

T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

PEKİŞTİREÇ DUYARLILIK SİSTEMLERİ İLE  
OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK BELİRTİ VE ALT  
TIPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALEKSİTİMİ ALT  
BOYUTLARININ ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Elif DURUK

İstanbul  
Temmuz -2024

T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

PEKİŞTİREÇ DUYARLILIK SİSTEMLERİ İLE OBSESİF  
KOMPULSİF BOZUKLUK BELİRTİ VE ALT TİPLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALEKSİTİMİ ALT BOYUTLARININ  
ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Elif DURUK

Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

İstanbul  
Temmuz -2024

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

(Islak İmza)

Üye Doç. Dr. Yıldız BİLGE

(Islak İmza)

Üye Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ALTUNKAYA ERDOĞMUŞ

(Islak İmza)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Islak İmza

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Pekıştireç Duyarlılık Sistemleri ile Obsesif Kompulsif Bozukluk Belirti ve Alt Tipleri Arasındaki İlişide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolünün İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Elif DURUK

## ÖNSÖZ

Araştırmamdaki her aşamada bana yardımcı olan bilgisi ve birikimini benimle paylaşmaktan asla imtina etmeyen, büyük bir hoş görüyle her soruma cevap vererek bana yol gösteren sevgili hocam ve değerli tez danışmanım Dr. Öğr.Üyesi Gülşah BALABAN' a teşekkürü bir borç bilirim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca benden desteklerini esirgemeyen sevgili aileme ve bilhassa akademik olarak ilerlemem konusunda beni her zaman yüreklendiren biricik babama şükranlarımı sunuyorum.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılan ve veri toplama aşamasında yardımlarını esirgmeden destek sağlayan herkese, özellikle anket çalışmasının başka kişilere ulaşması için benim kadar çaba sarf eden dostlarıma ve danışanlarıma çok teşekkür ediyorum.

**Elif DURUK**

**İstanbul-2024**

## ÖZET

# PEKİŞTİREÇ DUYARLILIK SİSTEMLERİ İLE OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK BELİRTİ VE ALT TİPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALEKSİTİMİ ALT BOYUTLARININ ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

**Elif DURUK**

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

Temmuz, 2024 -160 Sayfa

Yapılan çalışmada pekiştireç duyarlılık sistemleri ile obsesif kompulsif bozukluk (OKB) belirti ve alt tipleri arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi ve hangi düzeyde yortmadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır. Çalışma, 18 yaş ve üstü 266'i kadın (%75.1) ve 88'i erkek (%24.9) olmak üzere toplam 354 kişinin gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Yaş için ortalama 30.75 iken standart sapma değeri 8.34 olarak bulunmuştur. Çalışmada veriler Demografik Bilgi Formu, Boyutsal Obsesif-Kompulsif Ölçeği, Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ) ve Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ) kullanılarak toplanmıştır. Araştırmada Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı yöntemi; Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi, Bağımsız Gruplar t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve PROCESS Macro V.4.1. programındaki model 4 kullanılmıştır. Korelasyon analizi sonucuna göre tüm OKB alt boyutları ile PDÖ alt boyutlarından DİS, Kaç, Don ve aleksitiminin bir alt boyutu hariç tüm alt boyutları ile olan ilişkisinde pozitif doğrultuda korelasyon tespit edilmiştir. Bağımsız Gruplar T-Testi Analizi sonuçlarına göre kadınların OKB ölçeklerinden zarar verme endişesinin, DİS, Kaç ve Don ve PAÖ alt ölçeklerinden genel duygu tanıma-ifade-değerlendirme ve negatif duyguları tanıma- ifade- değerlendirme zorlukları puanlarının erkeklerin puanından istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Regresyon analizi sonuçlarına göre OKB alt boyutlarından, kirlenmenin Don ve Dövüş tarafından, zarar verme endişesinin DİS ve negatif duygu tanımlama zorluğu tarafından, kabul edilemez düşüncenin DİS ve negatif duygu ifade zorluğu tarafından, simetrinin ise DİS ve pozitif duyguları tanımlama zorluğu tarafından yordandığı görülmüştür. Aracılık analizi sonuca göre ise OKB'nin farklı alt boyutlarının farklı

pekiştiren duyarlılık sistemleriyle olan ilişkisinde ise aleksitiminin ve alt boyutlarının kısmi ve tam aracılık rolleri tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; OKB, pekiştiren duyarlılık sistemleri ve aleksitimi arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmadan elde edilen bulgularının kuramsal ve klinik alandaki çalışmalara önemli katkılar sunacağı düşünölmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Pekiştiren duyarlılığı, aleksitimi, obsesif kompulsif bozukluk.



## **ABSTRACT**

# **THE INVESTIGATION OF MEDIATING ROLE OF SUB-DIMENSIONS OF ALEXITHYMIA IN THE RELATIONSHIP BETWEEN REINFORCEMENT SENSITIVITY SYSTEMS AND OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER SYMPTOMS AND SUBTYPES**

**Elif DURUK**

Master, Clinical Psychology

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Gülşah BALABAN

July, 2024- 160 Pages

This study aimed to investigate the mediating role of alexithymia in the relationship between reinforcement sensitivity systems and symptom subtypes of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), and to determine to what extent it predicts. The study was conducted with the voluntary participation of a total of 354 individuals, 266 of whom were female (75.1%) and 88 were male (24.9%), in the age range of 18 and above. The mean age was found to be 30.70, with a standard deviation of 8.34. Data were collected using the Demographic Information Form, Dimensional Obsessive-Compulsive Scale, Perth Alexithymia Questionnaire (PAQ), and Reinforcement Sensitivity Questionnaire (RSQ). Pearson Product-Moment Correlation Coefficient method, Multiple Linear Regression Analysis, Independent Groups t-Test, One-Way Analysis of Variance, and PROCESS Macro V.4.1. were employed in the study. According to the correlation analysis, positive correlations were found between all OCD subdimensions and RSQ subdimensions of BIS, Flight, Freeze, and all alexithymia subdimensions except one. According to the results of the Independent Groups t-Test Analysis, it was found that females scored statistically significantly higher than males in the OCD subscales of Harm, and in the General and Negative Feeling Difficulty Identifying, Describing, Appraising of PAQ subscales and in the BIS, Flight, Freeze. Regression analysis results revealed that OCD subdimensions of Contamination were predicted by Freeze and Fight, Harm by BIS and Difficulty Identifying Negative Emotions, Unacceptable Thoughts by BIS and Difficulty Expressing Negative Emotions and Symmetry by BIS and Difficulty Identifying

Positive Emotions. The analysis of mediation revealed that alexithymia and its subdimensions played both partial and complete mediating roles in the connections between various OCD subdimensions and different reinforcement sensitivity systems. In conclusion it is believed that the findings obtained from this study, which examined the relationship between OCD, reinforcement sensitivity systems, and alexithymia, will make significant contributions to theoretical and clinical studies in the field.

**Keywords:** Reinforcement sensitivity, alexithymia, obsessive compulsive disorder.



# İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI .....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xii
KISALTMALAR .....	xvi

## BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ .....	1
1.1.Problem .....	3
1.2. Amaç .....	3
1.3.Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Varsayımlar .....	5
1.5. Sınırlılıklar .....	6
1.6. Tanımlar .....	7

## İKİNCİ BÖLÜM

<b>PEKİŞTİREÇ DUYARLILIK SİSTEMLERİ, OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK VE ALEKSİTİMİ .....</b>	<b>8</b>
2.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğu.....	8
2.1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğu Tanımı .....	9
2.1.2. Epidemoloji.....	9
2.1.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğu Alt Boyutları.....	10
2.2. Pekiştireç Duyarlılık.....	12
2.2.1. Pekiştireç Duyarlılık Teorisi ve Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri .....	12
2.3. Aleksitminin Tanımı .....	17
2.3.1. Aleksitminin Alt Boyutları.....	17
2.4. İlgili Çalışmalar.....	19

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

<b>ARAŞTIRMA YÖNTEMİ</b> .....	<b>32</b>
3.1.Araştırmanın Modeli .....	32
3.2.Evren ve Örneklem .....	32
3.3. Veri Toplama Araçları .....	33
3.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	33
3.3.2. Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği.....	33
3.3.3. Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği.....	34
3.3.4. Perth Aleksitmi Ölçeği.....	34
3.4. İşlem.....	35
3.5. Veri Analizi.....	35

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

<b>ARAŞTIRMA BULGULARI</b> .....	<b>37</b>
4.1. Sosyodemografik Bilgiler .....	37
4.2. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Araştırmamızdaki Güvenilirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Normallik Katsayıları.....	39
4.3. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması .....	41
4.4. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması .....	43
4.5. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	44
4.6. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Obsesif Kompulsif Bozukluğunun Alt boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	47
4.6.1. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Kirlenme OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	47
4.6.2. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Zarar Verme Endişesi OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	48
4.6.3. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Kabul Edilemez Düşünce OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	48
4.6.4. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Simetri OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi.....	49
4.7. Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	49

4.7.1. Model 1 .....	50
4.7.1.1. OKB Alt Boyutu Kirlenme .....	50
4.7.1.2. OKB Alt Boyutu Zarar Verme Endişesi.....	55
4.7.1.3. OKB Alt Boyutu Kabul Edilemez Düşünceler .....	60
4.7.1.4. OKB Alt Boyutu Simetri .....	65
4.7.2. Model 2 .....	70
4.7.2.1. OKB Alt Boyutu Kirlenme .....	71
4.7.2.2. OKB Alt Boyutu Zarar Verme Endişesi.....	78
4.7.2.3. OKB Alt Boyutu Kabul Edilemez Düşünceler .....	84
4.7.2.4. OKB Alt Boyutu Simetri .....	91

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

### **DEĞERLENDİRME VE TARTIŞMA ..... 98**

5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma .....	98
5.1.1. Demografik Bilgilere Göre Analizlerin Tartışması.....	98
5.1.2. Korelasyon Analizlerine İlişkin Tartışma.....	101
5.1.3. Regresyon Analizlerine İlişkin Tartışma.....	103
5.1.4. Aracılık Analizine İlişkin Tartışma.....	104

### **SONUÇ.....116**

### **KAYNAKÇA.....123**

### **EKLER..... 136**

### **ÖZGEÇMİŞ..... 145**

## TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Sosyodemografik Bulgular .....	38
Tablo 4.2: BOKÖ,PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Güvenirlik Katsayıları, Ortalama,Standar Sapma ve Normallik Katsayı Değerleri .....	40
Tablo 4.3: BOKÖ,PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması .....	42
Tablo 4.4: BOKÖ,PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması .....	43
Tablo 4.5: BOKÖ,PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular .....	46
Tablo 4.6: Kirlenme'yi Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	47
Tablo 4.7: Zarar Verme Endişesi 'ni Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	48
Tablo 4.8: Kabul Edilemez Düşünce'yi Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	49
Tablo 4.9: Simetriyi Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	49

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1: OKB Alt Boyutları İle Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Aleksitimi Aracı Rolünün İncelendiği Aracılık Analizine Ait Çalışma Model.....	50
Şekil 4.2. Kirlenme ile Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	51
Şekil 4.3: Kirlenme ile Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri Belediyeler Tarafından Yürütülen Etkinliklere Katılma Durumu.....	52
Şekil 4.4. Kirlenme ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	53
Şekil 4.5. Kirlenme ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	54
Şekil 4.6. Kirlenme ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	55
Şekil 4.7. Zarar Verme Endişesi ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	56
Şekil 4.8. Zarar Verme Endişesi ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	57
Şekil 4.9. Zarar Verme Endişesi ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	58
Şekil 4.10. Zarar Verme Endişesi ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	59
Şekil 4.11. Zarar Verme Endişesi ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	60
Şekil 4.12. Kabul Edilemez Düşünceler ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	61
Şekil 4.13. Kabul Edilemez Düşünceler ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	62
Şekil 4.14. Kabul Edilemez Düşünceler ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	63
Şekil 4.15. Kabul Edilemez Düşünceler ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	64
Şekil 4.16. Kabul Edilemez Düşünceler ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	65
Şekil 4.17. Simetri ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri .....	66
Şekil 4.18. Simetri ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	67
Şekil 4.19. Simetri ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	68

Şekil 4.20. Simetri ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	69
Şekil 4.21. Simetri ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	70
Şekil 4.22: OKB Alt Boyutları İle Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolünün İncelendiği Aracılık Analizine Ait Çalışma Model.....	71
Şekil 4.23. Kirlenme ile Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	72
Şekil 4.24 Kirlenme ile Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri Belediyeler Tarafından Yürütülen Etkinliklere Katılma Durumu.....	73
Şekil 4.25. Kirlenme ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	75
Şekil 4.26. Kirlenme ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	76
Şekil 4.27. Kirlenme ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	77
Şekil 4.28. Zarar Verme Endişesi ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	79
Şekil 4.29. Zarar Verme Endişesi ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	80
Şekil 4.30. Zarar Verme Endişesi ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	81
Şekil 4.31. Zarar Verme Endişesi ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	83
Şekil 4.32. Zarar Verme Endişesi ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	84
Şekil 4.33. Kabul Edilemez Düşünceler ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	86
Şekil 4.34. Kabul Edilemez Düşünceler ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	87
Şekil 4.35. Kabul Edilemez Düşünceler ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	88
Şekil 4.36. Kabul Edilemez Düşünceler ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	90
Şekil 4.37. Kabul Edilemez Düşünceler ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	91
Şekil 4.38. Simetri ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri .....	92

Şekil 4.39. Simetri ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	93
Şekil 4.40. Simetri ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	95
Şekil 4.41. Simetri ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	96
Şekil 4.42. Simetri ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolüne Ait Aracılık Analizi Değerleri.....	97



## KISALTMALAR

- SPSS** : (Statistic Packets For Social Sciences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi
- sf** : Sayfa
- vd** : Ve Diğerleri
- DSM IV** : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanı ve İstatistiksel El Kitabı-IV)
- DSM V** : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanı ve İstatistiksel El Kitabı-IV)
- OKB** : Obsesif Kompulsif Bozukluk
- PDÖ** : Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği
- PAÖ** : Perth Aleksitimi Ölçeği
- BOKÖ** : Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği
- DİS** : Davranışsal İnhibisyon Sistemi
- DAS** : Davranışsal Aktivasyon Sistemi
- DKDS** : Dövuş, Don, Kaç Sistemleri
- DA** : Davranışsal Aktivasyon Sistemi

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Aleksitimi kelimesi Latince bir kökene sahip olup, kavramsal olarak “duygular için kelime bulamamak” manasına gelmektedir. Aleksitimi kavramını 1970 yılında kuramsal bir çerçeveye oturtan Nemiah ve Sifneos (1970) aleksitimik özellikler sergileyen bireylerin duygularını anlamlandırma ve organize etmede bazı zorluklar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Aleksitimi özelliklerinin birçok ciddi ve kronik somatik hastalıklarda, somatoform bozukluklar ve majör depresyon gibi psikiyatrik bozukluklarda var olduğuna dair çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Taylor ve ark., 1992: 45; Parker ve ark.,1993: 33; Bankier ve ark., 2001: 12). Bu rahatsızlıklardan biri de yetişkin nüfusun yaklaşık %3'ünü etkileyen Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB)'dir (Ruscio ve ark., 2010: 39).

OKB, obsesyon ve kompulsiyonların varlığı ile karakterizedir. Obsesyonlar irade dışı akla gelen, bireyi rahatsız hissettiren, kişinin kendi isteği ile zihninden uzaklaştıramadığı, içsel istekler ya da imajinasyonlardır. Kompulsiyonlar genellikle obsesyonların oluşturduğu anksiyeteyi ortadan kaldırmayı hedefleyen ya da korkulan durumlardan kaçınmak için tekrarlanan eylemler ya da zihinsel faaliyetlerdir (APA, 2013: 79).

OKB'in semptomatik remisyon oranlarının %32 ila %70 arasında değiştiğini bildiren boylamsal çalışmalar olmasına rağmen, Obsesif Kompulsif Bozukluk kalıcı ve kısıtlayıcı bir bozukluk olarak kabul edilmektedir (Burchi ve ark.,2018: 72). Klinik tablolarda OKB rahatsızlığına sahip bireylerin işlevselliğinin bir noktada bozulması bir yana diğer yandan bazı bozuklukları veya fizyolojik rahatsızlıkları tetikleyip eş tanımlı vaka halini alması ile tedavi süreci çok daha zor hale gelebilmektedir. Bu noktada OKB, bir ruh sağlığı problemi olarak, hem rahatsızlık yaşayan kişi ve ailesi için hem de tedavi sürecine eşlik eden sağlık kurumları için zaman ve maliyet gerektiren bir süreci de beraberinde getirmektedir. Bunlara ek olarak, çoğu zaman remisyon sürecinde istenen yanıtların alınamayışı ve bireylerin eski yaşam kalitesine geri dönememesi gibi nedenler sürecin zorluklarını iyice artırmaktadır.

Tüm bu ve benzeri nedenler OKB konusundaki çalışmalara zemin hazırlamış ve bu konuda yapılan araştırmaların sayısının artmasına neden olmuştur. Araştırmalarda

yoğun olarak OKB'nin nerelerden köken aldığı cevaplandırılmaya çalışılmıştır. Bu nedenle literatürde OKB'nin birçok parametre ve psikiyatrik/psikolojik rahatsızlık ile olan ilişkisi araştırılmıştır. Bu başlıklardan biri de trans diagnostik bir özelliğe sahip olan aleksitimidir.

Genellikle aleksitimi olarak adlandırılan subklinik bir yapı olan bozulmuş duygusal farkındalık, bir dizi psikiyatrik ve nörolojik bozuklukta mevcuttur ve işlevsel sonuçlar ve tedavi yanıtı üzerinde zararlı bir etkiye sahip olabilir (Hogeveen ve Grafman, 2021: 37). Aleksitimi ve OKB rahatsızlığının ortak noktalarından biri olarak, motivasyonel uyaranlar ile ilgili beynin çeşitli bölgelerindeki aktivasyon bozukluğu ile karakterize olmaları belirtilebilir. Beynin aktivite yollarından psikopatoloji ile ilişkili olarak gösterilebilecek olan motivasyonel uyaranlar klinik semptomları anlamak adına önem taşımaktadır. Motivasyonel uyaranlar başlığı altında alt başlık olarak incelenebilecek sistemler ceza ve ödül sistemleridir. Bu bağlamda Pekiştireç Duyarlılık Teorisi (PDT) ödül ve cezaya karşı duyarlılık çerçevesini farklı nörobiyolojik sistemler üzerinden açıklamıştır (Gray, 1980: 97; Gray ve McNaughton, 2000: 69). Bu sistemler Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri (PDS) olarak belirtilmektedir. PDT'de yer alan nörobiyolojik sistemlerin; pekiştireç duyarlılık, karakter yapısı, duygusal tepkisellik düzeyleri ve psikopatolojide etkili olduğu belirtilmektedir (Corr ve Pickering, 2008: 13). Örneğin yapılan araştırmalara göre Pekiştireç Duyarlılık Sistemlerinden, Davranışsal İnhibisyon Sistemi (DİS) ile Davranışsal Aktivasyon Sisteminin (DAS) uçlardaki (fazla ya da az) faaliyetlerinin çok sayıda psikopatolojik semptomla ilişkili olduğu bulunmuştur (Bilge ve Sertel Berk, 2018: 46)

Mevcut çalışma kapsamında aleksitimi alt boyutlarının pekiştireç duyarlılık sistemleri, OKB belirti ve alt tipleri ile olan ilişkileri demografik bilgiler eşliğinde incelenecektir. Bu çalışma ile aleksitiminin farklı boyutlarının OKB alt tipleri ve pekiştireç duyarlılık sistemleri ile farklı ilişkiler gösterebileceği hipotezi test edilecek; aleksitiminin ve alt boyutlarının aracı rolüyle birlikte aleksitimi alt boyutlarının ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin hangi alt tiplerinin hangi OKB alt tip ve belirtileri için yordayıcı olabileceği konusu araştırılacaktır.

