches to obsessive-compulsive disorder*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Janoff-Bulman, R. (1979). Characterological versus behavioral self-blame: inquiries into depression and rape. *Journal of personality and social psychology*, 37(10), 1798.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events:

- Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 7, 113-136.
- Janoff-Bulman, R. (1991). Understanding people in terms of their assumptive worlds. In D. Ozer, J. M. Healy, Jr. ve A. J. Stewart (Eds.), *Perspectives in personality: A research annual* (pp. 99-116). London: Jessica Kingsley.
- Julien, D., O'Connor, K. P., Aardema, F. ve Todorov, C. (2006). The specificity of belief domains in obsessive-compulsive symptom subtypes. *Personality and Individual Differences*, 41(7), 1205-1216.
- Kline, P. (1968). Obsessional traits, obsessional symptoms and anal erotism. *British Journal of Medical Psychology*, 41(3), 299-305.
- Kempke, S. ve Luyten, P., (2007). Psychodynamic and cognitive-behavioral approaches of Obsessive-Compulsive Disorder: Is it time to work through our ambivalence? *Bulletin of the Menninger Clinic*, 71, 291-311
- Kennedy, B. L., Lynch, G. V. ve Schwab, J. J. (1998). Assessment of locus of control in patients with anxiety and depressive disorders. *Journal of Clinical Psychology*, 54(4), 509-515.
- Kessler R., Berglund P., Demler O., Jin R. ve Walters E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62, 593-602.
- Koltko-Rivera, M. E., Ganey, H. C. N., Dilton, J. ve Hancock, P. (2004). Worldview and acculturation as predictors of performance: Addressing these variables in human factors/ergonomics research. *Review of General Psychology*, 8 (1), 3-58.
- Ladouceur, R., Leger, E., Rheume, J. ve Dube, D. (1996) Correction of inflated responsibility in the treatment of obsessive-compulsive disorder. *Behavioral Research Therapy*, 34, 767-774.
- Lee, H. J. ve Kwon, S. M. (2003). Two different types of obsession: Autogenous obsessions and reactive obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 41(1), 11-29.
- Lee, H. J., Kwon, S. M., Kwon, J. S., & Telch, M. J. (2005). Testing the autogenous-reactive model of obsessions. *Depression and Anxiety*, 21(3), 118-129.
- Langlois, F., Freeston, M. H. ve Ladouceur, R. (2000). Differences and similarities between obsessive intrusive thoughts and worry in non-clinical population: study 1. *Behavior Research and Therapy*, 38, 157-173.
- Lewin, A.B. ve Piacentini, J. (2010). Evidence-based assessment of child obsessive compulsive disorder: Recommendations for clinical practice and treatment research. *Child & Youth Care Forum*, 39(2), 73-8.

- Likierman, H. ve Rachman, S. (1982). Obsessions: An experimental investigation of thought-stopping and habituation training. *Behavioral Psychotherapy*, 101, 324-338.
- Mancini, F., ve Gangemi, A. (2004). Fear of guilt from behaving irresponsibly in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35, 109-120.
- Marsh, H. W., Craven, R. G., ve Debus, R. (1991). Self-concepts of young children 5 to 8 years of age: Measurement and multidimensional structure. *Journal of educational Psychology*, 83(3), 377.
- Mataix-Cols, D., Rauch, S., Baer, L., Eisen, J.L., Shera, D. M., Goodman, R., (2002). Symptom stability in adult obsessive-compulsive disorder: data from a naturalistic two-year follow-up study. *American Journal of Psychiatry*, 159: 263–68.
- Mead, G. H. (1934). Mind, self, and society: From the standpoint of a social behaviorist (Works of George Herbert Mead, Vol. 1).
- McFall, M. E. ve Wollersheim, J. P. (1979). Obsessive– compulsive neurosis: A cognitive behavioral formulation and approach to treatment. *Cognitive Therapy and Research*, 3, 333–348.
- Messer, B. ve Harter, S. (1986). Adult Self Perception Profile. Unpublished manual (University of Denver).
- Miceli, M. (1991). How to make someone feel guilty: Strategies of guilt inducement and their goals. *Journal for the Theory of Social Behaviour*. 22.8 I-104.
- Morillo, C., Belloch, A. ve Garcia-Soriano, G. (2007). Clinical obsessions in obsessive-compulsive patients and obsession-relevant intrusive thought in non-clinical, depressed and anxious subjects: Where are the differences? *Behavior Research and Therapy*, 45, 1319-1333.
- Moulding, R. ve Kyrios, M. (2006). Anxiety disorders and control related beliefs: the exemplar of obsessive-compulsive disorder (OCD). *Clinical Psychology Review*, 26, 573-583.
- Moulding, R., Doron, G., Kyrios, M., Nedeljkovic, M. (2008). Desire for control, sense of control and obsessive-compulsive checking: An extension to clinical samples. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1472-1479.
- Moulding, R., Coles, M. E., Abramowitz, J. S., Alcolado, G. M., Alonso, P., Belloch, A. vd. (2014). Part 2. They scare because we care: The relationship between obsessive intrusive thoughts and appraisals and control strategies across 15 cities. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3 (2014), 280-291.

