



“

Genç Yetişkinlerde İlişki Merkezli Obsesif Kompulsif Semptomlar ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkileri

Effects of Relationship-Centered Obsessive Compulsive Symptoms and Difficulty in Emotion Regulation on Psychological Well-Being in Young Adults

 Melis Mısırlı¹,  Gamze Karadayı Kaynak²

¹Serbest Psikolog, İzmir

²Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın

ÖZ

Bu çalışmanın amacı duygu düzenleme güçlüğü, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışmanın ikinci amacı ise ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide, duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesidir. Katılımcılar 2021-2022 yılları arasında Türkiye'de yaşayan, en az bir aydır romantik ilişkisi olan 18-25 yaş aralığındaki (X=21,96; SS= 1,78) 191 kişiden (152 kadın ve 39 erkek) oluşmaktadır. Çalışma kapsamında katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa Form, Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Ölçeği ve Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş Ölçeği uygulanmıştır. Sonuçlara göre, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların duygu düzenleme güçlüğüyle arasındaki pozitif yönlü ilişki anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte duygu düzenleme güçlüğü ve ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca değişkenlerin psikolojik iyi oluşu negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %22'sini açıkladığı bulunmuştur. Aracılık analizine göre, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasında duygu düzenleme güçlüğü'nün kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın romantik ilişki içerikli obsesif kompulsif bozukluğun etiolojisinin anlaşılması ve tedavisine yönelik çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar sözcükler: Duygu düzenleme güçlüğü, ilişki merkezli obsesyon, obsesif kompulsif bozukluk, psikolojik iyi oluş, romantik ilişki

ABSTRACT

This study aims to examine the relationships between emotion regulation difficulties, relationship-centered obsessive-compulsive symptoms, and psychological well-being. The study's second objective is to investigate the mediating role of emotion regulation difficulties in the relationship between relationship-centered obsessive-compulsive symptoms and psychological well-being. The participants comprised 191 individuals (152 females and 39 males) aged 18 to 25 (M=21.96, SD=1.78) who lived in Turkey and had been in a romantic relationship for at least one month between 2021 and 2022. In the study, participants were administered a Personal Information Form, the Short Form of the Emotion Regulation Difficulties Scale, the Relationship Obsessive Compulsive Inventory, and the Multidimensional Psychological Well-Being Scale. The results indicate a significant positive relationship between relationship-centered obsessive-compulsive symptoms and emotion regulation difficulties. Moreover, a significant negative relationship was found between emotion regulation difficulties and relationship-centered obsessive-compulsive symptoms and psychological well-being. Additionally, the variables were found to significantly predict psychological well-being in a negative direction, explaining 22% of the variance. According to the mediation analysis, emotion regulation difficulties play a partial mediating role in the relationship between relationship-centered obsessive-compulsive symptoms and psychological well-being. This study is expected to contribute to understanding the etiology and treatment of romantic relationship-centered obsessive-compulsive disorder.

Keywords: Difficulty in emotion regulation, relationship centered obsession, obsessive compulsive disorder, psychological well-being, relationship

Giriş

Psikolojik işlevsellik bağlamında çok boyutlu bir yapı olarak tanımlanmış olan psikolojik iyi oluş, bireysel gelişimin sürdürülmesi, özerklik, kendini kabul, kişiler arası olumlu ilişkilerin kurulması, yaşamı ve çevreyi etkin yönetebilme becerisi ve yaşam amacına sahip olma ile karakterizedir (Ryff ve Keyes 1995). Bununla birlikte psikolojik iyi oluşun duygu düzenleme güçlüğü ve psikopatolojiler (örn., depresyon, kaygı) ile negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu bilinmektedir (Ryff ve Singer 2008, Ayan 2019).

Psikolojik sağlık, işlevsellik ve psikolojik iyilik hali için önemli olduğu belirtilen duygu düzenleme güçlüğü (McLaughlin ve ark. 2011), bireyin duygusal tepkilerini bir hedef doğrultusunda gözleme, değerlendirme ve yönlendirmeyi içeren içsel ve dışsal süreçlerde zorluk yaşaması olarak tanımlanmaktadır (Thompson 1994, Gratz ve Roemer 2004). Bununla birlikte, duygu düzenlemenin çeşitli psikopatolojilerin (örn., depresyon, anksiyete) gelişimi, sürdürülmesi ve tedavisi için tanı üstü bir faktör olarak kabul edilebileceği ifade edilmektedir (Berkling ve Wupperman 2012).

Etiyolojisi ve sürdürülmesinde duygu düzenlemede yaşanan güçlükler ve işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerinin önemli bir faktör olabileceği düşünülen psikopatolojilerden biri de obsesyon ve kompulsiyonla karakterize olan obsesif kompulsif bozukluktur (OKB) (Kring ve Sloan 2010, APA 2013). Khosravani ve arkadaşları (2020) tarafından OKB hastaları ve kontrol grubunun karşılaştırıldığı çalışmada, duygu düzenleme güçlüğü puanlarının OKB hastaları ve kontrol grubu arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı ve OKB ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir.