Bu tez de öncelikle obsesif kompulsif bozukluk ve alt boyutları konusu, ardından pekiştireç duyarlılık sistemleri konusu ele alınacak, daha sonra aleksitimi ve bu üç

kavramın birbiri ile olan ilişkisi incelenecektir. Ayrıca aleksitimi ve alt boyutlarının aracılık etkisi incelenecek ve alan yazında yer alan çalışmalara değinilecektir.

### **1.1 Problem**

Pekiştireç duyarlılık sistemlerinin motivasyonel uyaranlar ile olan bağlantısı göz önüne alındığında aleksitimi aracılığında OKB belirti ve alt tipleri ile olan ilişkisini incelemenin alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Alan yazında aleksitimik özelliklerin birçok psikiyatrik/psikolojik bozuklukta var olduğuna dair çok sayıda çalışma yapılmıştır (Taylor ve ark., 1992: 23; Parker ve ark., 1993: 15; Bankier ve ark., 2001: 47). Bununla birlikte OKB ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin aleksitimi faktörü ile aralarında olan yapıyı araştıran az sayıda çalışma bulunmaktadır (De Berardis ve ark., 2005: 25; Ravi Kishore ve ark., 2004: 46; Rufer ve ark., 2004: 42).

Pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitiminin ayrı ayrı başlıklar altında OKB'yle olan ilişkisine dair literatürde kısıtlı bilgi bulunmasıyla birlikte, alan yazında bu üç değişkenin aralarında olan ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırmaya ulaşılammış ve de literatürde bu üç değişkenin alt boyutlar arası ilişkileri incelenmemiştir.

Mevcut tez kapsamında aleksitimin alt boyutlarının pekiştireç duyarlılık sistemleri ile OKB alt tipleri ve belirtileriyle ilişkileri ve yordayıcı etkiye sahip olup olmadıkları konusu araştırılmış ve kısıtlı çalışmaların yer aldığı tespit edilen bu alanda özgün bir çalışma ortaya çıkarılması hedeflenmiştir.

### **1.2. Amaç**

Bu tezin temel amacı trans diagnostik özelliği ile birçok psikolojik rahatsızlıkla güçlü ilişkileri olan aleksitiminin farklı boyutlarının pekiştireç duyarlılık sistemleri ve OKB alt tipleri ile farklı ilişkiler gösterebileceği hipotezini test etmek ve aleksitimi kavramının ayrıştırıcı bir değişken olabileceğini göstermektir. Yapılan bu çalışmanın Türkiye klinik psikoloji literatüründe sınırlı sayıda çalışmaya sahip olan trans diagnostik bir kavram olarak aleksitiminin ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin daha iyi anlaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak aleksitimi boyutları ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin OKB belirtileri ve alt tiplerinin nasıl daha sağlıklı

yönetilebileceği ve aleksitimi boyutlarının hangi pekiştireç duyarlılık sistemlerinin hangi OKB alt tip ve belirtilerinde yordayıcı olabileceğine dair bilgi elde edilmesi amaç olarak belirlenmiştir. Ayrıca bu çalışma sonuçlarının OKB ve aleksitimi belirtilerine sahip bireylere tedavi amaçlı kullanılacak olan terapi türünün ve terapide uygulanacak tekniklerin belirlenmesi noktasında destek sağlaması amaçlanmaktadır.

Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır:

- 1.Pekiştireç duyarlılık sistemleri, aleksitimi boyutları ve OKB belirti ve alt tipleri arasında korelasyon var mıdır?
- 2.Hangi aleksitimi alt boyutları hangi OKB belirti ve alt tiplerini yordamaktadır?
- 3.Hangi pekiştireç duyarlılık sistemleri hangi OKB belirti ve alt tiplerini yordamaktadır?
- 4.Pekiştireç duyarlılık sistemleri ile OKB belirti ve alt tipleri arasındaki ilişkilerde aleksitimi boyutlarının aracı rolü var mıdır?
- 5.Değişkenler arasındaki ilişkide yaş ve cinsiyet farklılıkları istatistiksel açıdan anlamlı bir farka sahip midir?

### **1.3.Araştırmanın Önemi**

PDT’de yer alan üç farklı nörobiyolojik sistem; pekiştireçlere karşı duyarlılıkta, kişilik temellerinde, psikolojik rahatsızlıklar ve emosyonel cevap verme yapılarında önemli bir etkiye sahiptir (Corr ve Pickering, 2008: 16). Pekiştireç duyarlılık sistemlerinin motivasyonel uyarılar ile ilişkisi ve bu süreçlerin patolojik yapılarla olan bağlantısı dikkate alındığında, pekiştireç duyarlılık sistemlerinin OKB belirti ve alt tipleri ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesi, aleksitimi ve OKB yapılarının daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır. Dolayısıyla bu çalışma ile OKB’nin tedavi ve sağaltım süreci için alan yazına katkı sunulacağı düşünülmektedir. Bunlara ek olarak aleksitimi ve içgörü kavramları tedavi arama davranışları, bozukluğun ciddiyetini kavrayabilme, erken müdahale durumlarını geliştirebilme, tedaviye verilecek olan yanıt düzeyi gibi birçok konu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Yapılan araştırmalara göre OKB rahatsızlığını deneyimleyen kişilerde bozukluğu kesin olarak anlamlandırmaları ve tedavi süreci için harekete geçmeleri arasında 7 yıl olduğu

görülmüştür (Karamustafalıoğlu, 2010: 27). Ayrıca, OKB'de tedavi arama davranışı bireylerin semptomlarını bir bozukluk olarak tanıyabilme becerileri ile ilişkili olduğundan, içgörüsü düşük olan hastalar sıklıkla sağlık hizmeti arama davranışında bulunmamaktadır (Besiroğlu ve ark., 2004: 15).

Bu bilgiler ışığında OKB öncüllerinin, sürdürücü faktörlerinin ve tedavi arama davranışına etki edebilecek süreçlerden biri olan pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitiminin anlaşılmasına yönelik araştırmalar, topluma ve bireye etki eden bu sıkıntıların önlenmesi ve tedavi süreçleri için önem arz etmektedir. Yapılan çalışmayla elde edilen verilerin hem klinik alanda kullanılacak olan terapi çeşidinin hem de terapi sırasında uygulanacak yöntem ve adımların belirlenmesinde destekleyici bilgiler sunacağı düşünülmektedir.

Tezin özgünlüğü ele alındığında ise; aleksitimi ve OKB ile ilgili olarak ayrı ayrı yapılan çalışmalarda bugüne kadar birçok değişken ele alınmıştır. Bununla birlikte alan yazında OKB nin aleksitimi faktörü ile olan ilişkisini araştıran sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır (De Berardis ve ark., 2005: 19; Rufer ve ark. 2004: 56; Ravi Kishore ve ark. 2004: 5). Pekiştireç duyarlılık sistemlerinin ve aleksitiminin ayrı ayrı başlıklar altında OKB ile olan ilişkisine dair literatürde kısıtlı bilgi bulunmasıyla birlikte, alan yazında bu üç değişkenin aralarında olan ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırmaya ulaşılamamış ve literatürde bu üç değişkenin alt boyutlar arası ilişkileri incelenmemiştir. Kısıtlı çalışmaların yer aldığı tespit edilen bu alanda özgün bir çalışma ortaya çıkarılması öngörülmüştür.

#### **1.4. Varsayımlar**

Mevcut tez kapsamında aleksitimin alt boyutlarının pekiştireç duyarlılık sistemleri ile OKB alt tipleri ve belirtileriyle ilişkileri ve yordayıcı etkiye sahip olup olmadıkları konusu araştırılmış, bu değişkenler arası ilişkide aleksitimin aracı rolünün olup olmadığı incelenmiştir. Bu tez kapsamında çalışmada ele alınan hipotezler şunlardır;

1. Hipotez : Pekiştireç duyarlılık sistemleri, aleksitimi boyutları ve OKB belirti ve alt tipleri arasında farklı düzeyde korelasyonlar vardır.

Alt Hipotez : DİS, Kaç ve Don ile aleksitimi ve OKB belirti ve alt tipleri arasında pozitif yönde korelasyon vardır.

Alt Hipotez : Das ve Dövüş ile aleksitimi alt boyutları ve OKB belirti ve alt tipleri arasında korelasyon bulunmamaktadır.

2. Hipotez : Aleksitimi OKB belirti ve alt tiplerini yordayacaktır.

Alt Hipotez: Aleksitiminin alt boyutlarından Negatif duygu tanıma, değerlendirme ve ifade zorluğu, OKB alt boyutlarından Kabul edilemez düşünce, Zarar verme endişesi alt boyutlarını yordayacaktır.

3. Hipotez : Pekiştireç duyarlılık sistemleri OKB belirti ve alt tiplerini yordayacaktır.

Alt Hipotez: Pekiştireç duyarlılık sistemlerinden Don, Dövüş, Dis alt boyutları OKB alt boyutlarından Simetri, Kabul edilemez düşünce, Kirlenme ve Zarar verme endişesini yordayacaktır.

4. Hipotez : Pekiştireç duyarlılık sistemleri ile OKB belirti ve alt tipleri arasındaki ilişkilerde aleksitiminin ve alt boyutlarının aracı rolü vardır.

Alt Hipotez: OKB alt boyutları ile pekiştireç duyarlılık sistemlerinden Kaç, Don ve Dis sistemleri arasındaki ilişkilerde aleksitiminin aracılık rolü vardır.

Ayrıca çalışmada kullanılan ölçme tekniklerinin geçerliliği ve amaca uygun olduğu varsayılmıştır. Veri toplama çalışmasına gönüllü katılan bireylerin cevapları içtenlikle ve yaşamlarında olduğu gibi verdikleri varsayılmıştır.

## **1.5. Sınırlılıklar**

Bu tezde yer alan sınırlılıklardan biri ölçümler için kullanılan ölçeklerdeki verilerin katılımcıların kişisel görüşlerine dayalı olmasıdır. Bireylerin sosyal kabul görme isteği kapsamında bazı cevapları yanlış vermiş olma ihtimalleri bulunabilir. Araştırmanın başka bir sınırlılığı ise klinik örneklemin araştırmaya katılamamış olmasıdır. OKB'ye sahip klinik örneklemin pekiştireç duyarlılık sistemleri ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesini sağlamak alan yazına katkı sağlayacaktır. Diğer bir sınırlılık nedeni ise çalışmanın veri toplama yöntemleri toplum örneklemini üzerinden gerçekleştirilmesine rağmen kadın katılımcı sayısının erkek katılımcı sayısından yüksek olmasıdır.

## 1.6. Tanımlar

Pekiştireç Duyarlılık Teorisi: Kişiliğin temellerinde ve psikolojik/psikiyatrik rahatsızlıklarda incelenebilen kişisel farklılıkların temelinde Davranışsal Aktivasyon Sistemi (DAS), Davranışsal İnhibisyon Sistemi (DİS), Dövüş-Don-Kaç Sistemleri (DKDS) olarak adlandırılan kognitif yapı ile ilişkili farklı sistemlerin bulunduğunu varsayan bir nörobiyolojik teoridir. (Corr, 2004:16; Gray ve Mc Naughton 2000: 67).

Yapılan bu çalışmada Smederevac ve arkadaşları (2014) tarafından revize edilen ve Pekiştireç duyarlılık teorisine uyumlu olarak geliştirilmiş 5 alt boyuta sahip olan Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ) ile çalışılmıştır.

Obsesif Kompulsif Bozukluk: Nötralize edici ritüellerin (kompulsiyonlar) gerçekleştirilmesine neden olan tekrarlayan müdahaleci düşüncelerle (obsesyonlar) karakterize bir bozukluktur (APA, 2013: 79). OKB geleneksel olarak bir kaygı bozukluğu olarak kabul edilmesine rağmen DSM-5 ve DSM-5-TR 'de obsesif-kompulsif ve ilişkili bozukluklar kategorisi olarak isimlendirilmiştir.

Bu araştırmada Abramowitz ile arkadaşları (2010: 43) tarafından geliştirilmiş 20 maddelik bir öz-bildirim ölçeği olan Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği (BOKÖ) ile çalışılmıştır.

Aleksitimi: Kelime yapısı itibariyle Latince bir kökene sahip olup, kavramsal olarak "duygular için kelime bulamamak" manasına gelmektedir. Aleksitimi kavramını 1970 yılında kuramsal bir çerçeveye oturtan Nemiah ve Sifneos (1970) aleksitimik özellikler sergileyen bireylerin duygularını anlamlandırma ve organize etmede bazı zorluklar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Genellikle aleksitimi olarak adlandırılan subklinik bir yapı olan bozulmuş duygusal farkındalık, bir dizi psikiyatrik ve nörolojik bozuklukta mevcuttur ve işlevsel sonuçlar ve tedavi yanıtı üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olabilir (Hogeveen ve Grafman, 2021). Bu çalışmada Preece ve arkadaşları tarafından (2019) geliştirilmiş olan beş alt boyutla aleksitimiye inceleyen 24 maddelik bir öz-bildirim ölçeği olan Perth Aleksitimi Ölçeğini (PAÖ) ile çalışılmıştır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK, PEKİŞTİREÇ DUYARLILIK SİSTEMLERİ VE ALEKSİTİMİ

Bu bölümde obsesif kompulsif bozukluk kavramına, belirti ve alt boyutlarına, pekiştireç duyarlılık teorisine, sistemleri ve özelliklerine, aleksitimi kavramı ve alt başlıklarına değinilecektir. Son olarak bu başlıklar altında literatürde yapılmış olan çalışmalar sunulacaktır.

#### 2.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesif kompulsif bozukluk istemsiz akla gelen, kaygı kaynağı olan obsesyonlar ile bu anksiyetenin zihinden çıkarılması için tekrarlanan kompulsiyonlarla karakterize bir bozukluktur (APA, 2013: 78). OKB geleneksel olarak bir kaygı bozukluğu olarak kabul edilmesine rağmen DSM-5 ve DSM-5-TR 'de obsesif-kompulsif ve ilişkili bozukluklar kategorisi altında sınıflandırılmıştır.

Obsesyon ve kompulsiyon olgusu tarihsel olarak ilk 1838'de Jean Ettiene Dominique tarafından gündeme getirilmiştir. Depresif bir yapılanma ve melankolik bir halin neticesi olarak ortaya çıktığını belirtmiştir. Obsesyon kavramı ise 1860'ta Morel tarafından ilk olarak ifade edilmiştir (Yılmaz, 2018:14). 20. Yüzyılın ilk dönemlerinde Kurt Schneider ve Pierre Janet bu rahatsızlığın ayrı bir klinik vaka olduğunu belirterek belli kriterler belirtmişlerdir. (Ünyeli, 2015: 46). Bu kriterler şunlardır:

1. Bir eylemi gerçekleştirmekte, bir duyguyu hissetmekte veya bir düşünceyi düşünmekte kişisel olarak bireyin zorlanma hissine sahip olması.
2. Obsesyonların içeriğinin, kişinin kendisine yabancı (ego-distonik), mantıksız veya absürt olarak algılanması.
3. Obsesyonlarla baş etmeye çalışırken bireyin direnç göstermesi ve hissetmesi.

### **2.1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanımı**

Yukarıdaki bölümlerde de belirtildiği gibi OKB obsesyon ve kompulsiyonlardan oluşmaktadır. Bu nokta da bu iki terimi açıklamak konunun doğru anlaşılması için önemlidir.

Obsesyon ifadesi rahatsızlık, bunalma veya baskı anlamına gelen Latince "obsidere" kelimesinden gelir. İstemsizce akla gelen ve benlikle bağdaşmayan (ego-distonik), yapılan çabalara karşılık durdurulamayan düşünce, itki ya da fantezilerdir (Yılmaz, 2018: 18). APA (2018) obsesyonları; müdahaleci veya sıkıştırma hissi veren baskı olarak deneyimlenen ve belirgin kaygı, sıkıntı ve rahatsızlığa sebep olabilen tekrarlanan düşünce, fikir, görüntü veya dürtü olarak tanımlamıştır. Bu nokta da Schneider'in Begriffliche Untersuchung über den Zwang (1939) adlı yayınında obsesyonların nedeni ve literatüre getirdiği tanımı, konu için oldukça açıklayıcıdır; bireyin benliğini bazı kognitif içeriklerinden sıyıramadığından dolayı kişinin obsesyonlarının ortaya çıktığını, bu kognitif içeriğin ise bireyin düşünce sisteminden istese de gönderemediği ısrarcı düşünceler, itkiler, resimler, şüpheler ve korkular olduğunu belirtir (Yüksel, 1994: 160-161 ).

Kompulsiyonlar: Obsesif düşüncelerin ortaya çıkardığı kaygıyı nötralize etmek için bireyin uyması gerektiğini düşündüğü sert kurallardır. Birey saçma olduğunu bilmesine rağmen kendini istese de engelleyemediği tekrarlayan eylemler veya zihinsel davranışlardır. Bu davranışlar obsesyonların oluşturduğu anksiyeteyi azaltmaya ya da kaygı uyandıran duruma önlem olarak bireyin kendisini koruduğunu düşüncesine hizmet etmektedir (Sakallı, 2014: 17). Kompulsif eylemlerin amacını açıklarken Salkovskis (1985: 10) genellikle bireyin kendisine ya da başkalarına yönelik algıladığı potansiyel tehlikeyi azaltma ya da önleme amacı taşıdığını ve bu yolla bireyin kendini suçlanmaktan koruduğunu ifade etmiştir.

### **2.1.2. Epidemiyoloji**

Son zamanlarda yapılan çalışmalar doğrultusunda OKB en çok karşılaşılan dördüncü psikiyatrik rahatsızlıktır. Prevelans oranı ise %2,5, yaygınlığı ise %1,5 arasındadır (Karamustafalıoğlu, 2010: 14). OKB hastalığının ortalama ortaya çıkma yaşı 20-25 olarak bildirilmiş olmasına rağmen vakaların neredeyse yarısında çocukluk ve ergenlik dönemlerinde bazı belirtilerin ortaya çıktığı bulunmuştur (Karşlıoğlu ve Yüksel, 2007:

18). OKB'nin insidans yapısı cinsiyet kavramı üzerinden incelendiğinde hastalık başlangıcı erkeklerde daha erkendir. Erkeklerde çocukluk dönemlerinde OKB başlangıcı daha fazla iken yetişkinlik çağlarında kadınlarda OKB daha çok gözlemlenmektedir (Özçürümez ve Altıntaş, 2015: 22). Önceki araştırmaların bazıları kadınlarda OKB'nin biraz daha yaygın olduğunu öne sürmektedir. Ancak çoğu araştırma, OKB hasta dağılımının cinsiyetler arasında anlamlı bir farka sahip olmadığını göstermektedir. Diğer hastalıklarla komorbidite olarak görülebilir. En fazla majör depresif bozukluk ve fobik bozuklukla komorbidite olduğu araştırmalar tarafından saptanmıştır (Demirkol ve Tamam, 2019: 37).