- Mowrer, O. H. (1939). A stimulus-response analysis of anxiety and its role as a reinforcing agent. *Psychological Review*, 46(6), 553.
- Nemiah, J. C. (1988). Psychoneurotic disorders. *The New Harvard Guide to Psychiatry*, 234-258.
- Newth, S., & Rachman, S. (2001). The concealment of obsessions. *Behaviour research and therapy*, 39(4), 457-464.
- Nikodijevic, A., Moulding, R., Anglim, J., Aardema, F. ve Nedeljkovic, M. (2015). Fear of self, doubt and obsessive compulsive symptoms. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (OCCWG). (1997). Cognitive assessment of obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 667-681.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (2001). Development and initial validation of the obsessive belief questionnaire and the interpretation of intrusions inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 987-1006.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group. (2003). Psychometric validation of the obsessive beliefs questionnaire and the interpretation of intrusions inventory: Part I. *Behaviour Research and Therapy*, 41(8), 863-878.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (OCCWG). (2005). Psychometric validation of the Obsessive Belief Questionnaire and Interpretation of Intrusions Inventory-Part 2: Factor analyses and testing of a brief version. *Behavior Research Therapy*, 43, 1527-42.
- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 379.
- Oosterwegel, A., ve Oppenheimer, L. (1990). Concepts within the self-concept: A developmental study on differentiation. In *The Self-Concept* (pp. 9-21). Springer Berlin Heidelberg.
- Pazvantoğlu, O., Algül, A., Alpay, M., Ateş, S., Sarısoy, G., Ebrinc., vd. (2013). Metacognitive functions in obsessive compulsive disorder in a Turkish clinical population: The relationship between symptom types and metacognition subdimensions. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 23 (1), 99-106
- Parkes, C. M. (1971). Psycho-social transitions: A field for study. *Social Science ve Medicine (1967)*, 5(2), 101-115.
- Parrish, C. L. ve Radomsky, A. S. (2010). Why do people seek reassurance and check

- repeatedly? An investigation of factors involved in compulsive behavior in OCD and depression. *Journal of Anxiety and Depression*, 24, 211-222.
- Poyurovsky, M. ve Koran, L. M. (2005). Obsessive compulsive disorder (OCD) with schizotypy vs. schizophrenia with OCD: diagnostic dilemmas and therapeutic implications. *Journal of Psychiatric Research*, 39, 399-408.
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6, 102-110.
- Purdon, C. (1999). Thought suppression and psychopathology. *Behaviour Research and Therapy*, 37(11), 1029-1054.
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 6(2), 102-110.
- Purdon, C. (2001). Appraisal of obsessional thought recurrences: Impact on anxiety and mood state. *Behavior Therapy*, 32, 47-64.
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (2002). The need to control thoughts. *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment and treatment*, 29-43.
- Purdon, C. (2004). Empirical investigation of thought suppression in OCD. *Journal of Behavior Therapy*, 35, 121-136.
- Purdon, C., Cripps, E., Faull, M., Joseph, S. ve Rowa, K. (2007). Development of a measure of ego dystonicity. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(3), 198-216.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 385-401.
- Rachman, de Silva, P. (1978) Abnormal and normal obsessions. *Behavior Research and Therapy*, 16, 233-238.
- Rachman, S., Hodgson, R. (1980). *Obsessions and compulsions*. New Jersey: Englewood Chiffs.
- Rachman, S., Thordarson, D. S., Shafran, R. ve Woody, S. R. (1995). Perceived responsibility: Structure and significance. *Behaviour, Research and Therapy*, 33, 779-784.
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 793-802.
- Rachman, S. (1981). Unwanted intrusive cognitions. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 3, 89-99.
- Rachman, S. (1993). Obsessions, responsibility, and guilt. *Behavior Research and Therapy*, 31, 149-154.

- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36 (4), 385–401.
- Rachman, S. (2002). A cognitive theory of compulsive checking, *Behavior Research and Therapy*, 40, 625-639.
- Rachman, S. (2006). *The Treatment of Obsessions*. Oxford: Oxford University Press.
- Radomsky, A.S., Ashbaugh, A.R, Gelfand, L.A. ve Dugas, M.J. (2008). Doubting and compulsive checking. In J. Abramowitz, S. Taylor & D. McKay (Eds.), *Obsessive compulsive disorder: Subtypes and spectrum conditions*. The Netherlands: Elsevier Press.
- Rassin, E., Cogle, J. R. ve Muris, P. (2007). Content difference between normal and abnormal obsessions. *Behavior and Research Therapy*, 45, 2800-2803.
- Rasmussen, S. A. ve Tsuang, M. T. (1986). Clinical characteristics and family history in DSM III obsessive–compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 143, 317–382.
- Reuven-Magril, O., Dar, R. ve Liberman, N. (2008). Illusion of control and behavioral control attempts in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 117(2), 334.
- Reuther, E. T., Davis, T. E., Rudy, B. M., Jenkins, W. S., Whiting, S. E. ve May, A. C. (2013). Intolerance of uncertainty as a mediator of the relationship between perfectionism and obsessive compulsive symptom severity. *Depression and anxiety*, 30(8), 773-777.
- Rowa, K., Purdon, C., Summerfeldt, L. J. ve Antony, M. M. (2005). Why are some obsessions more upsetting than others? *Behaviour Research and Therapy*, 43(11), 1453–1465
- Ruscio, A.M., Stein, D.J., Chiu, W.T. ve Kessler, R.C., 2010. The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in the national comorbidity survey replication. *Molecular Psychiatry*, 15, 53–63.
- Salkovskis, P.M. ve Harrison, J. (1984). Abnormal and normal obsessions: A replication. *Behavior Research and Therapy*, 22, 549-552.
- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behavior Research and Therapy*, 23, 571-583.
- Salkovskis, P. M. (1989). Cognitive behavioral factors and persistence of intrusive thoughts obsessional problems. *Behavior Research and Therapy*, 27, 677-682.
- Salkovskis, P. M. (1996). Cognitive-behavioral approaches to the understanding of obsessional problems. In R. Rapee (Ed.), *Current controversies in the anxiety disorders*

- (pp. 103–133). New York: Guilford Press.
- Salkovskis, P. M. (1999). Understanding and treating obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 29-52.
- Salkovskis, P. M. ve Freeston, M. H. (2001). Obsessions, compulsions, motivation, and responsibility for harm. *Australian Journal of Psychology*, 53, 1-6.
- Salkovskis, P., Shafran, R., Rachman, S. ve Freeston, M.H. (1999). Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problems: possible origins and implications for therapy and research. *Behavior Research and Therapy*, 37 (11), 1055-1072.
- Salkovskis, P. M., ve McGuire, J. (2003). Cognitive-behavioral theory of obsessive-compulsive disorder. In: R. Menzies & P. De Silva (Eds.), *Obsessive-compulsive disorder: theory, research, and treatment* (pp. 59–78). Chichester, West Sussex: JohnWiley & Sons Ltd.
- Salkovskis, P. M., Rachman, S. J., Ladouceur, R. ve Freeston, M. (1992). The definition of 'responsibility'. In *World Congress of Behavioural and Cognitive Psychotherapies, Toronto, Canada*.
- Sanavio, E. (1988). Obsessions and compulsions: The Padua Inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 26, 169- 177.
- Shafran, R., Thordarson, D. S. ve Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379-391.
- Shafran, R. (1998). *Childhood obsessive-compulsive disorder*. In P. J. Graham, (Ed), *Cognitive-behavioural therapy for children and families*. New York: Cambridge University Press.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. ve Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of educational research*, 407-441.
- Sherman, D. K. ve Cohen, G. L. (2002). Accepting threatening information: Self-Affirmation and the reduction of defensive biases. *Current Directions in Psychological Science*, 11(4), 119-123.
- Sica, C., Novara, C., Sanavio, E., Dorz, S. ve Coradeschi, D. (2002). Obsessive-compulsive disorder cognitions across cultures. *Cognitive approaches to obsessions and compulsions*. Amsterdam: Pergamon. p, 371-384.
- Sexton, K. A., Norton, P. J., Walker, J. R. ve Norton, G. R. (2003). Hierarchical model of generalized and specific vulnerabilities in anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy*, 32(2), 82-94.
- Siev, J., Huppert, J. D. ve Chambless, D. L. (2010). Obsessive-compulsive disorder is

- associated with less of a distinction between specific acts of omission and commission. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 893-899.
- Skaalvik, E. M. (1997). Self-enhancing and self-defeating ego orientation: Relations with task and avoidance orientation, achievement, self-perceptions, and anxiety. *Journal of educational psychology*, 89(1), 71.
- Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 549–570.
- Sookman, D., Pinard, G. ve Beck, A. T. (2001). Vulnerability schemas in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 15(2), 109-130.
- Sookman, D., Pinard, G. ve Beauchemin, N. (1994). Multidimensional schematic restructuring treatment for obsessions: Theory and practice. *Journal of Cognitive psychotherapy*, 8(3), 175-194.
- Sookman, D. ve Pinard, G. (2002). Uncertainty in Obsessive Compulsive Disorder. *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment, and treatment*, 63.
- Steketee, G., Frost, R. O. ve Cohen, I. (1998). Beliefs in obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 12(6), 525-537.
- Struthers, N. J. ve Johnson, J. T. (1991). Self disclosure and the ‘secret self’: the impact of disclosure on inference of covert emotionality. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 843–858.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory*. New York.
- Swann, W. B. ve Read, S. J. (1981). Self-verification processes: How we sustain our self-conceptions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 17(4), 351-372.
- Ladouceur, R., Leger, E., Rheaume, J. ve Dube, D. (1996). Correction of inflated responsibility in the treatment of obsessive-compulsive disorder. *Behavior Research and Therapy*, 34, 767-774.
- Ladouceur, R., Dugas, M. J., Freeston, M. H., Rheaume, J., Blais, R., Gagnon, F. vd. (1999). Specificity of generalized anxiety disorder symptoms and processes. *Behavior Research and Therapy*, 30, 191–207.
- Lecky, P. (1945). *Self-consistency; a theory of personality*.
- Lewin, A.B. ve Piacentini, J., (2010). Evidence-based assessment of child obsessive compulsive disorder: Recommendations for clinical practice and treatment research. *Child Youth Care Forum*, 39, 73-89.
- Mancini, F. ve Gangemi, A. (2004). Fear of guilt from behaving irresponsibly in obsessive-compulsive disorder, *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35(2),