OKB ile ilgili çalışmaların son yıllarda yakın ilişkilere odaklandığı ve romantik ilişkilerin semptom içeriği olarak incelendiği görülmektedir (Doron ve ark. 2012a). Klinik gözlemlere göre genç yetişkinlik döneminde görülmeye başlanan romantik ilişki içerikli OKB'nin partner odaklı ve ilişki merkezli olmak üzere iki semptom türü vardır (Doron ve ark. 2012a, 2012b, 2014). Partner odaklı obsesif kompulsif semptomlar, bireylerin partnerlerinin belirli özelliklerine (örn., zekâ, fiziksel özellik, ahlaki özellik) yönelik algıladıkları kusurlarla ilgili obsesyonları ve buna yönelik kompulsif davranışları (örn., güvence arama, karşılaştırma) içermektedir (Doron ve ark. 2012b, 2012c). İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ise partnere yönelik sevgi, partnerin bireye yönelik sevgisi ve ilişkinin doğruluğu ile ilgili obsesyonlar ve kompulsif davranışlarla karakterizedir (Doron ve ark. 2012a). Her iki semptom türünün de OKB ile aralarında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmaktadır, bundan hareketle bu semptomların OKB'nin bir alt türü olabileceği ifade edilmektedir (Doron ve ark. 2012a, 2012b, 2016).

OKB'nin gelişimi ve sürdürülmesinde sık yaşanan duygulardan birinin kaygı (Nutt ve Malizia 2006, Smith ve ark. 2012); bir diğeri de suçluluk olduğu bilinmektedir (Mancini ve Gangemi 2004). Salkovskis ve Forrester (2002) tarafından yapılan çalışmaya göre, suçluluk ile OKB semptom şiddeti arasında pozitif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. OKB ve duygular arasındaki ilişkiyle benzer şekilde, romantik ilişki içerikli OKB'de, bireylerin ilişkiyle ilgili girici düşünceleri bireyin öznel ilişki deneyimi (örn., Onu seviyorum ama duygularımı sorgulamadan duramıyorum) ve kişisel değerleri (örn., Görünüş partner seçiminde önemli değildir) ile çelişmektedir, bu nedenle bu izinsiz girişler bireylerde suçluluk ve utanç duygularına yol açmaktadır (Doron ve ark. 2014). Meydana gelen bu utanç ve suçluluk duygularının bireylerde öz eleştiriye neden olduğu için psikolojik iyi oluşu azaltacağı öngörülmektedir (Doron ve ark. 2014). Klinik olmayan örneklerle yürütülen çalışmalarda ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların, duygu düzenleme güçlüğü (Naji Meydani ve ark. 2022) ve depresyon ile pozitif yönde; ilişki doyumuyla ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Doron ve ark. 2012a, 2012b).

Alanyazında genel OKB ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koyan çalışmalar bulunmakla birlikte (Khosravani ve ark. 2020, See ve ark. 2022) ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi inceleyen yalnızca bir çalışmaya ulaşılmıştır (Naji Meydani ve ark. 2022). Yapılan çalışmalar genel OKB ve ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin pozitif yönlü olduğuna işaret etmektedir. Bununla birlikte yapılan ulusal ve uluslararası alanyazın taramasında mevcut değişkenlerin psikolojik iyi oluş ile ilişkilerinin ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır ancak mevcut bulgular ve ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların psikolojik iyi oluş ile benzer değişkenlerle anlamlı ilişkilere sahip olması (örn., depresyon) nedeniyle bu çalışmada da ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile ele alınan değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlı olması beklenmektedir. Bundan hareketle bu çalışmada duygu düzenleme güçlüğü, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmanın bir diğer amacı ise ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesidir. Çalışmanın gelecekte romantik ilişki içerikli obsesif kompulsif semptomlarla ilgili yapılacak çalışmalara ışık tutması beklenmektedir.

Yöntem

Örneklem

Araştırma için gerekli örneklem büyüklüğü, G-Power 3.1.9.7 programı aracılığıyla hesaplanmıştır (Faul ve ark. 2009). Güç analizi orta etki büyüklüğüne göre yapılmıştır, araştırmanın gücü 0,95 minimum örneklem sayısı ise 172 kişi olarak hesaplanmıştır. Çalışmaya katılan 298 kişiden araştırmanın dışlama kriterleri doğrultusunda psikiyatrik tanısı olan/tedavi gören, 18-25 yaş aralığında bulunmayan ve eksik veri olan 107 kişi analize dahil edilmemiştir.

Buna göre çalışmanın örneklemini 2021-2022 yılları arasında Türkiye’de yaşayan, en az bir aydır romantik ilişkisi olan 18 ile 25 yaş aralığında ($X= 21,96$; $SS= 1,78$) 152’si kadın (%80) ve 39’u erkek (%20) olmak üzere toplam 191 genç yetişkinden oluşmaktadır. Katılımcıların %96’sı bekar, %4’ü ise evli olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların %1’i ortaokul mezunu, %0,5’i lise öğrencisi, %3,1’i lise mezunu, %72,8’i üniversite öğrencisi, %16,2’si üniversite mezunu ve %6,3’ü yüksek lisans öğrencisidir. Katılımcıların ilişki süresi bir ile 120 ay arasında değişmektedir ($X= 26,51$; $SS=25,96$). Örneklem özellikleri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Değişken		<i>n=191</i>	%
Cinsiyet	Kadın	152	79,6
	Erkek	39	20,4
Medeni durum	Bekar	183	95,8
	Evli	8	4,2
Eğitim düzeyi	Ortaokul mezunu	2	1
	Lise öğrencisi	1	0,5
	Lise mezunu	6	3,1
	Üniversite öğrencisi	139	72,8
	Üniversite mezunu	31	16,2
	Yüksek lisans öğrencisi	12	6,3
Gelir düzeyi	Çok düşük	23	12
	Düşük	47	24,6
	Orta	109	57,1
	Yüksek	12	6,3
		Ort.	SS
Yaş		21.96	1,78
İlişki süresi (ay)		26.51	25,96