### **2.1.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğu Alt Boyutları**

OKB'nin belirtileri, obsesyonlar, kompulsiyonlar ve kaçınma stratejileri tematik olarak heterojendir ve bireyin kendine özgü endişelerini yansıtmaya eğilimindedir. Yapısal analizler obsesif-kompulsif (OK) semptomların boyutsal olduğunu ve belirli obsesyon ve kompulsiyon türlerinin birlikte ortaya çıkma eğiliminde olduğunu göstermektedir (Mataix-Cols, Rosario Campos ve Leckman, 2005: 29; McKay ve ark., 2004: 37). En sık tekrarlanan OK semptom boyutları arasında;

- a) Kirlenme obsesyonları ve yıkama/temizleme kompulsiyonları,
- b) Zarar verme veya yanlış yapma sorumluluğuyla ilgili obsesyonları ve ona eşlik eden kontrol etme kompulsiyonları,
- c) Düzen ve simetri obsesyonları ve ona eşlik eden düzenleme kompulsiyonları,
- d) Cinsel, din ve şiddetle ilgili kabul edilemez düşünce obsesyonları ile beraber zihinsel kompulsif ritüeller ve diğer gizli nötralize edici stratejiler yer almaktadır.

Bu boyutlar farklı komorbidite örüntüleri, genetik atarım, nöronal alt yapı ve tedavi yanıtı modelleriyle ilişkilidir (Mataix-Cols ve ark., 2005: 67). Bazı klinisyenler istifçiliği bir OK semptom boyutu olarak değerlendirmiş olsa da, yukarıda bahsedilen boyutlara kıyasla bazı nedenlerden ötürü birçok araştırmacı artık istifçiliği OK alt boyutlarından ayrı bir sendrom olarak görmektedir (Abramowitz, Wheaton ve Storch, 2008: 36 ; Frost ve Steketee, 2008: 29 ; Rachman, Elliott, Shafran ve Radomsky, 2009: 43; Saxena, 2007: 31; Wu ve Watson, 2005: 54).

Bu nedenleri şöyle sıralamak gerekirse, istifçilik;

a) diğer psikopatoloji türleriyle daha güçlü bir şekilde ilişkilidir (örneğin, kişilik bozuklukları; Frost, Steke tee, Williams ve Warren, 2000: 76),

b) daha erken başlangıç yaşı ile ilişkilidir,

c) farklı sinirsel aktivite paternlerine ve genetik duyarlılık lokuslarına sahip olma eğilimindedir (Wheaton, Timpano, Lasalle-Ricci ve Murphy, 2008: 43),

d) OKB için etkinliği kanıtlanmış ilaç ve psikolojik tedavilere daha zayıf bir yanıt verir (Abramowitz, Franklin, Schwartz ve Furr, 2003: 49 ;Mataix-Cols, Rauch, Manzo, Jenike ve Baer, 1999: 36).

OK semptomlarının heterojenliği ve kendine özgü doğası, içerik açısından geçerli değerlendirme ve yukardaki nedenlerden dolayı bu çalışmada amaca uygun olarak "kirlenme", "zarar verme endişesi", "simetri" ve "kabul edilemez düşünceler" alt boyutlarına sahip Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozukluk ölçeği kullanılmıştır.

OKB'nin motivasyonel uyarılarla ilgili beynin çeşitli bölgelerindeki aktivite bozukluğu ile ilintili olduğu önceki araştırmalar tarafından belirtilmiştir (Modell ve ark., 1989: 27-36). OKB, özellikle ödül işleme bağlamında, pekiştireç duyarlılık sistemlerindeki değişikliklerle ilişkilendirilmiştir. Çalışmalar, OKB'li bireylerin, ventral striatum ve orbitofrontal korteks gibi bölgeleri içeren nöronal yolların ödül kazanmak ve kaybetmek beklentisinde değişiklikler gösterebileceğini bulgulamıştır (McDonald, 2024). Ayrıca, interkalat amigdala hücrelerindeki işlev bozukluğu, OKB'deki sönme işlevinin eksikliği ve negatif pekiştireç eksikliği ile ilişkilendirilmiştir (Laurent, 2024). Bu durum, OKB semptomlarının ödül ve cezanın işlenmesinde rol oynayan beyin bölgelerindeki anormalliklerden etkilenebileceğini düşündürmektedir.

Dahası, araştırmalar OKB ile ödülle ilişkili beyin bölgelerindeki etkin bağlantının değişmesi arasında bir bağlantı olduğunu, beyindeki ödül algılama süreçlerinin ve OKB'nin nöroanatomik modellerinin orbitofrontal korteks de dahil olmak üzere frontostriatal ağları içerdiğini göstermiştir (Alves-Pinto ve ark., 2019). Bu çalışmalar OKB ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin beyin yollarındaki etkileşimine dair bilgi vermektedir. Ayrıca, beyindeki pekiştireç görevi gören ödül ve ceza sistemleri arasındaki dengesizliğin obsesif-kompulsif davranışlara yol açan örtük seçimleri

güçlendirdiği ve OKB semptomlarının gelişiminin altında yatan potansiyel bir mekanizmaya işaret ettiği öne sürülmüştür (Sakai ve ark., 2020). Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda beynin aktivite yollarından psikopatoloji ile ilintili olarak gösterilebilecek olan motivasyonel uyarılar klinik semptomları anlamak adına önem taşımaktadır.

## **2.2. Pekiştireç Duyarlılık**

### **2.2.1. Pekiştireç Duyarlılık Teorisi ve Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri**

Pekiştireç Duyarlılık Teorisi (PDT) pekiştireçlere duyarlılık ve kişilikle beraber psikopatolojide de sergilenen bireysel farklılıkların altında yatan nedenler arasında beyinde yer alan üç farklı sistemin olduğunu ileri sürmüş nörobiyolojik bir teoridir. Davranışsal Aktivasyon Sistemi (DAS), Dövüş/Kaç sistemi (DKDS) ve Davranışsal İnhibisyon Sistemi (DIS) Jeffrey Alan Gray (Gray, 1982) tarafından önerilen PDT'nin bileşenleridir. PDT'e göre bu nöronal aktivasyon sistemleri kişisel motivasyonda etkiye sahip olan pekiştireç duyarlılığı, karakter, psikolojik rahatsızlıklar ve emosyonel tepkisellik seviyelerinde önemli bir etkiye sahiptir (Pickering ve Corr, 2008). Bu üç temel alt sistem biyolojik açıdan ele alındığında DİS septo-hipokampal yolakla; DAS mezolimbik dopaminerjik yolaklar ile bağımlı olduğu tespit edildiği belirtilmektedir (Pickering ve ark., 1995: 48).

Gray'in değerlendirmelerinden sonra ilerleyen süreçte motivasyonel sistemlere dair süregelen deneysel araştırmalar sonucunda DİS ve DKS sistemlerinin önemli ölçüde farklılıklara sahip olduğu bulgulanmıştır. Bunun sonucu olarak PDT revize edilmiştir (Gray ve McNaughton, 2000: 54). Literatürdeki çoğu çalışma revize edilmemiş PDT'ye göre yapılmıştır. Revize edilen PDT'de DİS ve DAS'ın fonksiyonu eski yapısını muhafaza ederken, sistemin DKS boyutuna donma refleksi ile ilişkili olarak "Don" alt başlığı tanımlanmış ve sistemin yeni yapısı dövüş/kaç/don sistemi (DKDS) olarak değiştirilmiştir.

Sistemlerin yapısı ve özellikleri ise;

1. DAS (Davranışsal Aktivasyon Sistemi): DAS, ödüle duyarlılık ile ilişkilidir. Ödül ya da cezasızlık sinyalleri ile aktive olur (Corr ve McNaughton, 2008: 36 ). DAS'ı yüksek olan bireyler tipik olarak ödül, yaklaşım motivasyonu ve olumlu etki

sinyallerine karşı daha hassastır. Ödülleri aramaya, yeni fırsatları keşfetmeye ve yaklaşma davranışlarında bulunmaya eğilimlidirler. DAS'ın dışadönüklük ve olumlu duygusallıkla bağlantılı olduğu düşünülmektedir (Gray,1981).

2. DİS (Davranışsal İnhibisyon Sistemi): DİS ise cezaya, yeniliğe ve belirsizliğe karşı duyarlılıkla ilişkilidir. Ceza olması, ödül olmaması veya yenilik sinyalleri ile aktive olur (Corr ve McNaughton, 2008: 45). DİS hassasiyeti yüksek olan bireyler daha temkinli, riskten kaçınan ve potansiyel tehditlere ya da olumsuz sonuçlara işaret eden ipuçlarına duyarlı olma eğilimindedir. DİS'i yüksek olan kişilerin cezaya ve kaygıya tepki verme olasılığı daha yüksektir (Smillie ve ark., 2006: 56) Kaçınma davranışlarına, kaygıya ve tetikte olmaya meyillidirler. DİS genellikle nevroitiklik ve negatif duygusallık ile ilişkilendirilir.

3. DKDS (Dövüş-Kaç-Don): Kaçınma eylemleri ile ilişkilidir (Gray ve McNaughton, 2000: 32 ). Dövüş-Kaç-Don (DKDS), algılanan tehdit veya tehlike tarafından tetiklenen bir dizi uyarlanabilir davranıştır (Corr ve McNaughton, 2008: 54 ). Bu tepki spesifik bir şekilde DAS veya DIS'in bir parçası değildir, ancak daha geniş PDS bağlamında bunlarla ilişkilendirilebilir. Bireyler bir tehdit algıladıklarında bu tepkilerden birini sergileyebilirler:

- a. Dövüş: Tehditle yüzleşmek ve mücadele etmek.
- b. Kaç: Tehditten tamamen kaçmak veya kaçınmak.
- c. Don: Tehdide yanıt olarak hareketsiz veya felçli kalmak.

Son psikoloji araştırmaları, davranışsal aktivasyon sistemi, davranışsal inhibisyon sistemi, kaç, dövüş ve don tepkileri de dahil olmak üzere çeşitli senaryolardaki insan tepkilerini incelemiş, bu tepkilerin stres uyaranları tarafından tetiklenen fizyolojik ve psikolojik mekanizmalarla karmaşık bir şekilde nöral yollarla ilişkilendirildiğini ortaya koymuştur.

Araştırmalar beynin fizyolojik yapılarının bu savunma mekanizmalarını kontrol ettiğini belirtmiştir. Amigdalanın periaqueductal gray gibi diğer beyin alanları ile etkileşimleri, tehditlere karşı dövüş, kaç ve don davranışlarının düzenlenmesine katkıda bulunur (Keller ve ark., 2019; Hanscom ve ark., 2020). Ayrıca, stresin fizyolojik tepkilere olan etkisi bakımından otonom sinir sistemi de bu hayatta kalma tepkileriyle karmaşık bir şekilde ilişkilidir (Keller ve ark., 2019; Hanscom ve ark.,

2020). Bu tepkilere karşı savaşmak, kaçmak veya tehlike karşısında hareketsiz kalmak için vücudu hazırlayan fizyolojik değişikliklere yol açan sempatik sinir sisteminin aktive olması söz konusudur.

Sempatik sinir sisteminin aktifleşmesi ve parasempatik sinir sisteminin inhibisyonu, stres karşısında bilinen akut bir tepki olan dövüş veya kaç tepkisini başlatır (Cao ve ark., 2019). Bu tepki, bireyleri algılanan tehditlere karşı hazırlamak için hayati öneme sahiptir. Diğer pekiştireç duyarlılık sistemlerinden davranışsal inhibisyon sistemi ve davranışsal aktivasyon sistemi de insanların çeşitli uyaranlara verdiği tepkileri şekillendirmede kritik roller oynar. DİS, kaygı ve tehdit işleme ile ilişkilidir ve tehdit potansiyelli irkilme refleksi tepkisiyle bağlantılıdır; bu da amigdala gibi subkortikal yapılar aracılığıyla gerçekleşir (Qi ve ark., 2010:23). Diğer yandan, DAS ödül veya cezasızlık belirtilerine yanıt olarak aktive olan bir sistemdir (Newman ve Malterer, 2009:54). Bu sistemler, bireylerin farklı durumlara nasıl tepki verdiklerini anlamak için önemlidir; DİS daha çok kaçınma eğilimleriyle ilişkilendirilirken, DAS yaklaşma eğilimleriyle ilişkilidir.

Kaç, dövüş ve don tepkileri ise insan psikolojisinin derinlerine kök salmıştır ve genellikle stres veya tehlike karşısında vücudun fizyolojik tepkileriyle ilişkilendirilirler. Dövüş ya da kaç tepkisi, otonom sinir sistemi tarafından yönetilir ve algılanan bir tehlide karşı ya mücadele etmeyi ya da kaçmayı sağlamak üzere vücudu hazırlar (Christian, 2014:67). Buna karşın, donma tepkisi olarak da bilinen tonik hareketsizlik, tehlike karşısında geçici bir felç veya hareketsizlik durumunu ifade eden bir savunma mekanizması olarak görülebilir (Qi ve ark., 2010: 25). Bu tepkiler, insanların tarihsel olarak tehditkâr durumlarda hayatta kalmasına yardımcı olan yapılar olarak kabul edilir.

Yukarıda da belirtildiği üzere OKB'nin motivasyonel uyaranlarla ilgili beynin çeşitli bölgelerindeki aktivasyon bozukluğu ile ilişkili olduğu önceki araştırmalar tarafından belirtilmiştir (Modell ve ark., 1989: 27-36). OKB, özellikle beynin ödül işleme yapısı bağlamında, pekiştireç duyarlılık sistemlerindeki değişikliklerle ilişkilendirilmiştir. Çalışmalar, OKB'li bireylerin, ventral striatum ve orbitofrontal korteks gibi bölgeleri içeren nöronal yolların ödül kazanmak ve kaybetmek beklentisinde değişiklikler gösterebileceğini bulgulamıştır (McDonald, 2024: 89-102). Ayrıca, interkalat amigdala hücrelerindeki işlev bozukluğu, OKB'deki sönme işlevinin eksikliği ve

negatif pekiştireç eksikliği ile ilişkilendirilmiştir (Laurent, 2024:12). Bu durum, OKB semptomlarının ödül ve cezanın işlenmesinde rol oynayan beyin bölgelerindeki anormalliklerden etkilenebileceğini düşündürmektedir.

Ayrıca araştırmalar, OKB'li bireylerde karar verme, hata işleme ve alışkanlık oluşumu gibi alanlarla ilişkili beyin fonksiyonlarında anormallikler gösterebileceğini ortaya koymuştur (Molinares ve ark., 2022: 49). OKB'nin serotonin ve dopamin gibi nörotransmitter sistemlerindeki değişikliklerle ilişkilendirildiği gösterilmiştir; bu sistemler duygu durum ve davranışları düzenlemede rol oynar (Zimbrian ve ark., 2019:64). OKB'nin nöral mekanizmalarının anlaşılması, bu bozukluktan etkilenen bireyler için etkili tedavi ve müdahaleler geliştirmek açısından önemlidir.

Keza anksiyete ile ilişkili olan davranışsal inhibisyonun stresle ilişkili psikopatolojinin gelişim riskinin üzerindeki etkisi psikolojide ilgi çeken bir konudur. Davranışsal inhibisyon, tehdiye adaptasyon sağlayan bir tepki olarak başlar, ancak aşırı derecede sergilenirse anksiyete bozuklukları (bilindiği üzere DSM 5'den önce OKB bir anksiyete bozukluğu olarak adlandırılıyordu) ve depresyona yol açabilecek biçimde maladaptif hale gelebilir (Qi ve ark., 2010:35 ). Araştırmalar, duyguları işleme sistemine dahil olan önemli bir beyin bölgesi olarak amigdalanın, bu tepkilerin düzenlenmesinde önemli bir rol oynadığını göstermiştir (Roelofs, 2017: 39; Roelofs ve Dayan, 2022: 98).

Patolojik yapılara dair olan bu bulgularla birlikte tedavi alanında, Davranışsal Aktivasyon (DA), çeşitli ruh sağlığı koşulları için umut verici bir sistem olarak tedavi amaçlı olarak kullanılabilmesine dair veriler ortaya çıkmıştır. DA'nın terapilerde kullanımı ile DAS'ın bireylerde aktive olacağı aşıkardır. Daha önceden yukarıda da belirtildiği üzere DAS sistemi ödül, yaklaşım motivasyonu, ödülleri aramaya, yeni fırsatları keşfetmeye ve yaklaşıma davranışlarında bulunmaya eğilimlidir (Gray,1981). DA, depresyon ve diğer psikolojik bozukluklarla mücadelede, yapılandırılmış müdahale olarak ve ödüllendirici aktivitelerle tedaviye katılımı artırmayı hedeflemek amaçlı kullanılabilir bir sistemdir (Daughters ve ark., 2022:56). Bu bilgiler dikkate alındığında alekstimik OKB'li bireyler için tedavi yapısına dair yapılacak araştırmalarda pekiştireç duyarlılık sistemlerinin, aleksitimi ve OKB bağlamında incelenmesi daha fazla önem arz etmektedir. Çünkü yapılan bazı araştırmalar OKB'li yüksek aleksitimi seviyelerine sahip hastaların tedaviye düşük bağlılık gösterdiği

bulgulanmıştır (Kim ve ark., 2022). Araştırmalarda ayrıca, DA'un duygu durum bozukluklarının tedavisinde Bilişsel Davranışçı Terapi kadar etkili olabileceğini ve psikolojik destek arayan bireyler için daha basit ve etkili bir alternatif sunduğunu gösterilmiştir (Walsh ve ark., 2021).

Duygusal işlevsellik ve süreçler bağlamında, DAS ve DIS arasındaki etkileşim ilgi araştırmacıları heyecanlandıran bir konudur. Yüksek DAS ve DIS etkileşimleri, beyindeki duygu işleme yollarını anlamak adına öncül olarak araştırılmış, bu sistemlerin bireylerin stres, ceza ve ödül işaretlerine verdiği yanıtları nasıl etkilediğine alan yazında bakılmıştır (Wilborn ve ark., 2018). Dahası, DA ödül duyarlılığının farklı alanlarda adaptif işlevsellik öngördüğü gösterilmiş, DAS'ın pozitif psikolojik sonuçları teşvik etmedeki önemi vurgulanmıştır (Taubitz ve ark., 2015).

Alan yazında OKB hariç diğer psikoloji değişkenleri kullanılarak yapılan çalışmalara bakıldığında pekiştirici duyarlılık sistemlerinin doğası anlaşılmaya çalışılmış ve bu tepkilerin ifade edilmesinde- ortaya çıkmasında bireysel farklılıkların etkileyici bir rolü olduğu gözlemlenmiştir. Elde edilen bu sonuçlar kişilerde bu sistemlerin farklı düzeylerde farklı zaman ve mekanlarda farklı şekillerde kullanılabilirliğini, pekiştirici duyarlılık sistemlerinin beynin diğer fenomenleri gibi stabil olarak bireylerde seyretmediğini göstermiştir. Örneğin, savaş gazileri üzerine yapılan araştırmalar, sosyal anksiyete ve stres faktörlerine yanıt olarak ödül duyarlılığının rolünü vurgularken (Kimbrel ve ark., 2016:78), çocukların istismar olayları sırasında peritratmatik tepkiler üzerine yapılan çalışmalar, etnik veya dini kimlik farklılıklarıyla birlikte dövüş ya da kaç tepkilerinde varyasyonlar olduğunu göstermiştir (Klebanov ve Katz, 2021: 54).