- Menzies, R., Harris, L., Cumming, S. ve Einstein, D. (2000). The relationship between inflated personal responsibility and exaggerated danger expectancies in obsessive-compulsive concerns. *Behaviour Research and Therapy*, 38(10), 1029–1037.
- Markus, H. ve Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual review of psychology*, 38(1), 299-337.
- Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1224.
- Miceli, M. (1991). How to make someone feel guilty: Strategies of guilt inducement and their goals, *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 22.8 I-104.
- Myers, S. G., Fisher, P. L. ve Wells, A. (2008). Belief domains of the Obsessive Beliefs Questionnaire-44 (OBQ-44) and their specific relationship with obsessive–compulsive symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 475-484.
- Radomsky, A. S., Ashbaugh, A. R., & Gelfand, L. A. (2007). Relationships between anger, symptoms, and cognitive factors in OCD checkers. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2712-2725.
- Rasmussen, S. A. ve Eisen, J. L., (1992). The epidemiology and clinical features of obsessive compulsive disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 15, 743- 758.
- Rawls, J. (1999). *A Theory of Justice (1971)*. na.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory* (p. 491). Boston: Houghton Mifflin.
- Shafran, R. (1997). The manipulation of responsibility in obsessive–compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 397–407.
- Tamam, L., Saygı lı , M. ve Ünal, M. (2003). Obsesif kompulsif bozukluğu olan hastalarda diğer anksiyete bozuklukları nı n komorbiditesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 4, 69-80
- Taylor, S., Coles, M. E., Abramowitz, J. S., Wu, K. D., Olatunji, B. O., Timpano, K. R. ve Tolin, D. F. (2010). How are dysfunctional beliefs related to obsessive-compulsive symptoms?. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 24(3), 165-176.
- Tolin, D.F., Abramowitz, J.S., Brigidi, B. D., &Foa, E.B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17 (2): 233-42.
- Tolin, D. F., Woods, C. M. ve Abramowitz, J. S. (2003). Relationship between obsessive beliefs and obsessive–compulsive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 27(6), 657-669.
- Tolin, D. F., Worhunsky, P. ve Maltby, N. (2006). Are “obsessive” beliefs specific to OCD?:

- A comparison across anxiety disorders. *Behaviour research and therapy*, 44(4), 469-480.
- Tolin, D. F., Brady, R. E., ve Hannan, S. (2008). Obsessional beliefs and symptoms of obsessive-compulsive disorder in a clinical sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 30(1), 31-42.
- Topçuoğlu, V. (2003). Obsesif kompulsif bozuklukta psikanalitik görüşler. *Klinik Psikiyatri*, 6, 46-50.
- Trinder, H. ve Salkovskis, P. M. (1994). Personally relevant intrusions outside the laboratory: long-term suppression increases intrusion. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 833-842
- Wells, A. (1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*, Chichester: Wiley.
- Wenzlaff, R. M., & Wegner, D. M. (2000). Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, 51, 59-91.
- Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R. ve White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of personality and social psychology*, 53(1), 5.
- Woods, C. M., Frost, R. O. ve Steketee, G. (2002). Obsessive compulsive (OC) symptoms and subjective severity, probability, and coping ability estimations of future negative events. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 9(2), 104-111.
- Wolfe, C. ve Crocker, J. (2003). *What does the self-want? Contingencies of self-worth and goals* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Wu, K. D. ve Carter, S. A. (2008). Further investigation of the Obsessive Beliefs Questionnaire: Factor structure and specificity of relations with OCD symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(5), 824-836.
- Veale, D. (2007). Psychopathology of obsessive compulsive disorder, *American Journal of Psychiatry*, 6 (6), 225-228.
- Yılmaz, B. (2008). Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeği geçerlilik ve güvenilirlik çalışması: ön çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 41-51.
- Yorulmaz, O., Karancı, A. N., Dirik, G., Baştuğ, B., Kısa, C., Göka, E.ö ve ark. (2007). Padua envanteri Washington eyalet üniversitesi revizyonu: Türkçe versiyonunun psikometrik özellikleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 10(20), 75-85.

6. EKLER

Ek-1

Kişisel Bilgi Formu

Yapılmakta olan araştırma kapsamında sizden üç ölçeği cevaplamanız istenmektedir. Fakat bunlardan önce bazı sosyodemografik özellikleri belirlemek için kişisel bilgi formunu doldurmanız gerekmektedir. **Vereceğiniz bütün bilgiler kesinlikle gizli tutulacak ve araştırmanın amacı dışında kullanılmayacaktır.** Araştırma verileri toplu olarak değerlendirileceğinden isminizi yazmanıza gerek yoktur. Araştırmaya katılımınız gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma kapsamında vereceğiniz cevapların samimi olması araştırmanın sonuçları açısından önemlidir. Lütfen size yöneltilen her soruya samimiyetle cevap veriniz..