İşlem

Bu araştırmanın etik onayı Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul Komitesinden (Tarih: 31.01.2022, No: 31906847/050.04.04-08.24) alınmıştır. Veriler, kolay örnekleme yöntemiyle seçilen katılımcılardan Mart 2022-Mayıs 2022 tarihleri arasında hem çevrimiçi hem de yüz yüze olmak üzere iki şekilde toplanmıştır. Whatsapp ve e-posta grupları aracılığıyla duyurusu yapılan araştırmaya çevrimiçi katılım sağlamak isteyen katılımcılar için “Google Forms” üzerinden oluşturulmuş öz bildirim türündeki 53 maddeden oluşan ve onam formu dahil her ölçek ayrı ekranda olacak şekilde toplam beş ekrandan oluşan çevrimiçi anket formu öncelikle yazarlar tarafından bağımsız olarak gramer ve teknik özellikleri test edilerek katılımcılara sunulmuştur. Oluşturulan çevrimiçi anket formu katılımcıların link üzerinden e posta adresleriyle giriş yaparak yalnızca bir kez katılım sağlayacağı, ekranlar arası geçiş yapabileceği ve tüm soruları yanıtlamadan sonraki sayfaya geçiş yapılamayacak şekilde düzenlenmiştir.

Yüz yüze veri toplama sürecinde ise gönüllü lisans öğrencileri öğrenci gruplarında “Romantik ilişki içerikli obsesif kompulsif belirtilerin incelenmesi amacıyla 18-25 yaş aralığında en az bir aydır romantik ilişkisi olan katılımcılar aranmaktadır.” ifadesini içeren bir afiş paylaşarak araştırmayı duyurmuştur. Duyuru sonrası gönüllü katılımcılara ölçekler Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Psikoloji Laboratuvarında uygulanmıştır. Yüz yüze ve çevrimiçi yürütülen veri toplama sürecinde öncelikle katılımcılara onam formu sunularak, istedikleri zaman çalışmayı sonlandırabileceklerine dair bilgilendirme yapılmıştır ve çalışma süresince herhangi bir kimlik bilgisi istenmemiştir. Ölçek formları tüm katılımcılara aynı sırayla sunulmuş olup çalışma gönüllülük esasına dayalı olduğu için katılımcılara herhangi bir ödül (hediye, para vd.) verilmemiştir. Katılımcıların her iki durumda da uygulama süresi yaklaşık 15 dakika sürmüştür. Ayrıca katılımcılar ölçekleri doldurduktan sonra çalışma

hakkında bilgi verilerek, sonuçlara dair bilgi almak isteyen katılımcılarla yazarların iletişim bilgileri paylaşılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum ve ilişki süresine ilişkin bilgi edinmek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği- Kısa Form (DDGÖ-KF)

Bjureberg ve arkadaşları (2016) tarafından duygu düzenlemede yaşanan güçlük düzeyinin belirlenmesi amacıyla geliştirilen ölçeğin, Türkçe uyarlama çalışması Yiğit ve Yiğit (2017) tarafından yapılmıştır. DDGÖ-KF, 16 maddelik 5'li likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin açıklık, amaçlar, dürtü, stratejiler ve kabul etmeme olmak üzere beş alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanın artması bireylerin duygu düzenleme güçlüğüne arttığını göstermektedir. Ölçeğin orijinal ve uyarlama çalışmasında iç tutarlılık katsayısı 0,92 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise iç tutarlılık katsayısı 0,93 olarak hesaplanmıştır.

Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsyonları Ölçeği (RİOKÖ)

Ölçek, romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif semptom düzeyinin değerlendirilmesi amacıyla Doron ve arkadaşları (2012a) tarafından geliştirilmiş; Türkçe uyarlaması ise Trak ve İnözü (2017) tarafından yapılmıştır. Beşli likert tipi bir öz bildirim aracı olan RİOKÖ, 14 madde ve üç alt boyuttan (ilişkinin doğruluğu, partner tarafından sevilme, partnere duyulan sevgi) oluşmaktadır. Ölçekten alınan puan arttıkça ilişki merkezli obsesif kompulsif semptom düzeyinin arttığı belirtilmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı uyarlama çalışmasında 0,89 olarak tespit edilmiştir (Trak ve İnözü 2017); bu çalışmada da iç tutarlılık katsayısı 0,89 olarak hesaplanmıştır.

Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (ÇBPİÖÖ)

Kendini kabullenme, çevresel hakimiyet, hayat amacı, özerklik, insanlarla olumlu ilişkiler geliştirme ve kişisel gelişim olmak üzere altı alt boyuttan oluşan ve bireylerin genel psikolojik iyi oluş düzeylerini değerlendirme amacıyla geliştirilen 84 maddelik ölçeğin (Ryff 1989), zaman tasarrufu sağlanması amacıyla 18 maddelik kısa formu oluşturulmuştur (Ryff ve Keyes 1995). Ölçekten alınan yüksek puanlar daha yüksek psikolojik iyilik haline işaret eder. ÇBPİÖÖ'nün Türkçe uyarlaması İmamoğlu (2004) tarafından gerçekleştirilmiştir ve genel iç tutarlılık katsayısı 0,79 olarak bildirilmiştir (İmamoğlu 2004), bu çalışmada ise 0,76 olarak hesaplanmıştır.