Bu bulgular, bireysel özelliklerin, geçmiş deneyimlerin ve fizyolojik tepkilerin karmaşıklığını vurgular, bu da bireylerin DIS, DAS, dövüş, kaç veya don davranışlarıyla nasıl etkileşimde bulduklarını şekillendirir. Kısacası bu tepkiler doğası gereği adaptiftir ve pekiştirici duyarlılık sistemlerindeki hassasiyetler bireysel farklılıklara göre değişebilir. Motivasyonel uyaranlar ile bağıntılı olarak bu bireysel farklılıkları belirleyen ana faktörlerden biri kişilerin duygularını tanıma, anlamlandırma ve tanımlamadaki bilişsel kapasiteleridir.

### **2.3. Aleksitiminin Tanımı**

Aleksitimi APA (2013) tarafından kişinin duygularını ifade edememesi, tanımlayamaması veya duyguları arasında ayırım yapamaması olarak tanımlanmıştır. Özellikle çeşitli bozukluklarda ve travmatik bir stres etkenine tekrar tekrar maruz kalmanın ardından ortaya çıkabileceği ya da başlı başına bir bozukluk da olabileceği belirtilmiştir. Aleksitimi üç duruma bağlı duygu tanıma ve ifade eksikliğiyle ilgili bir durumdur (Hendryx, Haviland ve Shaw, 1991: 42). Bu üç durum: duyguları tanımlamada zorluk (DTZ), duyguları ifadede zorluk (DİZ) ve dış vuruk düşünme (DVD) (Sifneos, 1991; Taylor, 1994: 63) olarak belirtilmiştir.

Aleksitimi kelime yapısı itibariyle Latince bir kökene sahip olup, kavramsal olarak “duygular için kelime bulamamak” manasına gelmektedir. Aleksitimi kavramını 1970 yılında kuramsal bir çerçeveye oturtan Nemiah ve Sifneos (1970) aleksitimik özellikler sergileyen bireylerin duygularını anlamlandırma ve organize etmede bazı zorluklar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu zorluklar, duyguları adlandıramama ve duyguları söze dökmekte zorlanma, duygularını birbirinden ayıştıramamak veya duyguların farkında olmaksızın hayatı sürdürmek şeklinde alt tipler olarak belirtilebilir. Aleksitimi özelliklerinin birçok ciddi ve kronik somatik hastalıklarda, somatoform bozukluklar, OKB ve majör depresyon gibi psikiyatrik bozukluklarda da var olduğuna dair çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Taylor ve ark., 1992: 23; Parker ve ark., 1993: 15; Bankier ve ark., 2001: 47). Ayrıca, aleksitiminin zamansal dağılımını ve anksiyetik psikolojik yapılara eşlik eden dissosiyasyon ile ilişkisini araştıran çalışmalar, aleksitiminin bir kişilik özelliği olarak kalıcı doğasına dair araştırmacılara daha fazla içgörü sağlamaktadır (Saarijärvi ve ark., 2006: 15; Grabe ve ark., 2000: 27).

#### **2.3.1. Aleksitimi Alt Boyutları**

Aleksitiminin ilk teorik modelleri çoğunlukla psikoanalitik fikirlerle desteklenmiş ve aleksitimi en az dört bileşenden oluşan çok boyutlu bir yapı olarak tanımlanmıştır. (Crook ve Stein, 1991) Bu alt boyutlar:

1. Duygularını Tanımlamada Zorluk (DTZ): Bu boyut, bireylerin kendi içlerindeki farklı duygusal durumları tanımakta ve ayırt etmekte ne ölçüde zorlandıklarını ifade eder. Bu boyutta yüksek olan kişiler duygularını etiketlemekte zorlanabilir veya fiziksel hislerini duygusal deneyimlerle karıştırabilir. (Bagby ve ark., 1994: 34).

2. Duygularını İfadede Zorluk (DİZ): Kişinin duygularını ifade etme ve söze dökme becerisiyle ilgilidir. Bu boyutta yüksek olan bireyler duygularını kelimelere dökmekte ya da başkalarına ifade etmekte zorlanabilirler. (Bagby ve ark., 1994: 45).

3. İç deneyimlerden ziyade dış uyaranlara aşırı odaklanma ile karakterize olan dış vuruk düşünme (DVD): İçsel duygusal deneyimlerden ziyade dışsal olaylara ve somut detaylara odaklanma ile karakterize edilen bilişsel bir tarzı içerir. Bu alt boyutu yüksek olan bireyler, pratik konulara veya dış uyaranlara konsantre olmayı tercih ederek iç gözlem ve duygusal keşiften kaçınma eğiliminde olabilirler. Ayrıca, başkalarının bakış açılarını ve duygularını hayal etmekte veya anlamakta zorluk çekebilirler (Bagby ve ark., 1994: 36).

4. Hayal Kurmada Zorluk (HKZ): Gündüz düşleri ve fantezilerin yokluğu veya azlığı ile karakterize alt boyuttur (Nemiah, 1977: 54; Taylor, Ryan ve Bagby, 1985: 45).

Bu yaklaşımın savunucuları, yüksek düzeyde aleksitimi olan kişilerin somatik veya psikiyatrik semptomlara karşı daha savunmasız olduklarını, çünkü içgüdüsel dürtülerinin enerjisini düzenlemek için zihinsel detaylandırma veya fanteziyi kullanamadıklarını varsaymıştır (McDougall, 1974: 34; Nemiah, 1977: 46). Ancak aleksitimi modelleri ile aleksitimi ölçüm teknikleri ilerledikçe (Bagby, Taylor, Quilty ve Parker, 2007: 44) aralarındaki bazı tutarsızlıklar nedeniyle Preece, Becerra, Allan ve arkadaşları (2017) Gross'un (2015) ekleme yapılmış duygu düzenleme kuramını da bu sisteme eklenti yaparak aleksitiminin Dikkat-Değerlendirme Modelini (DDM) önermiş ve bu konuya farklı bir perspektif sunmuşlardır. DDM, daha önceki aleksitimi modellerinin (Sifneos, 1996; Taylor ve ark., 1999: 47) gelişmiş versiyonudur. Bu modele göre duygu düzenlemede bir kişinin bir uyarının anlamını değerlendirdiği dört aşamalı bir döngü vardır. Bu döngü, durum-dikkat-değerlendirme-tepki dizisinden oluşan sistemlerdir (Gross, 2015: 3). DDM, aleksitimiyi birbiriyle ilişkili üç bileşenden oluşan çok boyutlu bir yapı olarak tanımlamıştır: Duyguları ifade etme (DİZ), Duyguları Değerlendirme (DDZ) zorlukları ve Dışa Vuruk Düşünme (DVD).

Yapılan çalışmalar sonucunda ilk modellerin tutarsızlığı göz önünde bulundurularak duygusal bir olgu olan aleksitiminin ölçümünde bu üç alt boyutun hem negatif hem de pozitif değer olguları üzerinden değerlendirilmesi gerekliliği bulunmuştur (John ve Eng, 2014: 28). Bu gerekliliğe dair çalışmalar alan yazında mevcuttur. Örneğin; Van der Velde ve arkadaşlarının 2013'te yaptıkları meta-analizi sonucu aleksitiminin

işlenen duyguların olumsuz veya olumlu olmasına bağlı olarak farklı nöral korelasyonlara sahip olduğunu göstermiştir. Bu ve benzeri nedenler sonucunda aleksitiminin, negatif ve pozitif duygular için ayrı DİZ ve DDZ alt boyutları üzerinden ölçülmesi daha çok güvenilirlik sağlayan bir yöntem olarak öne çıkmaktadır. Alan yazında görülen araştırmalar sonucunda bu çalışmamızda aleksitiminin tüm bu alt boyutlarını ölçen Perth Aleksitimi Ölçeği kullanılmış olup, daha geçerli ve güvenilir bir araştırma yürütülmeye çalışılmıştır. Bu tez çalışmasında diğer iki ana değişkene dair de alan yazında yapılmış olan araştırmalar yol gösterici olmuştur.

#### **2.4. İlgili Çalışmalar**

Klinik araştırmalardan formüle edilen aleksitimi yapısı çok yönlüdür ve şu özellikleri içerir; duyguları tanımlama ve isimlendirmede zorluk, duyguları bedensel duyumlardan ayırt etmede zorluk, hayal kurmaktan yoksun olma, somut ve yetersiz içe dönük düşünme olarak ifade edilmektedir (Lesser, 1981: 52; Taylor ve ark. 2000: 33). Aleksitimi, genel popülasyonda normal dağılıma sahip bir olgu olarak değerlendirilmekle beraber, ruhsal problemlerin ortaya çıkışı ve ilerlemesi konusunda da bir risk etkeni olarak belirtilmiştir. Bu eksiklikler, duyguları ve ilişkili tepkileri düzenleyememe ile sonuçlanır ve bu da insanları hem psikolojik hem de somatik semptomlara yatkın hale getirebilir (Arıcak ve Ozbay, 2016: 63; Hendryx ve ark., 1991: 44; Perry ve Hayaki, 2014: 67; Westwood, Kerr-Gaffney, Stahl ve Tchanturia, 2017: 56). Alanyazında yer alan çalışmalarda, aleksitiminin çeşitli psikopatolojik semptomlarla da yakından ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Örneğin kaygı bozuklukları, panik bozukluklar, depresyon, (Honkalampi ve ark., 2000: 35; Bankier ve ark., 2001: 23) anoreksiya nervoza, kişilik bozuklukları ve patolojik kumar bağımlılığı (Elmas ve ark., 2017: 49; Corcos ve ark., 2000: 50) aleksitimi ile ilişkili bulunmuştur. Aleksitimi pek çok psikolojik/psikiyatrik duruma eşlik etmektedir ve OKB bu durumlardan biridir (Honkalampi ve ark., 2000: 28; Bankier ve ark., 2001: 47).

Araştırmalar sürekli olarak obsesif kompulsif bozukluk ile aleksitimi arasında önemli bir ilişki olduğunu göstermektedir. Duyguları tanımlama ve tanımlama güçlükleri ile karakterize edilen aleksitiminin OKB semptomları ile ilişkili olduğu bulunmuştur

(Tamrchi, 2024; Bagheri ve ark., 2021; Wu ve ark., 2018; Benatti ve ark., 2020). Çalışmalar, OKB'li bireylerin aleksitimi ile bağlantılı olan bastırma ve disosiyasyon gibi ortak savunma mekanizmaları sergileyebileceğini göstermiştir (Kim ve ark., 2022). Ayrıca, aleksitimi bireylerdeki kişilik özellikleri, başa çıkma stratejileri ve OKB arasındaki ilişkide aracı bir rol oynamaktadır (Bagheri ve ark., 2021). Ayrıca, OKB hastalarının %30 ila %40 arasında değişen önemli bir yüzdesi aleksitimi sergilemektedir (Benatti ve ark., 2020). Bu komorbidite, artan OKB şiddeti ve bozukluğa ilişkin daha düşük içgörü ile ilişkilendirilmiştir (Benatti ve ark., 2020). Aleksitimi ile OKB arasındaki ilişki, bu iki durum arasında paylaşılan nöral temel yollar olduğunu öne süren kanıtlarla daha da desteklenmektedir. Literatür sonuçları göz önünde bulundurularak belirtilebilir ki; araştırmalar, OKB ve aleksitimi arasında güçlü ve çok yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir.

OKB bireyde yoğun bir rahatsızlığa yol açan intruzif ve kontrol sağlanamayan obsesyon ve kompulsiyonlar ile karakterize ileryen nörolojik temelli bir psikolojik rahatsızlıktır. Epidemiyolojik araştırmalar OKB'nin toplum genelinde % 2.3 ile % 3.8 arasında değişen prevalans oranı olduğunu göstermektedir (Subramaniam ve ark.,2014: 58). Obsesif kompulsif bozukluk belirti ve alt tiplerinde çok farklı obsesyonlar ve kompulsiyonlar vardır. Yapılan çalışmalardaki nöropsikolojik bulgular, prefrontal-kortikal devrelerdeki hasarın obsesif kompulsif bozukluğa neden olabileceğini doğrulamıştır (La Paglia, 2014: 20). Bu nöral devreler yürütme işlevlerini kontrol eder (Pauls, 2014: 47; Wilson, 2021: 52). OKB etiyojisi ile ilgili olarak, giderek artan sayıda çalışma OKB ve yürütücü işlevler arasındaki ilişkiye odaklanmıştır (Abramovitch, 2013: 12; Shin, 2014: 26). Örneğin bir çalışmada, hastalardaki OKB şiddetinin yüksek olması kişilerdeki düşük kendi davranışlarını, düşüncelerini veya duygularını takip etme ve değerlendirme yetenekleriyle yani aleksitimik özellik- belirtilerle ve düşük bilişsel esneklikle ilişkili olduğunu, istifleme ve kontrol etmenin ise günlük yaşamdaki zayıf yürütücü işlevlerle bağlantılı olduğunu gözlemlemiştir (Kumbhani ve ark., 2010: 38). Bir diğer araştırma olarak McNamara ve arkadaşları (2014: 102) tarafından yürütülen çalışmada, farklı durumlara, görevlere veya düşünce kalıplarına hızlı ve etkili bir şekilde adapte olabilme yeteneğinde bozulma, inhibisyon, duygusal kontrol, planlama ve organizasyon, davranışlarını düşüncelerini veya duygularını takip etme ve değerlendirmede ve başlatmadaki bozulmanın (aleksitimik özellik ve belirtiler), tedavi sırasındaki hastalarda daha

yüksek OKB puanları almalarına neden olabileceği bulunmuştur. Yönetici İşlevin Davranış Derecelendirme Envanteri kullanılarak değerlendirilen yürütücü işlevler ile Yale-Brown ölçeği kullanılarak ölçülen OKB arasındaki ilişkiyi inceleyen bir diğer çalışmada ise, duygusal kontrolün obsesyonlarla anlamlı derecede ilişkili olduğu, kompulsiyonların ise inhibisyon, duygusal kontrol, planlama-organizasyon ve davranışlarını, düşüncelerini veya duygularını takip etme ve değerlendirme yetenekleri ile ilişkili olduğu görülmüştür (Schwam, King ve Greenberg, 2015: 79). Literatürdeki çalışmalarda da görüldüğü üzere obsesyon ve kompulsiyon döngüsünün oluşturduğu bağlam içerisinde OKB'de inhibisyon, kaçınma davranışları (Thomas, Gonsalvez ve Johnstone, 2016: 26) ve duyguları okuma, anlama, değerlendirme zorluğu veya bozulması gibi aleksitimik özellikler ve belirtiler oldukça yaygındır (Khosravani ve ark., 2017: 127). OKB'li bireylerdeki içgörü ve aleksitimi seviyesinin ele alındığı bir araştırmada ise, OKB'li kişilerde yüksek aleksitimi düzeyleri ile içgörü düşüklüğü arasında da ilişki bulgulanmıştır (De Berardis ve ark., 2005: 23).

Bu ilişkinin nedenlerine dair literatür üzerinden inceleme yapıldığında özellikle OKB belirti ve alt tiplerine sahip bireylerin, uyguladıkları baş etme yöntem ve stratejilerinde aleksitimik özelliklere başvurarak olumsuz uyarılardan kaçınmayı kullandıkları ve bu baş etme yöntemini sık kullanarak beyin yollarında kuvvetlenen nöronal ağlar aracılığıyla davranışlarını pekiştirdikleri hipotezini düşündürmektedir. Bu iddiaya uygun olarak, araştırmalar aleksitimi ve OKB arasında önemli bir pozitif korelasyon olduğunu vurgulamış ve aleksitiminin başa çıkma stratejileri, kişilik özellikleri ve OKB semptomları arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayabileceğini düşündürmüştür (Bagheri ve ark., 2021: 88). OKB'li kişilerin anksiyete ve gerginliği azaltmak için kompulsif eylemleri kullanma ve zihinsel cezalandırılmalarından kaçınma eğiliminde oldukları alan yazında kabul gören bir ön kabuldür. Dahası, aleksitiminin başa çıkma stratejileri, ego-distonikliği ve obsesif-kompulsif semptomları etkilemedeki rolü son araştırmalarda bulgulanmıştır (Wu ve ark., 2018: 25). Path modelleme analizleri, kişilik özelliklerinin ve aleksitimik özelliklerin OKB semptomlarına katkıda bulunduğu karmaşık yolları ortaya çıkarmış ve klinik uygulamada bu faktörlerin kapsamlı bir şekilde anlaşılması ihtiyacını vurgulamıştır (Tang ve ark., 2017:56).

Bunlara ek olarak, OKB hastalarında daha yüksek aleksitimi seviyeleri, artan semptom şiddeti, zayıf içgörü ve daha yüksek kendine zarar verme veya intihar riski ile ilişkilendirilmiştir (Bowen ve ark., 2019: 34; Berardis ve ark., 2014: 108; Bozorg ve ark., 2021:16). Aleksitimi ve OKB arasındaki ilişki, iki durum arasında potansiyel bir bağlantı olduğunu gösteren aile çalışmalarından elde edilen bulgularla daha da desteklenmiştir (Grabe ve ark., 2006:33).

Ayrıca, path modelleme analizleri aleksitiminin obsesif-kompulsif semptomlarla bağlantılı olduğunu ve OKB'li bireylerde daha yüksek aleksitimi seviyelerinin kendine zarar vermeye ilişkili olduğunu göstermiştir (Wu ve ark., 2018:54). Diğer başlıca çalışmalar OKB hastaları arasında aleksitimi ve intihar düşüncesi arasındaki ilişkiyi araştırmış ve bu popülasyondaki intihar riskini anlamada aleksitimiye değerlendirmenin önemini vurgulamıştır (Berardis ve ark., 2009:72). Ek olarak, araştırmalar aleksitiminin OKB semptom boyutlarına katkıda bulunduğunu göstermiş ve OKB'nin değerlendirilmesi ve tedavisinde aleksitiminin dikkate alınmasının önemini vurgulamıştır (Pozza ve ark., 2015: 28). Çalışmalar ayrıca aleksitimi ile OKB düzeyleri arasında bir korelasyon olduğunu bulgulamış, artan aleksitimi seviyelerinin OKB hastalarında daha yüksek semptom şiddeti ve zayıf içgörü ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Üstündağ ve Gökçeimam, 2020: 34-67).

Aleksitimi ve OKB tarafından paylaşılan nöronal temel yapı, yukarıda da belirtildiği gibi, bu iki durum arasındaki ilişkiyi daha da doğrulamaktadır (Bozorg ve ark., 2021: 34). Çalışmalar aleksitiminin nöral temellerini ve OKB üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Kortikal orta hat yapıları, özellikle medial prefrontal korteks ve anterior singulat korteks incelendiğinde, örtüşen nöral mekanizmaların olduğu bulgulanmıştır (Patrikelis ve ark., 2019: 25).

OKB'nin nörolojik belirtileri aleksitimi perspektifinden incelendiğinde ise OKB'li kişilerin sözel bellek performansının OKB belirtisine sahip olmayan bireylere oranla daha düşük olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Tallis ve ark., 1999: 46; Savage ve ark., 2000: 49; Zitterl ve ark., 2001; Tukul ve ark., 2012: 14). OKB belirtisi göstermeyen kişiler sözel kategorileşme ve organizasyonların sahip olduğu anlamsal bağı kurma noktasında daha işlevsel olabilirken OKB olan kişilerin bu şekilde organize olamadıkları görülmüştür (Aydın ve Öyçekin, 2013: 83). Bununla birlikte OKB'li kişilerdeki motor ve limbik bölgeleri içeren bozulmuş eylem-algı devrelerini

duygusal farkındalık ve ifadedeki zorluklarla ilişkilendirerek, duygu içerikli kelimelerde disfonksiyonel semantik işlemenin, aleksitiminin potansiyel bir nedeni olduğu öne sürülmüştür (Hillus ve ark., 2019:75).