Mukaddes HAYAL KAZGAN

T.C. Maltepe Üniversitesi

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

1. Cinsiyetiniz : Kadın Erkek
2. Yaşınız :
3. Kaç kardeşiniz:
4. Siz kaçınıcı çocuksunuz:
5. Eğitim Durumu: Okuma-yazma bilmiyor İlköğretim Lise
 Üniversite Üniversite üzeri
6. Medeni Hal : Evli (belirtiniz) flört insiyatif dışı görücü
7. Çocuğunuz var mı: Evet (kaç tane?).....(yaşlarını belirtiniz.....) Hayır
8. Çalışma Durumu : Çalışıyor Çalışmıyor (daha önce hiç çalıştınız mı?.....)

9. Eşiniz çalışıyor mu: Evet Hayır

10. Mesleğiniz :

11. Aile Yapısı Çekirdek aile Geniş aile Parçalanmış aile

12. Hanede kimler yaşıyor?

13. Bölgedeki Durumu: Yerli Göçmen (kaç sen önce göç ettiniz).....,

(nereden?).....(göç etme sebebiniz?).....

13. Yaşadığınız Yer: İl merkezi İlçe Kırsal bölge

14. Kaç senedir şu anda yaşadığınız yerde yaşıyorsunuz?

15. Oturduğunuz ev Kendi evi Aile apartmanı Kira

14. Gelir Düzeyiniz: 1000 ve alt 1000-2000 2000-3000

3000-4000 4000 ve üzeri

15. Bu güne kadar psikiyatrik tedavi aldınız mı?

Evet (tanı neydi?).....

Hayır

16. Şu an psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz?

Evet (belirtiniz)..... Hayır

Ek-2

Padua Envanteri Washington Eyalet Üniversitesi Revizyonu

Aşağıdaki ifadeler, günlük hayatta herkesin karşılaşabileceği düşünce ve davranışlar ile ilgilidir. Her bir ifade için, bu tür düşünce ve davranışların sizde yaratacağı rahatsızlık düzeyini göz önüne alarak size en uygun olan cevabı seçiniz. Cevaplarımızı aşağıdaki gibi derecelendiriniz:

0 = Hiç 1 = Biraz 2 = Oldukça 3 = Çok 4 = Çok Fazla

	Hiç	az	Oldukça	Çok	Çok Fazla
1. Paraya dokunduğum zaman ellerimin kirlendiğini hissedirim	0	1	2	3	4
2. Vücut sıvıları (ter, tükürük, idrar gibi) ile en ufak bir temasın bile giysilerimi kirleteceğini ve bir şekilde bana zarar vereceğini düşünürüm	0	1	2	3	4
3. Bir nesneye yabancıların yada bazı kimselerin dokunduğunu biliyorsam, ona dokunmakta zorlanırım	0	1	2	3	4
4. Çöplere veya kirli şeylere dokunmakta zorlanırım	0	1	2	3	4
5. Kirlenmekten ya da hastalanmaktan korktuğum için umumi tuvaletleri kullanmakta kaçınırım.	0	1	2	3	4
6. Hastalıklardan veya kirlenmekten korktuğum için umumi telefonları kullanmaktan kaçınırım	0	1	2	3	4
7. Ellerimi gerektiğinden daha sık ve daha uzun süre yıkarım	0	1	2	3	4
8. Bazen kendimi, sırf kirlenmiş olabileceğim ya da pis olduğum düşüncesiyle yıkanmak ya da temizlenmek zorunda hissediyorum	0	1	2	3	4
9. Mikrop bulaşmış veya kirli olduğunu düşündüğüm bir şeye dokunursam hemen yıkanmam veya temizlenmem gerekir	0	1	2	3	4