İstatistiksel Analiz

Verilerin analize uygunluğu değerlendirilirken ölçeklerden alınan puanların normalliği incelenmiştir. Normal dağılım varsayımlarından biri olan çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ arasında yer alması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell 2013), buna göre araştırmada ele alınan değişkenlerin normal dağılım gösterdiği kabul edilerek parametrik testler kullanılmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü, romantik ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır; DDGÖ'nin ve RİOKÖ'nün psikolojik iyi oluş düzeyi üzerindeki yordayıcılığı Hiyerarşik Regresyon analizi ile test edilmiştir. Yapılan aracılık analizi ise SPSS eklentisi PROCESS Macro v4.1 kullanılarak gerçekleştirilmiştir (Hayes ve Rockwood 2017). Bağımsız değişken olan ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile bağımlı değişken olan psikolojik iyi oluş arasında aracı değişken duygu düzenleme güçlüğü olarak ele alınmış ve Hayes'in (2013) önermiş olduğu gibi modern yaklaşımlardan 5000 yeniden örnekleme (bootstrapping) yöntemi esas alınarak bir aracı değişkenin bulunduğu koşul için Model 4 kullanılmıştır. Aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmesi için %95 güven aralığındaki (LLCI-ULCI) değerlerin sıfır içermemesi dikkate alınmıştır (Hayes 2013). Ayrıca aracılık analizinde etkinin değerini anlamak amacıyla etki büyüklüğü hesaplaması yapılmıştır ve etki büyüklüğü önerildiği gibi 0,01'e yakın ise düşük etki, 0,09'a yakın ise orta etki, 0,25'e yakın ise yüksek etki şeklinde yorumlanmıştır (Preacher ve Kelly 2011).

Bulgular

Çalışma kapsamında DDGÖ-KF, RİOKÖ ve ÇBPİÖÖ'ye ilişkin korelasyon analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir. Yapılan korelasyon analizine göre, RİOKÖ puanı ile DDGÖ-KF puanı arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r = 0,54, p < 0,01$). DDGÖ-KF puanı ($r = -0,41, p < 0,01$) ve RİOKÖ puanı ($r = -0,42, p < 0,01$) ile ÇBPİÖÖ puanı arasında ise negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

RİOKÖ ve DDGÖ'nün psikolojik iyi oluş düzeyi üzerindeki yordayıcı gücü hiyerarşik regresyon analiziyle test edilmiştir, analize ilişkin sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Değişkenler	Ort.	SS	1	2	3
1. DDGÖ-KF	23,50	14,34	-		
2. RİOKÖ	8,89	8,87	0,54**	-	
3. ÇBPİÖÖ	67,86	7,77	-0,41**	-0,42**	-

*p < 0,05, **p < 0,01; DDGÖ-KF: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Form, RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesif ve Kompulsiyonları Ölçeği, ÇBPİÖÖ: Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

	Değişken	B	S.H.	Beta	t	p
Model 1	Sabit	71,11	0,73		97,85	0,00
	RİOKÖ	-0,37	0,06	-0,42	-6,30	0,00
R = 0,41 R ² = 0,17 F(1-189) = 39,75 p < 0,001						
Model 2	Sabit	73,34	0,96		76,24	0,00
	RİOKÖ	-0,24	0,07	-0,28	-3,62	0,00
	DDGÖ-KF	-0,14	0,04	-0,26	-3,41	0,00
R = 0,47 R ² = 0,22 F(1-188) = 11,64 p < 0,01						

DDGÖ-KF: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Form, RİOKÖ: Romantik İlişki Obsesif ve Kompulsiyonları Ölçeği, ÇBPİÖÖ: Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