Ayrıca, genetik çalışmalar OKB hastalarında katekol-O-metiltransferaz gen polimorfizmleri ile aleksitimi arasındaki ilişkiyi araştırarak bu psikolojik yapıların genetik temeline ışık tutmuştur (Koh ve ark., 2016:84). Bu tür disiplinler arası yaklaşımlar, aleksitimi ve OKB'nin biyolojik, psikolojik ve davranışsal boyutlarına ilişkin değerli içgörüler sunmaktadır.

Alan yazında yer alan bu bilgiler aleksitiminin ve OKB'nin motivasyonel uyaranlar ile ilgili beyin çeşitli bölgelerindeki aktivite bozukluğu ile karakterize olabileceğini göstermektedir. Bu bilgiler ışığında denilebilir ki, aleksitimi ve OKB arasındaki bu ilişki yapılar, iki durum arasında ortak bir nöral temel olduğunu gösteren kanıtlarla daha da desteklenmiştir. Elde edilen bu bilgiler ışığında OKB ve aleksitiminin nöronal motivasyonel yapılarını incelemek literatüre önemli bilgiler sağlayacaktır.

Bu noktada yapılan bu tez çalışmasının üçüncü değişkeni olan pekiştireç duyarlılık sistemleri beyindeki ödül ve ceza mekanizmalarını inceleyen nöronal motivasyonel sistemler olarak literatürde öne çıkmaktadır. Motivasyonel uyaranlar başlığı altında incelenebilecek olan ceza ve ödül sistemlerinin klinik semptomlar ile ilişkisi göz önüne alındığında, bireylerde pekiştireç duyarlılık sistemlerindeki farklılıkların ve aleksitimi ile OKB ilişkisinin anlaşılmasının önemi oldukça barizdir kanısındayız.

Keza alan yazında pekiştireç duyarlılık sistemleriyle OKB arasında oldukça kuvvetli bağlar olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Örneğin; bireylerin OKB'de davranışsal düzeyde cezaya karşı daha fazla hassasiyet gösterdiklerine -pekiştireç duyarlılık sistemlerinin özellikleri- dair kanıtlar bulunmaktadır (Fullana ve ark., 2004: 78). Bununla birlikte bazı çalışmaların bulguları OKB'li kişilerin ödüle daha bağımlı olduğunu göstermiştir (Bejerot ve ark., 1998: 49). Ayrıca, bireylerdeki OKB seviyesinin prefrontal bölgede beklenen ödüllere ve kayıplara karşı değişen duyarlılık ile bağlantılı olduğu, ancak pekiştirecin varlığı sırasında dorsal ve ventral striatal alanda bir aktivasyon olmadığı yönünde bulgular ortaya konmuştur (Kaufmann ve ark., 2013: 53)

Pekiştireç Duyarlılığı Teorisi (PDT), günümüzde en çok üzerine çalışılan ve yorumlanan motivasyonel yapıyı inceleyen teorilerinden biridir (Smillie ve Jackson,

2006: 98; Dissabandara ve ark., 2012: 50). Gray'in (1981) nörobiyolojik perspektif üzerinden geliştirdiği kişilik teorisinde oluşturulan model iki dereceli olarak bulunmaktadır.

1) Beyin-eylem düzenlerinin ana yapılarını açıklamak;

2) Bu sistemlerde gözlemlenen farklılıkların kişilik yapıları arasındaki bağıntılar.

Gray'in teorisinde beyin-eylem sistemlerinin faaliyetlerinde oluşan farklılıkların bireylerdeki davranışlarda ve duygulanımda görülen bireysel farklılıklara neden olduğu iddiası yer almaktadır. Bu bağlam üzerinden kurduğu teorisi Pekiştireç Duyarlılık Teorisi (PDT) olarak bilinmektedir.

PDT üç nöronal sistem Davranışsal Aktivasyon Sistemi (DAS), Davranışsal İnhibisyon Sistemi (DİS) ve Dövüş/Kaç sistemi (DKS) adlarıyla belirtilmektedir (Corr, 2004, 2008). DAS, Gray'e (1981) göre ödüllere karşı duyarlılıkla ve hoş giden uyarılarla aktive olur. Heyecan arayışı, pozitif duygulanım gibi davranışlarla karakterize olan motivasyonel davranışları kontrol etmektedir. DİS, cezaya karşı duyarlılık, rahatsız edici uyarılara ve olumsuz ruh haline verilen tepkiler ve de uyarılmanın azalması ile ilişkilidir. DİS'i yüksek olan kişilerin cezaya ve kaygıya tepki verme olasılığı daha yüksektir (Smillie ve ark., 2006: 24). Bu sistemler biyolojik yapılar olarak ele alındığında literatürde yapılan çalışmalarda DAS ve DİS'in farklı yollar üzerinden faaliyet gördüğü yukardaki kısımda da belirtilmiştir (Pickering, Diaz ve Gray, 1995: 77).

Gray'in değerlendirmelerinden sonra ilerleyen süreçte motivasyonel sistemlere dair süre gelen deneysel araştırmalar sonucunda DİS ve DKS sistemlerinin mühim ölçüde farklılıklar arz ettiği bulgulanmıştır. Bunun sonucu olarak da PDT revize edilmiştir (McNaughton ve Gray, 2000: 54). Son ekleme yapılan pekiştireç duyarlılık teorisinde iki ana sistem olan DİS ve ona eşlik eden DAS'ın işlevi eski yapısını muhafaza ederken, DKS sistemine donma eylemleri ile ilintili olarak "Don" alt boyutunun da olduğu belirtilerek bu sistem dövüş/kaç/don sistemi (DKDS) olarak değiştirilmiştir. Son psikoloji araştırmaları, davranışsal aktivasyon sistemi, davranışsal inhibisyon sistemi ve kaç, dövüş ve don tepkileri de dahil olmak üzere çeşitli senaryolardaki insan tepkilerini incelemiş, bu tepkilerin stres uyarıları tarafından tetiklenen fizyolojik ve psikolojik mekanizmalarla karmaşık bir şekilde ilişkilendirildiğini ortaya koymuştur. Örneğin, sempatik sinir sisteminin aktifleşmesi ve parasempatik sinir sisteminin

inhibisyonu, stres karşısında bilinen akut bir tepki olan dövüş veya kaç tepkisini başlatır (Cao ve ark., 2019: 56). Bu tepki, bireyleri algılanan tehditlere karşı hazırlamak için hayati öneme sahiptir.

Pekiştireç duyarlılık sistemlerinin aleksitimi ve OKB ile olan ilişkisi üzerinde alan yazındaki verileri incelediğimizde ise DAS seviyesi yüksek olan bireylerin daha yüksek dürtüsellik, iyimserlik ve olumlu duygusal profil gösterme olasılığı daha yüksektir. Çalışmaların bulguları OKB'li hastaların ödüle daha bağımlı olduğunu göstermiştir (Bejerot ve ark., 1998: 67). DİS'te ise, ceza ile ilintili koşullu uyarılar tarafından uyarılır. Bu sistem anksiyete ve davranışsal inhibisyonu, kaçınma, sönme ve kaçınılan konuya dair yoğunlaşmış dikkati ortaya çıkarır. DİS'in etkileri arasında başlıca; mevcut davranışların sekteye uğraması, olumsuz ruh halleri ve zorlayan durumlara karşı dikkat yanlılığı, artan uyarılma ve stresli olaylara karşı endişe yer almaktadır. Bu sonuçlar tarafından yönlendirilen kişi, tehdit kaynağından kaçınarak sorunları çözmeye çalışır (Franken ve Muris, 2005: 37) Özellikle tehdit edici bir ceza karşısında inhibisyonun kontrolündeki kaçınmalar OKB' ye atfedilebilir. Yapılan bir çalışma, OKB'de özellikle ceza koşulları altında kusurlu inhibisyon bildirmiştir (Alilou ve ark., 2018: 74) Bu çalışma sonuçları pekiştireç duyarlılık sistemi OKB ve aleksitimi arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedir.

Ayrıca son zamanlarda yapılan araştırmalar bu ilişkiyi araştırılması gerekliliğini daha da kuvvetlendirir cihettendir. Bu çalışmalara örnek olarak şu çalışmalardan söz edilebilir; pekiştireç duyarlılığı özelliklerinin anksiyete ve depresyon da dahil olmak üzere duygu regülasyon bozukluğu ile ilişkisi olduğunu araştırmıştır ve bulgulamıştır (Aghajani ve ark., 2021:77). Bazı çalışmalar ayrıca, duygu düzenleme stratejileri aracılığıyla pekiştireç duyarlılığının duygu durum psikopatolojileri üzerindeki etkisini de araştırmıştır (Katz ve Yovel, 2022:43). Bir başka çalışmada OKB'li bireylerde DAS'ın düşük ve DİS'in ise yüksek duyarlılığa sahip olduğu gözlemlenmiştir (Alilou ve ark., 2018: 18) Ayrıca, OKB'nin prefrontal bölgede beklenen ödüllere ve kayıplara karşı değişen duyarlılık ile bağlantılı olduğu, ancak pekiştirecin varlığı sırasında dorsal ve ventral striatal alanda bir aktivasyon olmadığı yönünde bulgular ortaya konmuştur (Kaufmann ve ark., 2013: 53)

OKB'nin nöronal yapısını anlayabilmek adına hayvan deneylerinden de faydalanılmıştır. Örneğin yapılan bir çalışma, Sapap3 farelerde hayvan modellerini

kullanarak kompulsif davranışların altında yatan nöral mekanizmaları araştırmıştır (Manning ve diğerleri, 2019:67; Hadjas ve diğerleri, 2019: 45-80; Manning ve ark., 2021:37; Manning ve diğerleri, 2018:26). Bu çalışmalar, OKB'de dopamin sisteminin rolünü ve kompulsif davranışların şiddetini altını çizmiştir. Ayrıca araştırmalar, pekiştireç ve cezalandırma sistemlerindeki dengesizliğin obsesif-kompulsif davranışlara yol açan örtük seçimleri güçlendirebileceğini göstermiştir (Sakai ve ark., 2020:92). Araştırmalar OKB ile ödülle ilişkili beyin bölgelerindeki etkin bağlantının değişmesi arasında bir bağlantı olduğunu, beyindeki ödül algılama süreçlerinin ve OKB'nin nöroanatomik modellerinin orbitofrontal korteks de dahil olmak üzere frontostriatal ağları içerdiğini göstermiştir (Alves-Pinto ve ark., 2019:29). Bu çalışmalar OKB ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin beyin yollarındaki etkileşimine dair bilgi vermektedir.

Ek olarak, çalışmalar OKB'nin geleneksel kaygı-kaçınma modelinden ziyade ve OKB'yi dürtüsellik, riskli karar verme ve davranışsal bağımlılığa benzer şekilde ödül sistemindeki işlev bozukluğuyla ilişkilendirmiştir (Grassi ve ark., 2015:31). Bu durum, OKB'nin özellikle dürtüsellik ve ödül sistemi düzensizlikleri açısından bağımlılık bozukluklarıyla davranışsal bileşenleri paylaşabileceği anlamına gelmektedir. Ayrıca, pekiştireç duyarlılık ve ceza sistemleri arasındaki dengesizliğin obsesif-kompulsif davranışları güçlendirdiği ve OKB semptomlarının gelişiminin altında yatan potansiyel bir mekanizmaya işaret ettiği öne sürülmüştür (Sakai ve ark., 2020:42). Bu bulgular, beyin motivasyonel sistemleri psikolojik sonuçlara bağlayan aracı mekanizmaları aydınlatarak, ruh sağlığı bozukluklarını etkileyen altta yatan süreçler hakkında değerli bilgiler sağlamaktadır.

Davranışsal aktivasyon sistemi ve davranışsal inhibisyon sistemi, insan psikolojisinin temel bileşenleri olarak çeşitli uyarıcılara verilen tepkileri şekillendirmede önemli roller oynarlar. DAS, ödül duyarlılığı, yaklaşım motivasyonu ve hedefe yönelik davranışlarla ilişkilendirilirken, DIS ceza, tehdit duyarlılığı ve kaçınma davranışıyla ilişkilidir (Taubitz ve ark., 2015:90). Araştırmalar, yüksek DAS puanlarına sahip bireylerin genellikle pozitif psikolojik işlev gösterdiğini, içselleştirici ve dışsallaştırıcı davranışların azaldığını ve iyilik hallerinin arttığını göstermektedir (Taubitz ve ark., 2015). Ayrıca, pekiştireçye duyarlı yani DAS'a duyarlı kişilik özelliklerinin yakın ilişkilerdeki tutkuyla bağlantılı olduğunu gösteren kanıtlar vardır (Gu ve ark.,

2020:98). Öte yandan, yüksek DIS puanları genellikle anksiyete, depresyon ve diğer negatif duygusal durumlarla ilişkilendirilmiştir (Wilborn ve ark., 2018).

Çalışmalar, DIS/DAS puanları, gözbebeği büyüklüğü ve tepki süresi arasında önemli korelasyonlar olduğunu göstererek, bu sistemlerin bireylerin karar verme ve tercihlerini etkilediğini ortaya koymuştur (Deldoost, 2024:56). Ayrıca DIS ölçeği, diğer ölçümlerle birlikte kullanılarak tiksinti motivasyonunu ölçmede kullanılmış, farklı durumlara yönelik davranışsal tepkilerin anlaşılmasında rol oynadığı vurgulanmıştır (Scheres ve Sanfey, 2006:78). Bu da OKB'nin alt boyutlarından kirlenmeyle ilintili olarak bazı pekiştireç duyarlılık sistemlerinin OKB seyrinde ve şiddetinde rol alabileceği kanısını düşündürmektedir.

Patolojik yapılara dair olan bu bulgularla birlikte terapötik alanında, Davranışsal Aktivasyon (DA), çeşitli ruh sağlığı koşulları için umut verici bir sistem olarak terapilere entegre edilebileceğine dair veriler ortaya çıkmıştır. Daha önceden yukarıda da belirtildiği üzere DAS sistemi ödül, yaklaşım motivasyonu, ödülleri aramaya, yeni fırsatları keşfetmeye ve yaklaşma davranışlarında bulunmaya eğilimlidir (Gray,1981). DA, depresyon ve diğer psikolojik bozukluklarla mücadelede, yapılandırılmış müdahale olarak ve ödüllendirici aktivitelerle tedaviye katılımı artırmayı hedeflemek amaçlı kullanılabilir bir sistemdir (Daughters ve ark., 2022). Bu bilgiler dikkate alındığında aleksitimik OKB'li bireyler için tedavi yapısına dair yapılacak araştırmalarda pekiştireç duyarlılık sistemlerinin, aleksitimi ve OKB bağlamında incelenmesi daha fazla önem arz etmektedir. Çünkü yapılan bazı araştırmalar OKB'li yüksek aleksitimi seviyelerine sahip hastaların tedaviye düşük bağlılık gösterdiği bulgulanmıştır (Kim ve ark., 2022). Ayrıca, aleksitiminin OKB'li bireylerde içgörü ve tedavi sonuçlarındaki değişikliklerle ilişkili olduğu bulunmuştur (Robinson ve Freeston, 2014). Araştırmalarda ayrıca, DA'un depresyon tedavisinde Bilişsel Davranışçı Terapi kadar etkili olabileceğini ve psikolojik destek arayan bireyler için daha basit ve etkili bir alternatif sunduğunu gösterilmiştir (Walsh ve ark., 2021).

DAS, DIS ve DKDS, insan psikolojisinin ayrılmaz bileşenleri olup, karar verme süreçlerini, duygusal tepkileri ve zihinsel sağlık yapılarını etkilerler. Bu sistemler arasındaki karmaşık etkileşimin anlaşılması, etkili müdahaleler ve stratejiler

geliştirmek ve çeşitli popülasyonlarda refahı teşvik etmek ve psikolojik zorlukları ele almak için hayati önem taşır.

Pekiştireç duyarlılık sistemleri, insan psikolojisinin derinlerine kök salmış temel hayatta kalma mekanizmalarıdır. Bu tepkiler, otonom sinir sistemi ile karmaşık bir şekilde bağlantılıdır ve bireylerin algılanan tehditlere veya streslere nasıl tepki verdiklerinde kritik bir rol oynar. Bu tepkilerin ifade edilmesinde bireysel farklılıklar da gözlemlenmiştir. Örneğin, savaş gazileri üzerine yapılan araştırmalar, sosyal anksiyete ve stres faktörlerine yanıt olarak ödül duyarlılığının rolünü vurgulamıştır (Kimbrel ve ark., 2016:67). Bununla birlikte çocukların istismar üzerine yapılan çalışmalar, etnik ve dini kimlik temelinde dövüş ya da kaç tepkilerinde varyasyonlar olduğunu göstermiştir (Klebanov ve Katz, 2021:32). Bu bulgular, bireysel özelliklerin, geçmiş deneyimlerin ve fizyolojik tepkilerin karmaşıklığını vurgular. Çevre ve kendilik algısını şekillendiren duyguları anlama, anlamlandırma ve ifade etme özellikleri bireysel farklılıkların en önemli etmenlerden biridir. Bu tepkilerin aleksitimiyle ilişkisi, özellikle duyguları tanıma güçlüğü, duyguları tanımlama güçlüğü ve dışa dönük düşünme alt boyutlarıyla, aleksitimik olan bireylerin bu hayatta kalma tepkilerini farklı deneyimleyip ifade edebileceklerini aşıkardır.

Aleksitimi, duyguları tanıma ve tanımlamada güçlük çeken bir kişilik özelliği olarak tanımlanır; bu da bireylerin stres faktörlerini nasıl işlediklerini ve bu tepkilere nasıl yanıt verdiklerini etkileyebilir (Kimbrel ve ark., 2016:90). Aleksitimik olan bireyler duygusal durumlarını tanımlamakta ve ifade etmekte zorlanabilirler, bu da zorlayıcı durumlarda dövüş, kaç veya don tepkilerini nasıl gösterebileceklerini etkileyebilir.

Pekiştireç duyarlılık sistemleri (PDS) ile aleksitimi arasındaki ilişki çeşitli çalışmalarda ilgi çeken bir konu olmuştur. Duyguları tanıma ve ifade etmede zorluklarla karakterize edilen aleksitimi, pekiştireç duyarlılık sistemlerinin farklı yönleriyle, özellikle de ödül duyarlılığı ve ceza duyarlılığı ile ilişkili bulunmuştur (Lyvers ve ark., 2016:54). Örneğin, dürtüsellik ve duygusal farkındalık gibi beynin yürütme ve ödül sistemi işleyişiyle bağlantılı özellikler, madde bağımlılığı tedavisi gören bireylerde incelenmiş ve bu yapıların birbiriyle bağlantılı olduğu vurgulanmıştır (Lyvers ve ark., 2014:63).

Ayrıca, duygu tanımda bağlamsal bilginin entegrasyonu, aleksitimi anlamada çok önemli bir faktör olarak öne sürülmüş ve bağlam duyarlılığının yani çevreyi algılama

ve verilen tepki şeklinin (pekiştireç duyarlılık) duygusal işleme ve sosyal etkileşimlerde önemli bir rol oynadığını öne sürmüştür (Yamashita ve ark., 2016:55). Buna paralel olarak, bazı çalışmalar, duyguları tanıma ve tanımlamada zorluklarla karakterize edilen bir yapı olan aleksitiminin çeşitli psikolojik alanlardaki rolünü araştırmıştır. Aleksitimi, fiziksel olarak aktif genç yetişkinler arasında egzersiz bağımlılığı semptomlarıyla ilişkili olarak aceleci dürtüsellik ve ödül duyarlılığı ile ilişkilendirilmiştir (Lyvers ve ark., 2021:54). Bu durum, aleksitimi ve ödül duyarlılığının bağımlılık davranışlarına benzersiz katkılarını vurgulamakta ve duygusal düzenlemenin uyumsuz eğilimleri etkilemedeki çok yönlü doğasının altını çizmektedir.