10. Bir hayvan bana değerse kendimi kirli hissedirim ve hemen yıkanmam yada elbiselerimi değiştirmem gerekir	0	1	2	3	4
11. Giyinirken, soyunurken ve yıkanırken kendimi belirli bir sıra izlemek zorunda hissedirim	0	1	2	3	4
12. Uyumadan önce bazı şeyleri belli bir sırayla yapmak zorundayım	0	1	2	3	4
13. Yatmadan önce, kıyafetlerimi özel bir şekilde asmalı ya da katlamalıyım	0	1	2	3	4
14. Doğru dürüst yapıldığını düşünemedim için yaptıklarımı bir kaç kez tekrarlamam gerekir	0	1	2	3	4
15. Bazı şeyleri gereğinden daha sık kontrol etme eğilimindeyim	0	1	2	3	4
16. Gaz ve su musluklarını, elektrik düğmelerini kapattıktan sonra tekrar tekrar kontrol ederim	0	1	2	3	4
17. Düğün kapatılıp kapatılmadıklarından emin olmak için eve dönüp kapıları, pencereleri ve çekmeceleri kontrol ederim	0	1	2	3	4
18. Doğru doldurduğundan emin olmak için formları, evrakları, ve çekleri ayrıntılı olarak tekrar tekrar kontrol ederim	0	1	2	3	4
19. Kibrit, sigara vb'nin iyice söndürüldüğünü görmek için sürekli geri dönerim	0	1	2	3	4
20. Elime para aldığım zaman birkaç kez tekrar sayarım	0	1	2	3	4
21. Mektupları postalamadan önce bir çok kez dikkatlice kontrol ederim	0	1	2	3	4
22. Aslında yaptığımı bildiğim halde, bazen yapmış olduğumdan emin olamam	0	1	2	3	4
23. Okurken, önemli bir şeyi kaçırdığımdan dolayı geri dönmem, ve aynı pasajı iki veya üç kez okumam gerektiği izlenimine kapılırım	0	1	2	3	4
24. Dalgınlığının ve yaptığım küçük hataların felakette sonuçlanacağını hayal ederim	0	1	2	3	4

25. Bilmeden birini incittiğim konusunda çok fazla düşünürüm veya endişelenirim	0	1	2	3	4
26. Bir felaket olduğunu duyduğum zaman onun bir şekilde benim hatam olduğunu düşünürüm	0	1	2	3	4
27. Bazen sebepsiz yere kendime zarar verdiğime veya bir hastalığım olduğuna dair fazlaca endişelenirim	0	1	2	3	4
28. Bıçak, hançer ve diğer sivri uçlu nesnelere gördüğümde rahatsız olur ve endişelenirim	0	1	2	3	4
29. Bir intihar veya cinayet vakası duyduğumda, uzun süre üzülür ve bu konuda düşünmekten kendimi alamam	0	1	2	3	4
30. Mikroplar ve hastalıklar konusunda gereksiz endişeler yaratırım	0	1	2	3	4
31. Bir köprüden veya çok yüksek bir pencereden aşağı baktığımda kendimi boşluğa atmak için bir dürtü hissederim	0	1	2	3	4
32. Yaklaşmakta olan bir tren gördüğümde, bazen kendimi trenin altına atabileceğimi düşünürüm	0	1	2	3	4
33. Bazı belirli anlarda umuma açık yerlerde kıyafetlerimi yırtmak için aşırı bir istek duyarım	0	1	2	3	4
34. Araba kullanırken, bazen arabayı birinin veya bir şeyin üzerine sürme dürtüsü duyarım	0	1	2	3	4
35. Silah görmek beni heyecanlandırır ve şiddet içeren düşünceleri aklıma getirir	0	1	2	3	4
36. Bazen hiçbir neden yokken bir şeyleri kırma ve zarar verme ihtiyacı hissederim	0	1	2	3	4
37. Bazen işime yaramasa da, başkalarına ait olan şeyleri çalma dürtüsü hissederim	0	1	2	3	4
38. Bazen süpermarketten bir şey çalmak için karşı konulmaz bir istek duyarım	0	1	2	3	4
39. Bazen savunmasız çocuklara ve hayvanlara zarar vermek için bir dürtü hissederim	0	1	2	3	4

Ek-3

Obsesif İnançlar Ölçeği

Bu envanterde, insanların zaman zaman takındıkları bir dizi tutum ve inanış sıralanmıştır. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve ifadeye ne kadar katılıp katılmadığınızı belirtiniz.

Her bir ifade için, *nasıl düşündüğünüzü en iyi tanımlayan* cevaba karşılık gelen rakamı seçiniz. İnsanlar birbirinden farklı olduğu için envanterde doğru veya yanlış cevap yoktur.

Sunulan ifadenin, tipik olarak yaşama bakış açınızı yansıtıp yansıtmadığına karar vermek için sadece çoğu zaman nasıl olduğunuzu göz önünde bulundurunuz.

Derecelendirme için aşağıdaki ölçeği kullanınız:

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

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

1. Sıklıkla çevremdeki şeylerin tehlikeli olduğunu düşünürüm	1	2	3	4	5	6	7
2. Birşeyden tamamıyla emin değilsem, kesin hata yaparım	1	2	3	4	5	6	7
3. Benim standartlarıma göre, herşey mükemmel olmalıdır	1	2	3	4	5	6	7
4. Değerli biri olmam için yaptığım herşeyde mükemmel olmalıyım	1	2	3	4	5	6	7
5. Herhangi bir fırsat bulduğumda, olumsuz şeylerin gerçekleşmesini önlemek için harekete geçmeliyim	1	2	3	4	5	6	7
6. Zarar verme/görme olasılığı çok az olsa bile, ne yapıp edip onu engellemeliyim	1	2	3	4	5	6	7