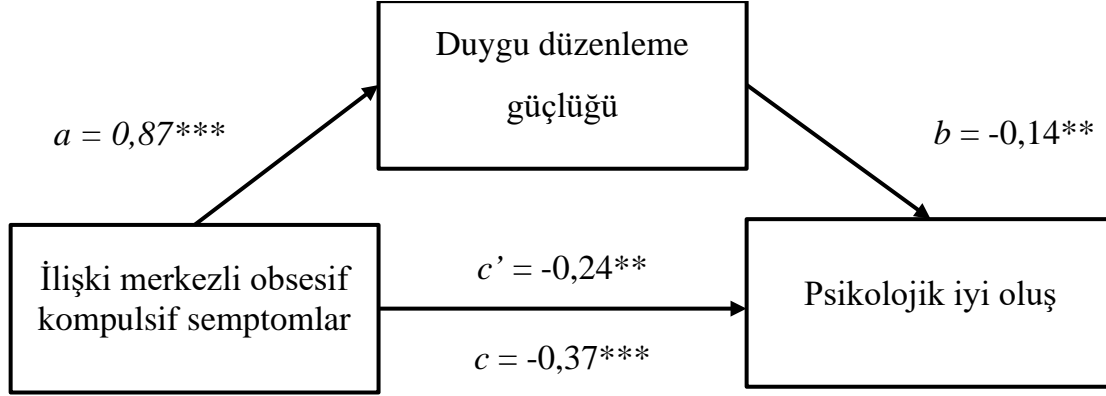
Yapılan hiyerarşik regresyon analizine göre ilk basamakta değerlendirilen model, istatistiksel olarak anlamlıdır (R= 0,41, R²= 0,17, F(1-189) = 39,75, p < 0,001). İlk basamakta ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların (t = -6,30, β = -0,37, p < 0,001) etkisinin anlamlı olduğu ve psikolojik iyi oluşu negatif yönde yordadığı görülmektedir. İlk basamaktaki model varyansın %17'sini açıklamaktadır. İkinci basamakta ise analize duygu düzenleme gücünü eklenmiştir. Buna göre, ikinci modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu (R= 0,47, R²= 0,22, F(1-188) = 11,64, p < 0,001) ve varyansın %22'sini açıkladığı görülmektedir. Duygu düzenleme gücünün, psikolojik iyi oluşu negatif yönde yordadığı bulunmuştur (t = -3,41, β = -0,14, p < 0,001). Duygu düzenleme gücünü boyutunun analize dahil edilmesiyle ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların psikolojik iyi oluş üzerindeki yordayıcı etkisi β = -0,42'den β = -0,28'e düşmüştür. Bu analiz sonucu psikolojik iyi oluş üzerinde ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların etkisinin duygu düzenleme gücünü aracılığıyla da açıklanabileceğini göstermiştir.

Duygu düzenleme gücünün, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ve psikolojik iyi oluş arasındaki anlamlı ilişkide aracılık rolünün incelenmesine yönelik sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tahmin Değişkenleri	Sonuç Değişkenleri					
	M (Duygu düzenleme gücünü)			Y (Psikolojik iyi oluş)		
	a	b	SH	c'	b	SH
X (İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar)		0,87***	0,10		-0,24**	0,07
M (Duygu düzenleme gücünü)	-	-	-	b	-0,14**	0,04
Sabit	İM	15,76	1,24	İY	73,34	0,96
	R ² = 0,29 F(1, 189) = 77,18, p < 0,001			R ² = 0,22 F(2, 188) = 26,81, p < 0,001		
Not 1: ab/ab+c' = 0,33 Not 2: * p < 0,05, ** p < 0,01, *** p < 0,001; SH: Standart Hata.						

Şekil 1'de ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme gücünün aracı rolüne ilişkin bulgular yer almaktadır. Analize göre, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların duygu düzenleme gücünü üzerindeki doğrudan etkisinin (a) anlamlı olduğu görülmüştür (B = 0,87, SH = 0,10, t = 8,79, p < 0,001 ve %95 GA [0,675, 1,067]). Duygu düzenleme gücünün psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisine (b) bakıldığında (B = -0,14, SH = 0,04, t = -3,41, p < 0,01 ve %95 GA [-0,223, -0,060]) psikolojik iyi oluşu negatif yönde yordadığı bulunmuştur. İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomların psikolojik iyi oluş üzerindeki toplam etkisi (c) (B = -0,37, SH = 0,06, t = -6,30, p < 0,001 ve %95 GA [-0,480, -0,251]) anlamlı bulunmuştur. İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile duygu düzenleme gücünü denkleme eş zamanlı olarak alındığında psikolojik iyi oluş ile arasındaki doğrudan ilişki (c') anlamlılık düzeyini kaybetmemiştir (B = -0,24, SH = 0,06, t = -3,62, p < 0,001 ve %95 GA [-0,375, -0,110]). İlişki merkezli obsesif

kompulsif semptomların psikolojik iyi oluş üzerindeki dolaylı etkisi incelendiğinde, %95 güven aralığında LLCI ve ULCI arasında sıfır bulunmadığı görülmektedir. Bu bulgulardan hareketle duygu düzenleme gücünün kısmi aracı rolü olduğu söylenebilir (GA [-0,214, -0,044]); tüm modelin anlamlı olduğu ($F(2, 188) = 26,81, p < 0,001, R^2 = 0,22$) ve toplam varyansın %22'sini açıkladığı bulunmuştur. Bununla birlikte ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlarla duygu düzenleme gücünün aracılığında psikolojik iyi oluş üzerindeki toplam etkisinin (doğrudan etki + dolaylı etki) negatif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu ($\beta: -0,37, p < 0,001$) bulunmuştur (Tablo 3). Ayrıca bahsedilen aracılık etkisinin etki büyüklüğü ($ab/ab+c'$) de 0,33 olarak hesaplanmış olup yüksek etki değerinde olduğu görülmüştür.



Şekil 1. İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme gücünün aracı rolü

Tartışma

Bu çalışma, ele alınan değişkenler arasındaki ilişkileri, değişkenlerin psikolojik iyi oluşu yordama düzeylerini ve ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile psikolojik iyi oluş ile arasında duygu düzenleme gücünün aracı rolünü incelemektedir. Elde edilen sonuçlar, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptom şiddeti arttıkça duygu düzenleme gücünün arttığını göstermektedir. Bununla birlikte ilişki merkezli obsesif kompulsif semptom şiddeti ve duygu düzenlemede yaşanan güçlük arttıkça psikolojik iyi oluşun azaldığı bulunmuştur. Aracılık analizine göre de duygu düzenleme gücünün ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ve psikolojik iyi oluş arasında kısmi aracılığının olduğu görülmektedir.

İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlarla psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye yönelik bilinen görgül bir araştırma bulunmamaktadır ancak Doron ve arkadaşları (2014) tarafından bu belirtilerden dolayı kişilerin zihinlerinde ilişkilerine yönelik meydana gelen şüphe ve meşguliyetlerin kişinin değerleriyle örtüşmeyen duygulara yol açarak (aşırı sıkıntı, endişe ve utanç) öz eleştiriyeye neden olduğu ve bu öz eleştirilerin iyi oluşu azalttığı ifade edilmektedir (Doron ve ark. 2014). Bu çalışmada, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların psikolojik iyi oluşu negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Bulunan bu negatif yönlü anlamlı ilişki Doron ve arkadaşlarını (2014) destekler niteliktedir, bu çalışma ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların kişiler üzerinde olumsuz etkisinin olduğunu gösterse de bahsedilen nedensel bağlantıları açıklamak için yeterli görünmemektedir. Ayrıca alanyazında yer alan çalışmalara göre psikolojik iyi oluşun depresyon, anksiyete ve stres ile negatif yönde ilişkileri (Ryff ve Keyes 1995, Şanal Karahan 2016) göz önüne alındığında kişilerin ilişkilerine yönelik obsesyon ve kompulsyonlarının olmasının iyi oluş düzeylerini etkilediği ve gelecekte bu bağlamda yapılacak deneysel çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte çalışmada psikolojik iyi oluş toplam puan üzerinden değerlendirilmiştir ancak ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların ilişki doyumunu da olumsuz etkilediği bilinmektedir (Doron ve ark. 2012a) bundan hareketle özellikle gelecekte yapılacak müdahale çalışmaları için psikolojik iyi oluşun kişiler arası olumlu ilişkiler kurma boyutu ile ilişkilerinin incelenmesi de bireylerin psikolojik iyi oluşlarına yönelik müdahalelerin belirlenmesi açısından yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Duygu düzenleme gücünü ile değişkenler arasındaki ilişkilere bakıldığında Ayan (2019) tarafından yapılan çalışmada, duygu düzenleme gücünü ve psikolojik iyi oluş arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu çalışma da alanyazınla paralel olarak değişkenler arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile duygu düzenleme gücünü arasındaki ilişki

pozitif yönde anlamlı düzeydedir. Naji Meydani ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan çalışmada, duygu düzenleme gücünün ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar üzerindeki doğrudan standardize etkisi pozitif yönlü ve anlamlıdır ($p < 0,001$, $\beta = 0,57$). Bununla birlikte bağlanma stilleri ile ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar arasındaki ilişkiye duygu düzenleme gücünün ve deneysel kaçınmanın, aracılık ettiği bulunmuştur (Naji Meydani ve ark. 2022). Bu çalışmada ise ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların duygu düzenleme gücünün üzerindeki doğrudan etkisi incelenmiştir ve doğrudan standardize etkinin pozitif yönde anlamlı olduğu bulunmuştur ($p < 0,001$, $\beta = 0,54$). Değişkenler arasındaki pozitif yönlü ilişki her iki çalışmada da paralellik göstermektedir, ancak değişkenlerin farklı öncüller olarak analize dahil edilmesi ve etki düzeylerinin benzer olması nedensel ilişkinin açıklanmasının güç olduğunu ve aralarındaki ilişkinin çift yönlü olduğunu düşündürmektedir.

Alanyazında psikolojik iyi oluş ve ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar arasındaki ilişkide, duygu düzenleme gücünün aracı etkisini ele alan çalışmaya rastlanılmamıştır, çalışma bu açıdan özgündür ve bu çalışmada ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlarla psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye duygu düzenleme gücünün aracılık ettiği bulunmuştur. Kişilerin ilişki merkezli obsesif kompulsif semptom düzeyinin yüksek oluşu duygu düzenleme gücündeki artışı ve bu artış da psikolojik iyi oluş düzeylerindeki azalışı açıklamaktadır. OKB'nin etiyolojisi ve sürdürülmesinde duygular ile duygu düzenlemede yaşanan zorlukların önemi bilinmektedir (Nutt ve Malizia 2006, Kring ve Sloan 2010, Smith ve ark. 2012). OKB'nin olumsuz duygulanımla olan ilişkisi, duygu düzenleme stratejilerine de sınırlı erişimleri olduğunu; bu yüzden olumsuz duygusal durum yaşamaya devam ettiklerini ve olumsuz duygulanım karşısında hissettikleri çaresizlik nedeniyle uyumsuz ve olumsuz duygu düzenleme stratejilerini devam ettirdiklerini göstermektedir (Kumar ve ark. 2018). Ayrıca OKB'de hissedilen yüksek stres nedeniyle bilişsel kaynakları kullanma (Ferreira ve ark. 2021); duygularını kabul etme, amaca yönelik davranışlarda bulunma ve dürtülerini kontrol etme gibi duygu düzenleme stratejilerini kullanmada zorluk yaşadıkları bilinmektedir (Yap ve ark. 2018). Bu çalışmada da romantik ilişkide obsesif kompulsif semptomlar gösteren kişilerin benzer şekilde duygu düzenleme stratejilerinde güçlük yaşadığı görülmüştür. Bu çalışmada duygu düzenleme gücünü tek boyutta ele alınmış olup sonraki çalışmalar için duygu düzenlemenin hangi boyutlarında güçlük yaşandığının incelenmesinin önemli olacağı düşünülmüştür. Birincil tanısı OKB olan 7 kişiyle yürütülen bir müdahale çalışmasında, kaçınılan duyguların sonuçlarını, duygusal farkındalık eğitimini ve duygusal maruz bırakmayı içeren duygu düzenlemeye yönelik psikoeğitim ve müdahalenin OKB semptomlarını azalttığı görülmüştür (Allen ve Barlow 2009). Bu bağlamda ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların tedavisinde OKB'nin Bilişsel Davranışçı Terapisi bağlamında Doron ve arkadaşları (2014) tarafından önerilen tedavi modelinin genişletilerek duygu düzenleme becerilerine yönelik psikoeğitim ve müdahalelerin eklenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. İlişki merkezli obsesif kompulsif semptomların tedavi etkililiğine yönelik henüz görgül bir araştırmaya rastlanmamıştır, semptomlarla duygu düzenlemede yaşanan güçlük arasındaki ilişkinin anlaşılmasının gelecekte yapılacak tedavi çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç

Bu çalışma, psikolojik iyi oluş ile duygu düzenleme gücünün ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar ile arasındaki anlamlı ilişkileri ortaya koymaktadır. Bu yönüyle ilk olma özelliği gösteren çalışmanın alanyazına katkılarının yanı sıra bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Çalışmanın sınırlılıklarından biri, erkek katılımcıların az olması nedeniyle cinsiyet dağılımının dengesiz olmasıdır. Alanyazında da genel olarak kadın katılımcıların yoğunlukta olduğu bilinse de, özellikle gelecek romantik ilişki çalışmaları açısından cinsiyet dağılımının dengeli olmasının ve ele alınan değişkenlerin cinsiyet açısından karşılaştırılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Bir diğer sınırlılık, ölçüm araçlarının öz bildirim olması ve verilerin büyük bir çoğunluğunun çevrimiçi olarak toplanmasıdır. Özellikle ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomlar, duygu düzenleme gücünün ve psikolojik iyi oluş gibi kişilerin kendi algılarından ve duygusal süreçlerinden etkilenen kavramlar incelenmiş olması göz önüne alındığında, bulguların daha dikkatli yorumlanması ve bu kavramların objektifliğinin artırılması için deneysel yöntemler gibi farklı yöntemlerin kullanılması önemli olacaktır. Ayrıca çalışmada yüz yüze ve çevrimiçi olmak üzere iki ayrı şekilde veri toplanmış olup, bunlara ilişkin farklılık ele alınmamıştır. Kişilerin kendi bildirimlerine dayanan ve bulunan koşullardan etkilenmiş olmalarının olası olduğu düşünüldüğünde, bu durumun kısıtlılık yarattığı söylenebilir. İlişki merkezli obsesif kompulsif belirtilerin klinik bağlamda OKB ile pozitif yönde olduğu çalışmalar alanyazında yer almaktadır (örn., Doron ve ark. 2012a, Doron ve ark. 2012b, Doron ve ark. 2016); bu çalışmada yalnızca klinik olmayan örneklem grubu incelenmiş olup, klinik popülasyondaki etkileri incelenmemiştir. Bu bağlamda klinik popülasyondaki etkilerin incelenmesi ve bu iki grup arasındaki karşılaştırmaların yapılması alanyazına katkı sağlayacaktır. Ayrıca ele alınan değişkenler düşünüldüğünde; çalışmanın sonuçlarının depresyon, stres gibi klinik bağlam değişkenlerinden, bağlanma stilleri, kişilik gibi

bireysel özelliklerden ve ilişki süresi, ilişki statüsü gibi değişkenlerden etkilenebileceği düşünülmüştür. Sonraki çalışmalarda bahsedilen değişken kategorilerinin kontrol edilerek incelenmesinin veya aralarındaki etkileşimlerin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Sonuç olarak gelecekte hem bulguların genellenebilirliğinin artması hem de ilişki merkezli semptomların doğasının daha iyi anlaşılabilmesi için katılımcıların cinsiyetlerinin dengeli dağılım gösterdiği, cinsiyet farklılıklarının ele alındığı, klinik örneklerle yürütülen, farklı değişkenlerle bağlantıların ele alındığı, kültürler arası çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bununla birlikte, ilişki merkezli obsesif kompulsif semptomların tedavisine yönelik olarak gelecek çalışmalarda ilişkisi süregiden ve sonlanmış bireylerin hem duygu düzenleme süreçlerinin ele alındığı hem de ilişki merkezli obsesif kompulsif semptom şiddeti yönünden karşılaştırıldığı çalışmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Kaynaklar