Bu bilgilerle birlikte, aleksitiminin davranışsal engelleme sistemi/davranışsal aktivasyon sistemi ve depresyon arasındaki ilişkideki aracılık rolünü inceleyen çalışmalar, duygusal işleme eksikliklerinin affektif semptomlara katkıda bulunabileceğini vurgulamaktadır (Bilge ve Tankut, 2022: 34). Ayrıca aleksitiminin davranışsal inhibisyon sistemi/davranışsal aktivasyon sistemi ve depresyon arasındaki ilişkisindeki aracılık rolünü inceleyen çalışmalar, beyindeki duygusal işleme eksikliklerinin affektif semptomlara katkıda bulunabilecek karmaşık yolları vurgulamaktadır (Bilge ve Tankut, 2022:43).

Karar verme ve duygusal işlevsellik bağlamında, DAS ve DIS arasındaki etkileşim ilgi çekici bir konudur. Yüksek DAS ve DIS etkileşimleri, duygusal işlevselliği öngörücü olarak araştırılmış, bu sistemlerin bireylerin stres ve ödül işaretlerine verdiği yanıtları nasıl etkilediğini aydınlatmıştır (Wilborn ve ark., 2018:111). Dahası DA Ödül Duyarlılığı'nın farklı alanlarda adaptif işlevsellik öngördüğü gösterilmiş, DAS'ın pozitif psikolojik sonuçları teşvik etmedeki önemi vurgulanmıştır (Taubitz ve ark., 2015:66). Bu bulgular, motivasyonel beyin sistemleri psikolojik sonuçlara bağlayan aracı mekanizmaları aydınlatarak, ruh sağlığı bozukluklarını etkileyen altta yatan süreçler hakkında değerli bilgiler sağlamaktadır.

Son zamanlarda yapılan bu çalışmalar, pekiştireç duyarlılık sistemleri, aleksitimi ve çeşitli psikolojik fenomenler arasındaki ilişkilere dair değerli bilgiler sağlamıştır. Bununla birlikte alan yazında bu iki değişkine dair kısıtlı bilgi bulunmaktadır. Bu kısıtlı verilerden söz etme gerekirse King ve Adamo'nun (2006) çalışması, Dövüş-Kaç-Don Sistemi (DKDS) ile sürekli olumsuz duygusal durum arasındaki ilişkinin önemini

vurgulamış ve DKDS alt boyutları ile negatif duygusal durumlar arasında pozitif korelasyon bulmuşlardır (King ve Adamo, 2006: 48). Bu çalışma, yüksek DKDS tepkisi gösteren bireylerin pozitif duygulardan yok sayarak, baskılayarak hissedip algılamaktan ziyade negatif duyguları daha fazla deneyimleme eğiliminde olabileceğini önermektedir.

Ayrıca, Kimbrel ve ark. (2016), DIS duyarlılığı, DKDS duyarlılığı ve sosyal anksiyete arasında pozitif ilişkiler bulmuşlardır, bu da tehdit ile ilişkili uyarıcılara karşı yüksek duyarlılığın ve anksiyete tepkilerinin bir bağlantısını ve ayrıca pozitif duyguları tanımlama ve tanıma özelliğinin baskılandığını göstermektedir (Kimbrel ve ark., 2016:62). Örneğin, bir çalışmada, negatif yönde aceleciliğin aleksitimi ve regüle edilemeyen davranışlar arasındaki ilişkide tam aracılık rolüne sahip olduğunu bulmuştur (Fink ve ark., 2010:13). Bu, yüksek düzeyde aleksitimiye sahip bireylerin duyguları düzenlemede yaşadıkları zorluklar nedeniyle düzensiz, kısıtlayıcı davranışlara daha yatkın olabileceklerini göstermektedir. Araştırmalar, aleksitiminin travmatik deneyimlere sahip bireylerde kaçınma ve uyuşukluğun artmış düzeyleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Eichhorn ve ark., 2014). Ayrıca, aleksitiminin, yakın ilişkilerde soğuk ve mesafeli davranışlarla ilişkilendirildiği bulunmuştur (Eid ve ark. Boucher, 2012: 45), bunun negatif duyguları tanımlama ve düzenlemede yaşanan zorluklar nedeniyle sürekli olarak yüksek stres tepkisi göstermeyle bağlantılı olduğu belirtilmiştir (Chaudhury, 2019:24). Ayrıca, başka bir çalışma, aleksitiminin bilişsel farkındalık ile negatif bir ilişkisi olduğunu vurgulamış (Fang ve ark., 2019). DİS, Kaç ve Don sistemlerinin aktivasyon ketleyici, bireyi zorlayıcı ve kısıtlayıcı davranışlara iteceği dikkate alındığında yapılan araştırmaların aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemleri arasında bağıntıyı gösterdiği belirtilebilir.

Sonuç olarak bu araştırmalar, PDT gibi teorik çerçeveleri ve aleksitimiye ilişkin ampirik kanıtları entegre ederek, ödül ve cezalara karşı duyarlılıktaki bireysel farklılıkların duygusal işleme eksiklikleriyle nasıl kesişerek çok çeşitli davranışları ve psikolojik sonuçları etkilediğine dair anlayışı geliştirmeye destek olmuştur. Bu bulgular, karmaşık insan davranışlarının ve psikolojik süreçlerin aydınlatılmasında hem motivasyonel hem de duygusal faktörlerin dikkate alınmasının önemini vurgulamaktadır.

Alan yazında yapılan alışmalar OKB, pekiştiren duyarlılık sistemleri ve aleksitimi arasındaki davranışsal, nöronal, patolojik ve bağlamsal ilişkiyi göstermektedir. Ayrıca tez konusu olan obsesif kompulsif belirti ve alt tipleri, aleksitimi değişkenlerinin popülasyondaki görülme sıklığına dair bilgi sağlamaktadır. Pekiştiren duyarlılık sistemler, aleksitimi ve OKB arasındaki ilişkiye dair veriler alan yazında bir çalışma başlığı altında bulunmamaktadır. Bununla birlikte pekiştiren duyarlılık sistemleri, aleksitimi alt boyutları ve OKB belirti- alt tipleri arasındaki yordayıcılığa ya da aracılığa dair ilişkiler üzerinde alan yazında araştırmaya rastlanılmamıştır.

Bununla birlikte bu üç değişkenin aynı anda ele alındığı ya da alt boyutları arasındaki ilişkilerin incelendiği herhangi bir literatür çalışmasına alanda rastlanılmamıştır. Bu nokta da yapılan bu tez çalışmasının alan yazına katkı sağlayacağı düşünülerek önemli ve faydalı bir çalışma olması umulmaktadır. Yordayıcılık, aracılık analizi ve alt boyutlar arası ilişkinin incelenmesi ile yapılacak bu araştırmanın, olası tedavi arama davranışları, bozuklukların ciddiyyetini kavrayabilme, duruma müdahale geliştirebilme, tedaviye verilecek olan yanıt düzeyi gibi birçok konu üzerinde yapılacak çalışmalara önemli bir katkı sağlayabileceği dşnlmektedir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Çalışmanın bu kısmında kullanılan araştırma yöntemlerinden bahsedilecektir. Çalışmanın modeli, çalışmanın evreni, örneklem, veri toplama metotları, ölçek ve veri analizi yöntemleri hakkındaki detaylar bu bölümde bulunacaktır.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Toplum örneklemindeki pekiştireç duyarlılık sistemleri ile OKB belirti ve alt tipleri arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün incelenmesini ele alan bu çalışmada gönüllü onam formu, Demografik Bilgi Formu, Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ), Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozuklukları Ölçeği (BOKÖ) ve Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ) kullanılmıştır. Katılımcılara onam formu verilmiş ve imzalatılmıştır. Gönüllü katılımcılara kendilerini rahatsız hissettikleri anda süreci yarıda bırakabileceklerine dair bilgi verilmiştir. Yapılan analiz sonuçları SPSS 25.0 programı kullanılarak elde edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı tekniği kullanılmıştır. Çalışmada, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi değişkenler arası yordayıcılığı tespit etmek için kullanılmıştır. Demografik değişkenlere dair veriler ise Bağımsız Gruplar t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılarak incelenmiştir. Aracılık analizi gerçekleştirmek amacıyla Process Macro programının Model 4'ü kullanılmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Örneklem, Türkiye'nin farklı şehirlerinden, ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre olasılık temelli kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılan 18 yaş ve üzeri kişilerden oluşmaktadır. Çalışmada uygulama öncesi uygun örneklem büyüklüğünü belirlemek amacıyla Gpower programı (Erdfelder ve ark., 1996: 23) kullanılarak istatistiksel güç analizi yapılmıştır. İstatistiksel güç analizinde anlamlılık düzeyi 0.05 ve testin gücü 80 olarak belirlenmiş olup örneklem büyüklüğü için 219 katılımcının yeterli olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak araştırmaya 354 katılımcı dahil olmuştur ve

anlamlılık seviyesi 0.05 ve etki büyüklüğü 0.3 olarak belirlenen analiz sonucunda çalışmanın istatistiksel gücü 0.97 olarak bulunmuştur. Elde edilen katılımcı sayısı istenilen örneklem sayısına uygundur. Katılımcıların anketlere erişimi, sosyal medya aracılığıyla Google formda hazırlanan ölçeklerin linkine ulaşımı ile sağlanmış, veriler 18 yaş ve üzeri yaş aralığındaki kişilerden Kasım-2023 ve Aralık-2023 tarihleri arasında toplanmıştır.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada katılımcı onam formu, Demografik Bilgi Formu, Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ), Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozuklukları Ölçeği (BOKÖ) ve Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ) kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Demografik bilgi formu gönüllülerin; yaşı, medeni durumu, psikolojik yardım alıp almama hali, cinsiyet, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, kendi eğitim seviyeleri, anne babalarının yaşamsal durumları (sağ, ölü, öz veya üvey) ve ailelerinin sosyoekonomik düzeyleri ile ilgili bilgileri kapsamaktadır.

#### **3.3.2. Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ)**

Smederevac ile arkadaşlarının oluşturdukları (2014) Pekiştireç Duyarlılık Teorisi ile paralel olarak geliştirilmiş olan Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması Balaban ve Bilge (2021) tarafından yapılmıştır. Bu ölçüm aracında dördümlü likert tipi (1=hiç katılmıyorum; 2= biraz katılmıyorum; 3= biraz katılıyorum; 4= tamamen katılıyorum) derecelendirme ile puanlama yapılmaktadır. Toplam 27 maddeden oluşan ölçek 5 alt boyuta (*DİS, DAS, Dövüş, Kaçma ve Don*) sahiptir. Ölçeğin orijinal araştırmasında alt boyutların Cronbach Alfa değerleri DİS için .86, DAS için .78, Dövüş için .82, Kaçma için .69 ve son olarak Don için .87 olarak bulgulanmıştır. Türkçe için yapılmış olan adaptasyon çalışmasında Cronbach Alfa değerleri DİS için .81, DAS için .71, Kaçma için .83, Don için .82, Dövüş için .78 olarak bulgulanmıştır (Bilge ve Balaban, 2021: 9).

### 3.3.3. Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği (BOKÖ)

Ölçek Abramowitz ve arkadaşları (2010: 48) tarafından geliştirilmiştir ve 20 maddeye sahip bir öz-bildirim ölçeğidir. Ölçek her bir alt boyutta genel tanımlarını ve tanıma uygun olarak örnekler vererek dört ana başlık altında obsesyon kompulsiyon boyutlarını ve belirtilerini ölçmektedir. Kaçınma davranışını da ekleyerek her bir boyutun belirtilerinin şiddetini de ölçmektedir. Böylelikle bu ölçme aracı her bir boyutta ana iki olguyu obsesyon ve kompulsiyonlarla birlikte kaçma kaçınma davranışlarının ilişkisini gözlemlemektedir. Bununla birlikte kompulsiyonların çeşitlerinden azade olarak belirtilerin şiddetini ölçmektedir. Elde edilen analizler sonucunda tespit edilmiş en tutarlı 4 OKB alt boyutu ve belirtileri ölçekte ele alınmıştır. Bu boyutlar; a) kirlenme, b) zarar verme endişesi, c) simetri ve sıralama, d) kabul edilemez düşünceler olarak belirtilmiştir. Her bir alt boyutun açıklanmasından sonra o alt boyutun farklı parametrelerle şiddet düzeyini belirlemek için 5 maddenin (son 1 ay göz önünde bulundurularak cevap verilmesi istenen) yer aldığı dört kısım bulunmaktadır. Bu maddeler: 1) belirtilerle geçirilen süre, 2) kaçınma eylemleri, 3) hissedilen sıkıntının derecesi, 4) işlevsel kapasitede bozulma, 5) belirtileri kontrolde yaşanan zorluk seviyesi (Abramowitz ve ark. 2010, s. 48) Çalışmada kullanılan bu ölçme aracının iç tutarlılığını tespit eden Cronbach Alfa değeri tüm ölçek için 0,874'tür. Faktör analizinde 4 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Cronbach alfa değerleri "kirlenme" için 0,932, "zarar verme endişesi" için 0,933, "kabul edilemez düşünceler" için 0,948, "simetri" için 0,921 bulunmuştur. Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği'nin, Padua Envanteri'nin toplam puanlarının ve alt ölçek puanlarının BOKÖ toplam puanı ile ileri derecede ilişkili bulunduğu tespit edilmiştir.

### 3.3.4. Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ)

Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ) Preece ve çalışma arkadaşlarının (2013) geliştirmiştir olduğu bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçekte aleksitimi dikkat-değerlendirme modeli doğrultusunda işlenmektedir ve beş alt boyuta sahiptir: 4 maddeden oluşan 'negatif duyguları tanıma zorluğu' (N-DTZ,  $\alpha=0.89$ ), 4 maddeden oluşan 'pozitif duyguları tanıma zorluğu' (P-DTZ,  $\alpha=0.89$ ), 4 maddeden oluşan 'negatif duyguları ifade zorluğu' (N-DİZ,  $\alpha=0.91$ ), 4 maddeden oluşan 'pozitif duyguları ifade zorluğu'

(P-DİZ,  $\alpha=0.90$ ) ve 8 maddeden oluşan ‘genel dışa vuruk düşünme’ (G-DVD,  $\alpha=0.90$ ) alt ölçekleridir. PAÖ'nün bu beş alt ölçeği, ayrı ayrı ölçülmekle beraber, toplam puan üzerinden de değerlendirme yapılabilmektedir. Ölçekte yer alan bileşik ölçekler ise, N-DTZ ile P-DTZ'nin toplamı olan 8 maddeden oluşan ‘genel duyguları tanıma zorluğu’ (G-DTZ,  $\alpha=0.92$ ), N-DİZ ile P-DİZ'in toplamı olan 8 maddeden oluşan ‘genel duyguları ifade zorluğu’ (G-DİZ,  $\alpha=0.93$ ), N DTZ ile N-DİZ'in toplamı olan 8 maddeden oluşan ‘negatif duyguları değerlendirme zorluğu’ (NDDZ,  $\alpha=0.94$ ), P-DTZ ile P-DİZ'in toplamı olan 8 maddeden oluşan ‘pozitif duyguları değerlendirme zorluğu’ (PDDZ,  $\alpha=0.94$ ), G-DTZ ile G-DİZ'in toplamı olan 16 maddeden oluşan ‘genel duyguları değerlendirme zorluğu’ (GDZ,  $\alpha=0.96$ ) ve bunlara ek olarak tüm maddelerin toplamı olan 24 maddeden oluşan ‘aleksitimi toplam’ ( $\alpha=0.96$ ) ölçekleridir.

### **3.4. İşlem**

Araştırmaya ait veriler, 1 ay boyunca, Türkiye genelindeki popülasyona Demografik Bilgi Formu (DBF), Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ), Boyutsal Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği (BOKÖ) ve Perth Aleksitimi Ölçeği (PAÖ) ölçeklerinden sağlanmıştır. Katılımcılardan ölçekleri doldurmadan önce araştırmaya katılımlarının gönüllü olacağına ve istedikleri zaman araştırmadan ayrılacaklarına dair onamları alınmıştır.

### **3.5. Veri Analizi**

Bu çalışma, toplamda 360 katılımcıdan elde edilen bilgilerle yapılmıştır. Çalışmada kullanılan PDÖ, BOKÖ ve PAÖ ölçeklerinin toplam puanlarının hesaplanmasının akabinde bu ölçeklerin çalışmamızdaki güvenilirlik analizleri yapmak için Cronbach Alfa değerleri hesaplanmıştır. PDÖ, BOKÖ ve PAÖ ölçeklerinin alt ölçek ortalamalarının normal dağılım sağlayıp sağlamadığını belirleyebilmek için basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri hesaplanmıştır. Daha sonra elde edilen sosyodemografik bilgileri gruplamak için frekans analizi kullanılmıştır. OKB alt boyutlarına, Pekiştireç duyarlılık sistemlerine, aleksitimi alt boyutlarına ait ortalama puanların cinsiyet faktörüne göre değişip değişmeyeceğinin belirlenmesi için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Perth aleksitimi, pekiştireç duyarlılık ve

boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği alt ölçeklerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır. Pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitiminin OKB'yi yordama gücünün tespiti için Adımsal (stepwise) Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri yapılmıştır. OKB alt boyutları ile pekiştireç duyarlılığı sistemleri arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün tespit edilmesi amacıyla PROCESS Macro V.4.1. model 4 (Hayes, 2018: 26) kullanılmıştır. Araştırma sürecinde toplanan verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 25.0 programı kullanılmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırmanın bu kısmında çalışma kapsamında verilerin analiz sonuçlarına yer verilecektir. Öncelikle araştırmanın örneklem grubuna ilişkin demografik bilgiler, sonrasında ise çalışmanın hipotezlerine yönelik bulgular sunulacaktır.

#### 4.1. Sosyodemografik Bulgular

Çalışma, toplum örnekleminde 18-41 yaş ve üstü yaş aralığında 266'i kadın (%75.1) ve 88'i erkek (%24.9) olmak üzere toplam 354 kişinin gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Tablo 4.1'de belirtildiği üzere katılımcıların 97'sinin (%27.4) 18-25 yaş aralığında, 207'sinin (%58.5) 26-40 yaş aralığında, 50'sinin (%14.1) 41 yaş üzeri aralığında olduğu belirlenmiştir. Medeni durum dağılımına göre; katılımcıların 96'sinin (%27.1) bekar, 247'si (%69.8) evli, 7'si (%2.0) ayrılmış ve 4'ü (1.1) eşi vefat etmiş olarak sınıflandırılmıştır. Eğitim düzeyi incelendiğinde; katılımcıların 88'sinin (%24.9) ilköğretim, 116'sinin (%32.8) lise, 38'sinin (%10.7) ön lisans, 109'unun (%30.8) lisans, 6'sinin (%1.1) doktora düzeyinde eğitim aldığı tespit edilmiştir. Yüksek lisans düzeyinde ise katılımcı tespit edilmemiştir. Katılımcıların evlerinin toplam gelir miktarına bakıldığında; 103'unun (%29.1) aylık gelirinin 0-10.000 tl aralığında, 189'unun (%53.4) 10.001-30.000tl aralığında, 45'inin (%12.7) 30.001-50.000 tl aralığında, 7'sinin (%2.0) 50.001-70.000 tl aralığında, 10'nun (%2.8) ise 70.001 tl ve üzerinde olduğu görülmektedir. Ekonomik durumlarına ilişkin algılarına göre; katılımcıların 90'nun (%25.4) düşük, 247'si (%69.8) orta, 17'si (%4.8) ise yüksek sosyoekonomik düzeye sahip olduklarını düşünmektedir. Katılımcıların 94'ü (%26.6) daha önce psikolojik veya psikiyatrik destek aldığını, 260'ı (%73.4) ise daha önceki yıllarda psikolojik veya psikiyatrik destek almadığını; 26'sı (%7.3) şuanda psikolojik veya psikiyatrik destek aldığını, 328'i (%92.7) ise şuan psikolojik destek almadığını; 191'i (%54) psikolojik veya psikiyatrik destek alma ihtiyacı hissettiğini, 163'ü (%46) ise ihtiyaç hissetmediğini belirtmiştir (Tablo 4.1).