7. Bana göre, kötü/uygunsuz dürtülere sahip olmak aslında onları gerçekleştirmek kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
8. Bir tehlikeyi önceden görmeme karşın bir harekette bulunmazsam, herhangi bir sonuç için suçlanacak kişi konumuna ben düşerim	1 2 3 4 5 6 7
9. Birşeyi mükemmel biçimde yapamayacaksam hiç yapmamalıyım	1 2 3 4 5 6 7
10. Her zaman sahip olduğum tüm potansiyelimi kullanmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
11. Benim için, bir durumla ilgili tüm olası sonuçları düşünmek çok önemlidir	1 2 3 4 5 6 7
12. En ufak hatalar bile, bir işin tamamlanmadığı anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
13. Sevdiğim insanlarla ilgili saldırgan düşüncelerim veya dürtülerim varsa, bu gizlice onları incitmeyi istediğim anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
14. Kararlarımdan emin olmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
15. Her türlü günlük aktivitede, zarar vermeyi engellemede başarısız olmak kasten zarar vermek kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
16. Ciddi problemlerden (örneğin, hastalık veya kazalar) kaçınmak benim açımdan sürekli bir çaba gerektirir	1 2 3 4 5 6 7
17. Benim için, zararı önlememek zarar vermek kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
18. Bir hata yaparsam üzüntülü olmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
19. Diğerlerinin, kararlarım veya davranışlarımdan doğan herhangi bir olumsuz sonuçtan korunduğundan emin olmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
20. Benim için, herşey mükemmel olmazsa işler yolunda sayılmaz	1 2 3 4 5 6 7
21. Müstehecen düşüncelerin aklımdan geçmesi çok kötü bir insan olduğum anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7

22. . İlave önlemler almazsam, ciddi bir felaket yaşama veya felakete neden olma ihtimalim, diğer insanlara kıyasla daha fazladır	1 2 3 4 5 6 7
23. Kendimi güvende hissetmek için, yanlış gidebilecek herhangi bir şeye karşı olabildiğince hazırlıklı olmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
24. Tuhaf veya iğrenç düşüncelerim olmamalı	1 2 3 4 5 6 7
25. Benim için, bir hata yapmak tamamen başarısız olmak kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
26. En önemsiz konularda bile herşey açık ve net olmalıdır	1 2 3 4 5 6 7
27. Din karşıtı bir düşünceye sahip olmak, kutsal şeylere karşı saygısız davranmak kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
28. Zihnimdeki tüm istenmeyen düşüncelerden kurtulabilmeliyim	1 2 3 4 5 6 7
29. Diğer insanlara kıyasla, kendime veya başkalarına kazara zarar vermem daha muhtemeldir	1 2 3 4 5 6 7
30. Kötü düşüncelere sahip olmak tuhaf veya anormal biri olduğum anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
31. Benim için önemli olan şeylerde en iyi olmalıyım	1 2 3 4 5 6 7
32. İstenmeyen bir cinsel düşünce veya görüntünün aklıma gelmesi onu gerçekten yapmak istediğim anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
33. Davranışlarımın olası bir aksilik üzerinde en küçük bir etkisi varsa sonuçtan ben sorumluyum demektir	1 2 3 4 5 6 7
34. Dikkatli olsam da kötü şeylerin olabileceğini sıklıkla düşünürüm	1 2 3 4 5 6 7
35. İstenmeyen biçimde zihnimde beliren düşünceler, kontrolü kaybettiğim anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
36. Dikkatli olmadığım takdirde zarar verici hadiseler yaşanabilir	1 2 3 4 5 6 7

37. Birşey tam anlamıyla doğru yapıncaya kadar üzerinde çalışmaya devam etmeliyim	1 2 3 4 5 6 7
38. Şiddet içerikli düşüncelere sahip olmak, kontrolü kaybedeceğim ve şiddet göstereceğim anlamına gelir	1 2 3 4 5 6 7
39. Benim için bir felaketi önlemekte başarısız olmak ona sebep olmak kadar kötüdür	1 2 3 4 5 6 7
40. Bir işi mükemmel biçimde yapmazsam insanlar bana saygı duymaz	1 2 3 4 5 6 7
41. Yaşamımdaki sıradan deneyimler bile tehlike doludur	1 2 3 4 5 6 7
42. Kötü bir düşünceye sahip olmak, ahlaki açıdan kötü bir şekilde davranmaktan çok da farklı değildir	1 2 3 4 5 6 7
43. Ne yaparsam yapayım, yaptığım iş yeterince iyi olmayacaktır	1 2 3 4 5 6 7
44. Düşüncelerimi kontrol edemezsem cezalandırılırim	1 2 3 4 5 6 7

Ek-4**Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği**

Lütfen, aşağıdaki ölçekte yer alan ifadelere ne kadar katıldığınızı ya da karşı olduğunuzu belirtiniz. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, o ifadeye ne kadar katıldığınızı ya da karşı olduğunuzu, yanında yer alan bölmedeki uygun rakamı seçerek işaretleyiniz:

1=kesinlikle katılmıyorum – 2 - 3 - 4 - 5 - 6=tamamen katılıyorum

1. İnsanlar doğaları gereği arkadaşlık ve nezaketten uzaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
2. Kötü olaylar insanlara tesadüfi olarak denk gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
3. İnsan doğası temelde iyidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
4. Bu dünyada kötü olaylardan çok daha fazla iyi şey yaşanır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
5. Hayatımızın gidişatı büyük ölçüde tesadüflere bağlıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6. İnsanlar genellikle yaşadıklarını hak ederler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
7. Sık sık, aslında iyi bir insan olmadığımı düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
8. Dünyada kötülükten çok iyilik vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
9. Temelde şanslı bir insanımdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
10. İnsanların kötü kaderleri yaptıkları hatalardan kaynaklanır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
11. İnsanlar, bir başka insana ne olduğunu umursamazlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

12. Genellikle benim yararına olan sonuçları çoğaltacak şekilde davranırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
13. İnsanlar eğer kendileri de iyiye iyi bir talihe sahip olurlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
14. Yaşam tesadüflere bağlı belirsizliklerle doludur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
15. Çok şanslı bir insan olduğumu düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
16. Hemen her zaman başıma kötü şeylerin gelmesini engellemek için çaba harcarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
17. Kendime ilişkin olumsuz düşüncelere sahibim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
18. İyi insanlar bu dünyada hak ettiklerini yaşarlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
19. Kendi davranışlarımızla başımıza kötü şeylerin gelmesini engelleyebiliriz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
20. Hayatıma baktığımda şansın yüzüme güldüğünü fark ediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
21. Eğer insanlar tedbirli davranırlarsa pek çok talihsizliğin önüne geçilebilir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
22. Kendimi talihsizliklerden korumak için gerekli olan önlemleri alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
23. Genel olarak yaşam bir kumardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
24. Dünya iyi bir yerdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
25. İnsanlar temelde nazik ve yardımseverdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
26. Genellikle benim için en iyisi olacak şekilde davranırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

27. Kendim olmaktan son derece memnunum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
28. Kötü şeyler olduğunda bunun nedeni tipik olarak insanların kendilerini korumak için gerekenleri yapmamasıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
29. Eğer yeterince yakından bakarsan dünyanın iyiliklerle dolu olduğunu görürsün.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
30. Kişisel özelliklerimden utanmak için nedenim var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
31. Pek çok insandan daha şanslıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

Ek-5

Bilgilendirilmiş Onay Formu

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

“Obsesif Kompulsif Bozukluğun Çok Yönlü Dünya Görüşü Modelinin Klinik Örneklem İle İncelenmesi“ başlıklı bu çalışma Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Mukaddes HAYAL KAZGAN tarafından Yrd. Doç. Dr. Esin UZUN OĞUZ’un danışmanlığında yürütülen bir anket çalışmasıdır. Araştırmaya katılma kararını vermede size yardımcı olacak araştırma hakkındaki bilgiler aşağıda yer almaktadır. Lütfen aşağıda yer alan bilgileri dikkatlice okuyunuz ve daha fazla bilgi almak istediğiniz konularda araştırmacı ile irtibata geçiniz.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Dilerseniz çalışmaya katılmama ya da çalışmayı istediğiniz noktada bırakma hakkına sahiptir. Katılımcıların cevapları tamamen gizli tutulacaktır ve anketlerden elde edilen bilgiler yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacaktır.

Araştırmanın amacı:

Bu çalışmada, kişilerin dış dünyaya ilişkin varsayımları ve kendilerine yönelik algılarının obsesif kompulsif semptomlar ile ilişkisi klinik örnekleme araştırılmaktadır.

İzlenilecek Olan Yöntem ve Yapılacak İşlemler:

Çalışma kapsamında genel bilgilerin yer aldığı bir adet bilgi formu ve dört adet anket formu yer almaktadır. Veri toplama araçları bireysel olarak doldurulmalıdır. Anketlerde yer alan sorular sizin düşüncelerinizi öğrenmek amacıyla hazırlanmıştır ve soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle lütfen soruları kendi düşüncelerinizi yansıtacak ve tüm maddeleri kapsayacak şekilde doldurunuz.

Çalışmada yer alan anketlerin doldurulması için ortalama 40 dakika gerekmektedir.

Mukaddes HAYAL KAZGAN

Yukarıdaki metni okudum ve Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü tarafından yürütülen bu çalışmanın amacını, üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. Çalışma hakkında soru sorma, tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmeksizin bırakabileceğimi ve bıraktığım zaman herhangi bir sorumlulukla karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu çalışmaya kendi rızamla, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın gönüllü olarak katılmayı, verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

Tarih:

İmza:

ÖZGEÇMİŞ

Mukaddes HAYAL KAZGAN

Maltepe Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı

Eğitim Bilgileri

Lisans (2009-2012): North Carolina Central University, Behavior and Arts,
Psychology

Lisans (2010-2011): Boğaziçi Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Lise (1988- 1994): Üsküdar İmam Hatip Lisesi/ Üsküdar- İSTANBUL

İş Bilgileri

Özel Denge Tıp Merkezi (2013-...): Psikolog

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve tarihi: Kadıköy/İSTANBUL, 09 Eylül 1977

Yabancı Dil: İngilizce

E-mail: mukaddeshayal@hotmail.com