- APA (2013) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5th ed. Washington DC, American Psychiatric Association.
- Allen LB, Barlow DH (2009) Relationship of exposure to clinically irrelevant emotion cues and obsessive-compulsive symptoms. *Behav Modif*, 33:743–762.
- Ayan, BE (2019) Erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmalar ve duygu düzenleme gücünün aracı rolü (Uzmanlık tezi). İstanbul, İstanbul Medipol Üniversitesi.
- Berking M, Wupperman P (2012) Emotion regulation and mental health. *Curr Opin Psychiatry*, 25:128–134.
- Doron G, Derby DS, Szepsenwol O, Talmor D (2012a). Tainted love: Exploring relationship-centered obsessive compulsive symptoms in two non-clinical cohorts. *J Obsessive Compuls Relat Disord*, 1:16-24.
- Doron G, Derby DS, Szepsenwol O, Talmor D (2012b) Flaws and all: Exploring partner-focused obsessive-compulsive symptoms. *J Obsessive Compuls Relat Disord*, 1:234-243.
- Doron G, Szepsenwol O, Derby D, Nahaloni E (2012c) Relationship-related obsessive-compulsive phenomena: The case of relationship-centered and partner-focused obsessive compulsive symptoms. *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*, 18:71-82.
- Doron G, Derby DS, Szepsenwol O (2014) Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *J Obsessive Compuls Relat Disord*, 3:169-180.
- Doron G, Derby D, Szepsenwol O, Nahaloni E, Moulding R (2016) Relationship Obsessive-compulsive Disorder: Interference, symptoms, and maladaptive beliefs. *Front Psychiatry*, 7:58.
- Faul F, Erdfelder E, Buchner A, Lang AG (2009) Statistical power analyzes using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behav Res Methods*, 41:1149-1160.
- Ferreira S, Couto B, Sousa M, Vieira R, Sousa N, Pico-Perez M, Morgado P (2021) Stress influences the effect of obsessive-compulsive symptoms on emotion regulation. *Front Psychiatry*, 11:594541.
- Gratz KL, Roemer L (2004) Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *J Psychopathol Behav Assess*, 26:41–54.
- Hayes AF (2013) *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, Guilford Press.
- Hayes AF ve Rockwood NJ (2017) Regression-based statistical mediation and moderation analysis in clinical research: Observations, recommendations and implementation. *Behav Res Ther*, 98:39-57.
- İmamoğlu EO (2004) Çok Boyutlu Psikolojik Esenlik (İyi Oluş) ölçeği-Türkçe uyarlaması (Uzmanlık tezi). Ankara, Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Kring AM, Sloan DM (2010) *Emotion regulation and psychopathology*. New York, Guilford Press.
- Kumar S, Mohanty S, Kumar R (2018) Emotional dysregulation of affect in persons with obsessive-compulsive disorder. *Indian J Clin Psychol*, 45:28-32.
- Mancini F, Gangemi A (2004) Fear of guilt from behaving irresponsibly in obsessive-compulsive disorder. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 35:109-120.
- McLaughlin KA, Hatzenbuehler ML, Mennin DS, Nolen-Hoeksema S (2011) Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behav Res Ther*, 49:544-54.
- Naji Meydani F, Doos Ali Vand H, Abasi I, Noori M (2022) Mediating role of difficulties in emotion regulation and experiential avoidance in the relationship between attachment styles and severity of relationship obsessive-compulsive disorder symptoms. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 28:328-345.
- Nutt D, Malizia A (2006) Anxiety and OCD-The chicken or the egg? *J Psychopharmacol*, 20:729-731.
- Preacher KJ, Kelley K (2011) Effect size measures for mediation models: Quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychol Methods*, 16:93 – 115.
- Ryan RM, Deci EL (2001) On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Rev Psychol*, 52:141-166.
- Ryff CD (1989) Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New well-being among the elderly. *Psychol Aging*, 1:91-102.

- Ryff CD, Keyes CLM (1995) The structure of psychological well-being revisited. *J Pers Soc Psychol*, 69:719-727.
- Ryff CD, Singer BH (2008) Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *J Happiness Stud*, 9:13-39.
- Salkovskis PM, Forrester E (2002) Responsibility. *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment and treatment* (Eds RO Frost, G Steketee):45-61. Oxford, Pergamon Press.
- See CCH, Tan JM, Tan VSY, Sündermann O (2022) A systematic review on the links between emotion regulation difficulties and obsessive-compulsive disorder. *J Psychiatr Res*, 154:341-353.
- Smith AH, Wetterneck CT, Hart JM, Short MB, Björgvinsson T (2012) Differences in obsessional beliefs and emotion appraisal in obsessive compulsive symptom presentation. *J Obsessive Compuls Relat Disord*, 1:54-61.
- Şanal Karahan F (2016) Üniversite öğrencilerinde çözüm odaklı düşünmenin depresyon, anksiyete, stres ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi (Doktora tezi). Konya, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Thompson RA (1994) Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monogr Soc Res Child Dev*, 59:25-52.
- Trak E, İnöz M (2017) Yeni bir obsesif-kompulsif semptom içeriği: Romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ölçeği ile partnere ilişkin obsesif-kompulsif belirti ölçeğinin Türkçe formlarının psikometrik özellikleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20:171-185.
- Yap K, Mogan C, Moriarty A, Dowling N, Blair West S, Gelgec C, Moulding R (2018) Emotion regulation difficulties in obsessive-compulsive disorder. *J Clin Psychol*, 74:695-709.
- Yiğit İ, Guzey Yiğit M (2019) Psychometric properties of Turkish version of difficulties in emotion regulation scale-brief form (DERS-16). *Curr Psychol*, 38:1503-1511.
- Whitehead MR, Suveg C (2016) Difficulties in emotion regulation differentiate depressive and obsessive-compulsive symptoms and their co-occurrence. *Anxiety Stress Coping*, 29:507-518.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.