**Tablo 4.1: Sosyodemografik Değişkenler İçin Yüzde ve Sayı Dağılımı**

Değişkenler		Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	266	75.1
	Erkek	88	24.9
Yaş	18-25	97	27.4
	26-40	207	58.5
	41 ve üstü	50	14.1
Siz dahil kaç kardeşiniz?	1	1	0.3
	2	34	9.6
	3	91	25.7
	4	73	20.6
	5	49	13.8
	6	36	10.2
	7	25	7.1
	8	19	5.4
	9	13	3.7
	10	2	0.6
	11	6	1.7
	12	2	0.6
	13	1	0.3
Kardeşler arasında en üstten kaçınıcı sıradasınız?	1	110	31.1
	2	88	24.9
	3	54	15.3
	4	41	11.6
	5	25	7.1
	6	16	4.5
	7	9	2.5
	8	5	1.4
	9	3	0.8
	10	3	0.8
	11	110	31.1
Medeni durum	Bekar	96	27.1
	Evli	247	69.8
	Ayrılmış	7	2.0
	Eşi vefat etmiş	4	1.1
Eğitim Durumu	İlköğretim	88	24.9
	Lise	116	32.8
	Önlisans	38	10.7
	Lisans	109	30.8
	Yüksek Lisans	0	0
	Doktora	8	24.9
Anne ve babanız hayatta mı?	Her ikisi de hayatta	290	81.9
	Anne hayatta – baba vefat etmiş	46	13.0
	Baba hayatta – anne vefat etmiş	8	2.3
	Her ikisi de vefat etmiş	10	2.8
Evinizin toplam gelir miktarı ne kadardır?	0-10.000 tl /ay	103	29.1
	10.001 tl – 30.000 tl / ay	189	53.4
	30.001 tl – 50.000 tl /ay	45	12.7
	50.001 tl – 70.000 tl / ay	7	2.0

	70.0001 tl ve üstü	10	2.8
Sizce ekonomik durumunuz nasıldır?	Düşük	90	25.4
	Orta	247	69.8
	Yüksek	17	4.8
Daha önce psikolojik veya psikiyatrik destek aldınız mı?	Evet	94	26.6
	Hayır	260	73.4
Şu anda psikolojik veya psikiyatrik destek alıyor musunuz?	Evet	26	7.3
	Hayır	328	92.7
Psikolojik veya psikiyatrik destek alma ihtiyacı hissediyor musunuz?	Evet	191	54.0
	Hayır	163	46.0

#### 4.2. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Araştırmamızdaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Normallik Katsayıları

Çalışmada kullanılan BOKÖ, PDÖ ve PAÖ alt ölçeklerinin güvenilirliğini anlamak amacıyla Cronbach Alfa değerleri hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen verilere göre BOKÖ alt ölçeklerinin Cronbach Alfa değerleri 0.75 (Kirlenme), 0.86 (Zarar verme), 0.84 (Kabul edilemez düşünceler) ve 0.89 (Simetri) ; PDÖ alt ölçeklerinin Cronbach Alfa değerleri 0.82 (DİS), 0.58 (DAS), 0.70 (Dövüş), 0.74 (Kaç) ve 0.78 (Don) olarak; PAÖ alt ölçeklerinin Cronbach Alfa değerleri 0.93 (Aleksitimi toplam), 0.80 (Genel Dışavuruk Düşünme), 0.88 (Genel Duygu Tanıma), 0.88 (Genel Duygu İfade), 0.93 (Duygu Değerlendirme Toplam), 0.80 (Negatif duyguları tanıma), 0.82 (Negatif duyguları ifade), 0.88 (Negatif duyguları değerlendirme), 0.81 (Pozitif duyguları tanıma), 0.80 (Pozitif duyguları ifade), 0.88 (Pozitif duyguları değerlendirme) olarak bulunmuştur. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ alt ölçek puanlarının normal dağılıma sahip olup olmadığını tespit etmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. Verilerin dağılımlarının değerlendirilmesinde Jondeau ve Rockinger'in (2003: 1702-1707) çalışması baz alınarak çarpıklık ve basıklık değerleri -3.00 ve +3.00 arasında olan değişkenlerin normal olarak dağıldığı kabul edilmiştir. Tablo 4.2'de gösterilen çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde tüm verilerin normal dağıldığı tespit edilmiştir.

**Tablo 4.2: BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Güvenirlik Katsayıları, Ortalama, Standart Sapma ve Normallik Katsayı Değerleri**

Ölçek	Değişkenler	$\alpha$	Ort.	Ss.	Skewness	Kurtosis
BOKÖ	Kirlenme	0.75	11.46	3.53	0.16	-0.62
	Zarar verme	0.86	10.31	3.96	0.73	-0.01
	Kabul edilemez düşünceler	0.84	11.64	4.13	0.51	-0.10
	Simetri	0.89	10.01	4.18	0.70	-0.02
PDÖ	DİS	0.82	18.22	5.28	-0.21	-0.74
	DAS	0.58	13.89	3.07	-0.28	-0.27
	Dövüş	0.70	12.94	3.50	-0.07	-0.56
	Kaç	0.74	14.05	3.48	-0.32	-0.54
	Don	0.78	11.59	4.09	0.06	-0.96
PAÖ	Aleksitimi toplam	0.93	70.59	30.55	0.57	-0.23
	Genel Dışavuruk Düşünme	0.80	22.32	10.05	0.65	-0.00
	Genel Duygu Tanıma	0.88	22.19	11.62	0.79	-0.01
	Genel Duygu İfade	0.88	26.07	12.49	0.46	-0.69
	Duygu Değerlen. Toplam	0.93	48.26	22.69	0.59	-0.40
	Negatif Tanıma	0.80	12.18	6.50	0.59	-0.58
	Negatif İfade	0.82	14.45	7.12	0.28	-1.04
	Negatif Değerlendirme	0.88	26.63	12.57	0.38	-0.86
	Pozitif Tanıma	0.81	10.01	5.93	1.04	0.50
	Pozitif İfade	0.80	11.61	6.28	0.71	-0.26
Pozitif Değerlendirme	0.88	21.62	11.38	0.85	0.14	

### 4.3. BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Perth aleksitimi, pekiştireç duyarlılık ve boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği alt ölçeklerinin ortalama puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını tespit etmek amacıyla uygulanan Bağımsız Gruplar t-Testi Analizi sonuçları Tablo 4.3’de verilmiştir. Yapılan analizin sonuçlarına göre kadınların BOKÖ alt ölçeklerinden Zarar verme ( $t_{(352)} = 2.24, p = 0.025$ ) alt ölçeğinin ortalama puanının erkeklerin ortalama puanından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kadınların PDÖ alt ölçeklerinden DİS ( $t_{(352)} = 4.92, p < 0.001$ ), Kaç ( $t_{(352)} = 7.45, p < 0.001$ ) ve Don ( $t_{(352)} = 6.45, p < 0.001$ ) ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. PAÖ alt ölçeklerinden Genel duygu tanıma ( $t_{(169.089)} = 2.23, p = 0.02$ ), Genel duygu ifade ( $t_{(169.707)} = 2.26, p = 0.02$ ), Duyguları değerlendirme toplam ( $t_{(171.278)} = 2.41, p = 0.01$ ), Negatif duyguları tanıma ( $t_{(352)} = 2.42, p = 0.016$ ), Negatif duyguları ifade ( $t_{(167.118)} = 2.21, p = 0.028$ ) ve Negatif duyguları değerlendirme ( $t_{(352)} = 2.43, p = 0.01$ ) ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur.

**Tablo 4.3: BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması**

DEĞİŞKENLER	KADIN N=115		ERKEK N=94		t	df	p	%95 Güven Aralığı		
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.				Düşük	Yüksek	
BOKÖ	Kirlenme	11.66	3.57	10.85	3.37	1.872	352	0.062	-0.041	1.662
	Zarar verme	10.59	4.08	9.50	3.51	2.248	352	<b>0.025</b>	0.136	2.044
	Kabul edilemez düşünceler	11.77	4.32	11.24	3.51	1.168	180.719	0.244	-0.369	1.441
	Simetri	10.24	4.30	9.36	3.79	1.699	352	0.090	-0.137	1.884
PDÖ	DİS	19.00	5.07	15.90	5.26	4.924	352	<b>&lt;0.001</b>	1.861	4.336
	DAS	13.97	3.15	13.68	2.84	0.751	352	0.453	-0.460	1.029
	Dövüş	12.83	3.54	13.27	3.39	-1.025	352	0.306	-1.289	0.406
	Kaç	14.79	3.14	11.82	3.54	7.459	352	<b>&lt;0.001</b>	2.191	3.759
	Don	12.36	3.96	9.28	3.60	6.457	352	<b>&lt;0.001</b>	2.140	4.014
PAÖ	Aleksitimi toplam	72.09	31.57	66.07	26.91	1.740	172.491	0.084	-0.809	12.853
	Genel Dışavuruk Düşünme	22.28	10.42	22.45	8.92	-0.151	171.652	0.880	-2.434	2.089
	Genel Duygu Tanıma	22.93	11.94	19.97	10.39	2.235	169.089	<b>0.027</b>	0.346	5.586
	Genel Duygu İfade	26.88	12.83	23.65	11.12	2.269	169.707	<b>0.025</b>	0.419	6.037
	Duygu Değerlen. Toplam	49.81	23.34	43.61	20.04	2.410	171.278	<b>0.017</b>	1.120	11.269
	Negatif Tanıma	12.66	6.60	10.74	6.03	2.420	352	<b>0.016</b>	0.360	3.486
	Negatif İfade	14.91	7.30	13.09	6.42	2.219	167.118	<b>0.028</b>	0.200	3.430
	Negatif Değerlendirme	27.57	12.82	23.83	11.40	2.435	352	<b>0.015</b>	0.719	6.758
	Pozitif Tanıma	10.27	6.14	9.22	5.23	1.550	172.350	0.123	-0.285	2.372
	Pozitif İfade	11.97	6.40	10.56	5.84	1.834	352	0.067	-0.102	2.928
Pozitif Değerlendirme	22.24	11.67	19.78	10.35	1.759	352	0.079	-0.290	5.203	

#### 4.4. Perth Aleksitimi Ölçeği, Pekiştirici Duyarlılık Ölçeği ve Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği Alt Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Perth aleksitimi, pekiştirici duyarlılık ve boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği alt ölçeklerinin ortalama puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark arz edip etmediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü ANOVA analizi ve Post Hoc testi sonuçları Tablo 4.4’de gösterilmiştir. Analiz sonuçlarına göre 18-25 yaş grubundakilerin Kabul edilemez düşünce ( $F_{(3,523)} = 5.48, p = 0.04$ ) ortalama puanının 41 yaş ve üstü grubundaki ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ayrıca 26-40 yaş grubundakilerin ( $F_{(3,523)} = 5.48, p = 0.04$ ) ortalama puanlarının 41 yaş ve üstü grubundakilerin ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer alt ölçek ortalama puanlarının yaş gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık sergilemediği tespit edilmiştir.

**Tablo 4.4: BOKÖ, PDÖ ve PAÖ Alt Ölçeklerin Ortalama Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması**

Değişkenler	18-25 N=97		26-40 N=207		41 ve üstü N=50		F	p	Fark	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.				
Kirlenme	11.29	3.33	11,70	3,55	10.75	3.75	1.60	0.20		
BOKÖ	Zarar verme	10.95	4.07	10.18	3.87	9.62	4.04	2.16	0.11	
	Kabul edilemez düşünce	12.45	4.34	11.63	4.06	10.10	3.58	5.48	0.04	1>3 2>3
	Simetri	10.01	4.02	10.13	4.25	9.56	4.29	0.37	0.68	
PDÖ	DİS	18.90	5.19	18.14	5.37	17.26	4.97	1.67	0.18	
	DAS	13.92	3.29	13.99	3.01	13.42	2.88	0.71	0.49	
	Dövüş	12.97	3.59	13.15	3.46	11.96	3.40	2.38	0.94	
	Kaç	14.57	3.04	13.84	3.67	13.90	3.43	1.51	0.21	
	Don	11.80	3.82	11.78	4.09	10.42	4.46	2.45	0.09	
PAÖ	Aleksitimi toplam	72.48	29.39	70.55	30.95	67.10	31.33	0.51	0.60	

Genel dışavuruk	22.81	10.02	22.04	9.98	22.54	10.56	0.20	0.81
Genel tanıma	22.65	11.26	22.13	11.74	21.56	12.03	0.15	0.85
Genel ifade	27.01	12.42	26.37	12.81	23.0	10.91	1.85	0.15
Duygu değerlendirme toplam	49.67	21.89	48.50	23.29	44.56	21.68	0.86	0.42
Negatif duygu tanıma	12.65	6.56	12.26	6.55	10.94	6.14	1.18	0.30
Negatif duygu ifade	14.98	7.28	14.74	7.21	12.22	6.08	2.93	0.05
Negatif duygu değerlendirme	27.64	12.56	27.00	12.81	23.16	11.12	2.33	0.09
Pozitif duygu tanıma	10.00	5.40	9.86	6.04	10.62	6.51	0.32	0.72
Pozitif duygu ifade	12.02	5.88	11.63	6.56	10.78	5.86	0.64	0.52
Pozitif duygu değerlendirme	22.02	10.32	21.50	11.81	21.40	11.75	0.80	0.92

#### 4.5. Perth Aleksitimi Ölçeği, Pekiştireç Duyarlılık Ölçeği ve Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği Alt Ölçekleri Arasındaki Korelasyona Yönelik Bulgular

Perth aleksitimi, pekiştireç duyarlılık ve boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği alt ölçeklerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır ve sonuçları Tablo 4.5’de verilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, OKB alt boyutları ve pekiştireç duyarlılık alt boyutlarıyla aleksitimi toplam arasında Dis ( $r = 0.49, p < 0.05$ ), Kirlenme ( $r = -0.14, p < 0.01$ ), Zarar Verme Endişe ( $r = 0.27, p < 0.05$ ), Kabul Edilemez Düşünce ( $r = 0.27, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.22, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.38, p < 0.05$ ) pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Genel dışavuruk alt boyutuyla Zarar Verme Endişe ( $r = 0.16, p < 0.05$ ), Kabul Edilemez Düşünce ( $r = 0.17, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.19, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.31, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.11, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.21, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Genel duygu tanıma alt boyutuyla Kirlenme ( $r = 0.14, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.31, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.27, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.51, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.42, p < 0.05$ ) arasında

pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Aleksitimi alt boyutlarından Genel ifade alt boyutunun; Kirlenme ( $r = 0.14, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.25, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.27, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.20, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.45, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.37, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Duygu değerlendirme alt boyutuyla Kirlenme ( $r = 0.15, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.30, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.29, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.51, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.42, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Negatif duygu tanıma alt boyutu ile Kirlenme ( $r = 0.12, p < 0.01$ ), Endişe ( $r = 0.34, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.29, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.52, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.25, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.45, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Negatif duygu ifade ile Kirlenme ( $r = 0.11, p < 0.01$ ), Endişe ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.27, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.16, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.43, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.35, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Negatif duyguları değerlendirme alt boyutu ile Kirlenme ( $r = 0.12, p < 0.01$ ), Endişe ( $r = 0.31, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.30, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.21, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.51, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.26, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.43, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Pozitif duyguları tanıma alt boyutu ile Kirlenme ( $r = 0.14, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.21, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.22, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.43, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.18, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.33, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Pozitif duyguları ifade etmek ile Kirlenme ( $r = 0.16, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.21, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.42, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.19, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.36, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Pozitif duyguları değerlendirme alt boyutu ile ise Kirlenme ( $r = 0.17, p < 0.05$ ), Endişe ( $r = 0.46, p < 0.05$ ), Düşünce ( $r = 0.24, p < 0.05$ ), Simetri ( $r = 0.23, p < 0.05$ ), Dis ( $r = 0.45, p < 0.05$ ), Kaç ( $r = 0.20, p < 0.05$ ), Don ( $r = 0.36, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Das ve Dövüş alt boyutlarının aleksitiminin herhangi bir alt boyutu ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

**Tablo 4.5: Perth Aleksitimi Ölçeği, Pekiştiric Duyarlılık Ölçeği ve Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği Alt Ölçeklerinin Arasındaki Korelasyona Yönelik Bulgular**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1																			
2	.46**	1																		
3	.40**	.52**	1																	
4	.53**	.49**	.40**	1																
5	.20**	.40**	.37**	.23**	1															
6	.11*	.02	.05	.10*	-.02	1														
7	.08	.06	.01	.00	-.00	.43**	1													
8	.16**	.17**	.17**	.15**	.42**	-.06	-.20**	1												
9	.23**	.33**	.29**	.19**	.66**	.01	-.17**	.50**	1											
10	.14**	.28**	.27**	.24**	.49**	.05	-.05	.22**	.38**	1										
11	.10	.16**	.17**	.19**	.32**	.05	-.06	.12*	.21**	.84**	1									
12	.14**	.32**	.27**	.24**	.52**	.04	-.02	.23**	.42**	.91**	.65**	1								
13	.14**	.25**	.28**	.20**	.46**	.05	-.05	.23**	.37**	.92**	.66**	.77**	1							
14	.15**	.30**	.29**	.23**	.52**	.05	-.04	.25**	.42**	.97**	.69**	.94**	.95**	1						
15	.12*	.34**	.29**	.23**	.53**	.02	-.02	.25**	.45**	.86**	.59**	.94**	.74**	.89**	1					
16	.11*	.23**	.28**	.16**	.43**	.02	-.06	.24**	.35**	.84**	.61**	.68**	.94**	.87**	.70**	1				
17	.12*	.31**	.31**	.21**	.52**	.03	-.05	.26**	.43**	.92**	.65**	.87**	.92**	.95**	.92**	.93**	1			
18	.14**	.24**	.22**	.22**	.44**	.05	-.021	.18**	.33**	.84**	.62**	.99**	.70**	.86**	.75**	.57**	.71**	1		
19	.16**	.24**	.24**	.21**	.42**	.06	-.03	.19**	.34**	.87**	.62**	.75**	.92**	.90**	.68**	.74**	.77**	.74**	1	
20	.16**	.27**	.24**	.23**	.46**	.06	-.03	.20**	.36**	.92**	.67**	.90**	.87**	.94**	.76**	.70**	.79**	.93**	.94**	1

Not: \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

Not: 1= Kirlenme, 2= Zarar verme endişesi, 3= Kabul edilemez düşünceler, 4= Simetri, 5= Dis, 6= Das, 7= Dövüş, 8= Kaç, 9= Don, 10= Aleksitmi toplam, 11= Genel dışavuruk, 12= Genel duygu tanıma zorluğu, 13= Genel duygu ifade zorluğu, 14= Duygu değerlendirme zorluğu toplam, 15= Negatif duygu tanıma zorluğu, 16= Negatif duygu ifade zorluğu, 17= Negatif duygu değerlendirme zorluğu, 18= Pozitif duygu tanıma zorluğu, 19= Pozitif duygu ifade zorluğu, 20= Pozitif duygu değerlendirme zorluğu.

#### 4.6. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Obsesif Kompulsif Bozukluğunun Alt boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Pekiştireç duyarlılık sistemlerinin ve aleksitiminin alt boyutlarının OKB alt boyutlarını yordama etkisine yönelik yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinde OKB alt boyutları puanları (kirlenme, zarar verme endişesi, kabul edilemez düşünceler, simetri) yodanan değişken; Pekiştireç duyarlılığı sistemlerinin alt boyutları puanları (dis, das, don, kaç, dövüş), aleksitimi alt boyutları puanları (aleksitimi toplam, genel dışavuruk düşünme, genel duygu tanıma, genel duygu ifade, duygu değerlendirme toplam, negatif duygu tanıma, negatif duygu ifade, negatif duygu değerlendirme, pozitif duygu tanıma, pozitif duygu ifade, pozitif duygu değerlendirme) ise yordayıcı değişkenler olarak değerlendirilmiştir. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinde stepwise yöntemi kullanılmış ve korelasyon analizinde OKB alt boyutları ile ilişkili olmayan veya 0.20 altı ilişki gösteren değişkenler analize dahil edilmemiştir (Clark ve Watson, 1995: 316) (Tablo 4.6 – 4.15).

##### 4.6.1. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Kirlenme OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

OKB alt boyutlarından Kirlenme'nin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; Kirlenme'yi yordayan değişkenlerin Don ( $\beta = 0.25$ ,  $t = 4.83$ ,  $p < 0.001$ ) ve Dövüş ( $\beta = 0.12$ ,  $t = 2.44$ ,  $p = 0.01$ ) olduğu ve birlikte Kirlenme'ye ait varyansın %64'ünü açıkladıkları tespit edilmiştir (Düz.  $R^2 = 0.64$ ,  $F_{(5,955)} = 12.99$ ,  $p < 0.001$ ) (Tablo 4.6).

**Tablo 4.6: Kirlenme'yi Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Model	Yordayıcı Değişkenler	B	SH	$\beta$	$t$	$p$	%95 Güven Aralığı		Multicollinearity		Adjusted $R^2$	F
							Düşük	Yüksek	Tolerance	VIF		
1	Don	0.19	0.45	0.23	4.44	0.00	0.11	0.28	1.00	1.00	0.05	19,76
2	Don	0.21	0.45	0.25	4.83	0.00	1.29	0.30	0.97	1.03	0.64	12.99
	Dövüş	0.12	0.53	0.12	2.44	0.01	0.25	0.23	0.97	1.03		

#### 4.6.2. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Zarar Verme Endişesi OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Zarar verme endişesi'nin yordayıcılarını tespit etmek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; Zarar verme endişesi'ni yordayan değişkenlerin Dis ( $\beta = 0.30$ ,  $t = 0.30$ ,  $p < 0.001$ ) ve negatif duygu tanımlama ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 0.18$ ,  $p = 0.01$ ) olduğu ve birlikte Zarar verme endişesi 'ne ait varyansın %18'ini açıkladıkları tespit edilmiştir (Düz.  $R^2 = 0.18$ ,  $F_{(10,498)} = 40.12$ ,  $p < 0.001$ ) (Tablo 4.7).

**Tablo 4.7: Zarar Verme Endişesi 'ni Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Model	Yordayıcı Değişkenler	B	SH	$\beta$	$t$	$p$	%95 Güven Aralığı		Multicollinearity		Adjusted $R^2$	F
							Düşük	Yüksek	Tolerance	VIF		
1	Dis	0.30	0.42	0.42	8.24	0.00	0.23	0.37	1.00	1.00	0.15	67.92
	Dis	0.22	0.36	0.30	0.30	0.00	0.14	0.31	0.72	1.38	0.18	40.12
2	Negatif tanımlama	0.11	0.18	0.18	0.18	0.01	0.44	0.18	0.72	1.38		

#### 4.6.3. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Kabul Edilemez Düşünce OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Kabul Edilemez Düşünce'nin yordayıcılarını tespit etmek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; Kabul Edilemez Düşünce'yi yordayan değişkenlerin Dis ( $\beta = 0.30$ ,  $t = 5.54$ ,  $p < 0.001$ ) ve negatif duygu ifade ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 2.68$ ,  $p = 0.08$ ) olduğu ve birlikte Kabul Edilemez Düşünce'ye ait varyansın %14'ünü açıkladıkları tespit edilmiştir (Düz.  $R^2 = 0.14$ ,  $F_{(7,194)} = 31.13$ ,  $p < 0.001$ ) (Tablo 4.8).

**Tablo 4.8: Kabul Edilemez Düşünceleri Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

Model	Yordayıcı Değişkenler	B	SH	$\beta$	$t$	$p$	%95 Güven Aralığı		Multicollinearity		Adjusted R <sup>2</sup>	F
							Düşük	Yüksek	Tolerance	VIF		
1	Dis	0.28	0.39	0.36	7.35	0.00	0.20	0.36	1.00	1.00	0.13	54.11
	Dis	0.23	0.43	0.30	5.54	0.00	0.15	0.32	0.81	1.22	0.14	31.13
2	Negatif ifade	0.08	0.32	0.14	2.68	0.08	0.02	0.14	0.81	1.22		

#### 4.6.4. Aleksitimi ve Pekiştireç Duyarlılığı Sistemlerinin Alt Boyutlarının Simetri OKB Alt Boyutunu Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Simetri'nin yordayıcılarını bulmak amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; Simetri'yi yordayan değişkenlerin Dis( $\beta = 0.17$ ,  $t = 2.98$ ,  $p = 0.03$ ) ve Pozitif Tanımlama ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 2.58$ ,  $p = 0.01$ ) olduğu ve birlikte Simetri'ye ait varyansın %6'sını açıkladıkları tespit edilmiştir (Düz.  $R^2 = 0.06$ ,  $F_{(6,699)} = 13.89$ ,  $p = 0.00$ ) (Tablo 4.9)

**Tablo 4.9: Simetri'yi Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

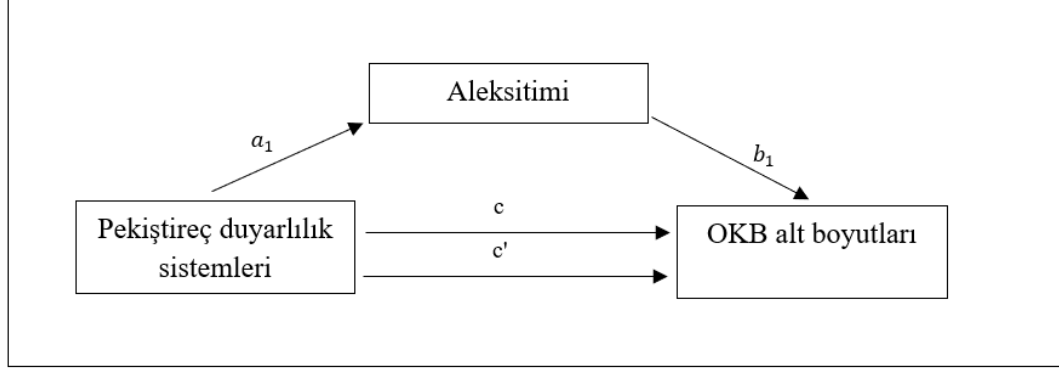
Model	Yordayıcı Değişkenler	B	SH	$\beta$	$t$	$p$	%95 Güven Aralığı		Multicollinearity		Adjusted R <sup>2</sup>	F
							Düşük	Yüksek	Tolerance	VIF		
1	Dis	0.18	0.41	0.23	4.55	0.00	0.10	0.26	1.00	1.00	0.05	20.75
	Dis	0.13	0.04	0.17	2.98	0.03	0.04	0.22	0.80	1.23	0.06	13.89
2	Pozitif Tanımlama	0.10	0.04	0.14	2.58	0.01	0.02	0.18	0.80	1.23		

#### 4.7. Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

OKB alt boyutlarının pekiştireç duyarlılığı sistemleriyle olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün tespit edilmesi amacıyla PROCESS Macro V.4.1. model 4 (Hayes, 2018) kullanılmıştır. OKB alt boyutları ile pekiştireç duyarlılığı sistemleri arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü bir model üzerinden incelenmiştir.

#### 4.7.1. Model 1

Modelde OKB alt boyut türleri yordanan değişken (Y); pekiştireç duyarlılık sistemleri yordayan değişken (X); aleksitimi aracı değişken (M) olarak belirlenmiştir. Çalışmada  $X \rightarrow M \rightarrow Y$  yolu Şekil 4.1'de sunulmuştur.

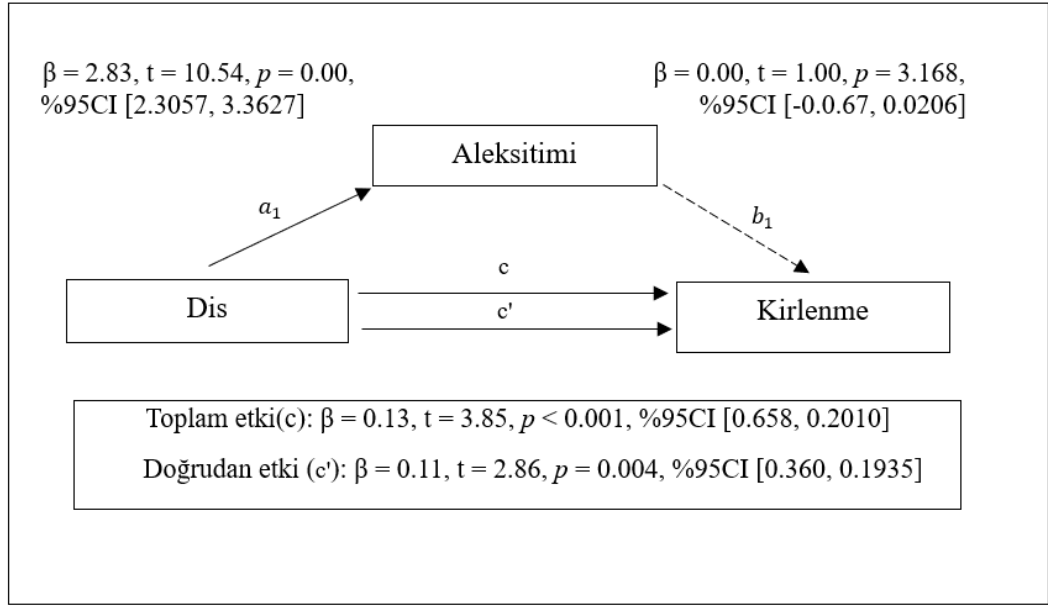


**Şekil 4.1: OKB alt boyutları ile Pekiştireç duyarlılık sistemleri alt boyutları arasındaki ilişkide aleksitimi aracı rolünün incelendiği aracılık analizine yönelik çalışma modeli.**

##### 4.7.1.1. OKB Alt Boyutu Kirlenme

###### a) Kirlenme ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

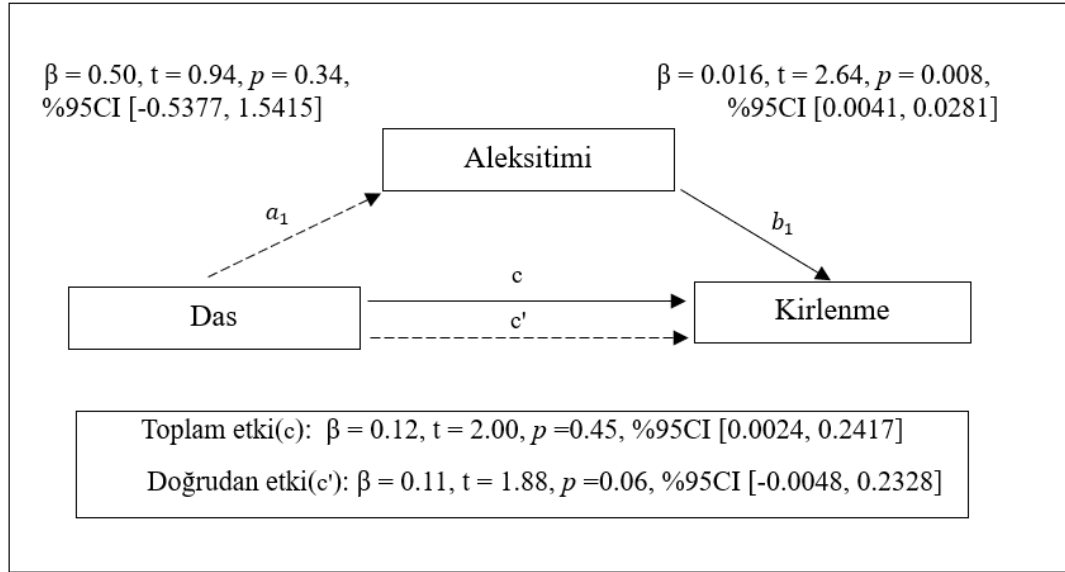
Kirlenme ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün araştırıldığı analiz bulgularınca, OKB'nin alt boyutlarından kirlenme ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') pozitif ve anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.13$ ,  $t = 3.85$ ,  $p = 0.001$ , %95CI [0.658, 0.2010]). Kirlenme ile Dis arasındaki ilişkide Dis'in kirlenmeyi yordadığı ancak aleksitimi ( $\beta = 0.00$ ,  $t = 1.00$ ,  $p = 3.168$ , %95CI [-0.067, 0.0206]) değişkeninin kirlenmeyi yordamadığı tespit edilmiş, dolaylı etkisinin anlamlı düzeyde bulunmadığı belirlenmiştir. Toplam etkinin (c) ( $\beta = 0.13$ ,  $t = 3.85$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.658, 0.0206]) pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre Kirlenme ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.2).



**Şekil 4.2: Kirlenme ile Dis arasındaki ilişkide Aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri**

#### **b) Kirlenme ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

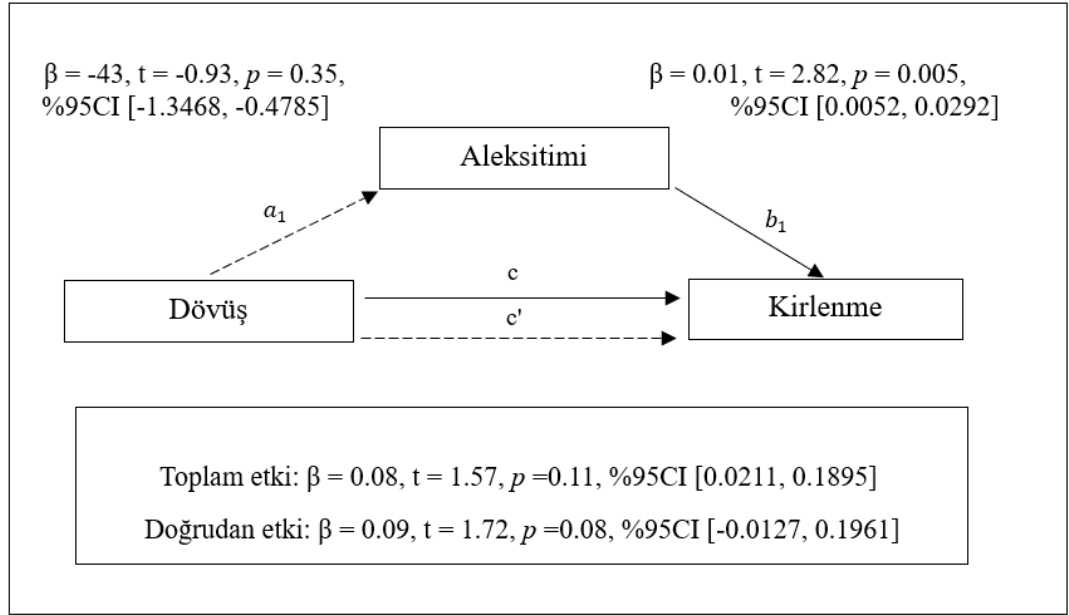
Kirlenme ve Das arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün değerlendirildiği istatistiksel analiz sonucunda, OKB'nin alt boyutlarından kirlenme ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.11, t = 1.88, p = 0.06, \%95CI [-0.0048, 0.2328]$ ). Kirlenme ile Das arasındaki ilişkide aleksitiminin ( $\beta = 0.016, t = 2.64, p = 0.008, \%95CI [0.0041, 0.0281]$ ) dolaylı etkisinin anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır. Toplam etkinin (c) ise ( $\beta = 0.12, t = 2.00, p = 0.045, \%95CI [0.0024, 0.2417]$ ) pozitif doğrultuda ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre Kirlenme ve Das arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.2).



**Şekil 4.3: Kirlenme ile Das arasındaki ilişkide Aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri**

### c) Kirlenme ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

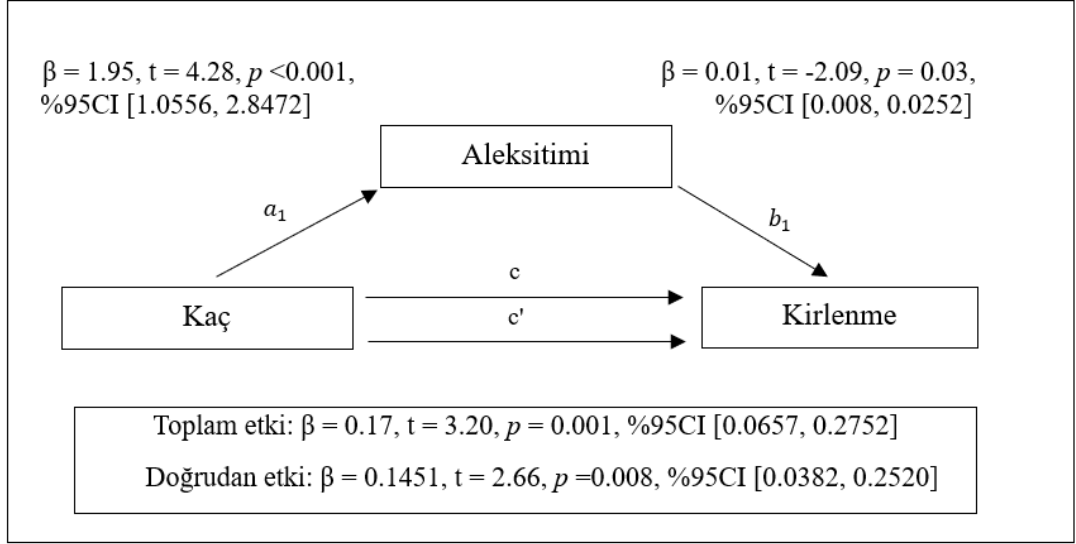
Kirlenme'nin Dövüş ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün değerlendirildiği istatistiksel analiz bulgularında, kirlenme ve Dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.09, t = 1.72, p = 0.08, \%95CI [-0.0127, 0.1961]$ ). Toplam etkinin (c) pozitif ve anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.08, t = 1.57, p = 0.11, \%95CI [0.0211, 0.1895]$ ). Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin ( $\beta = 0.01, t = 2.82, p = 0.005, \%95CI [0.0052, 0.0292]$ ) aracı rolü olmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.4).



**Şekil 4.4: Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri**

#### **d) Kirlenme ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

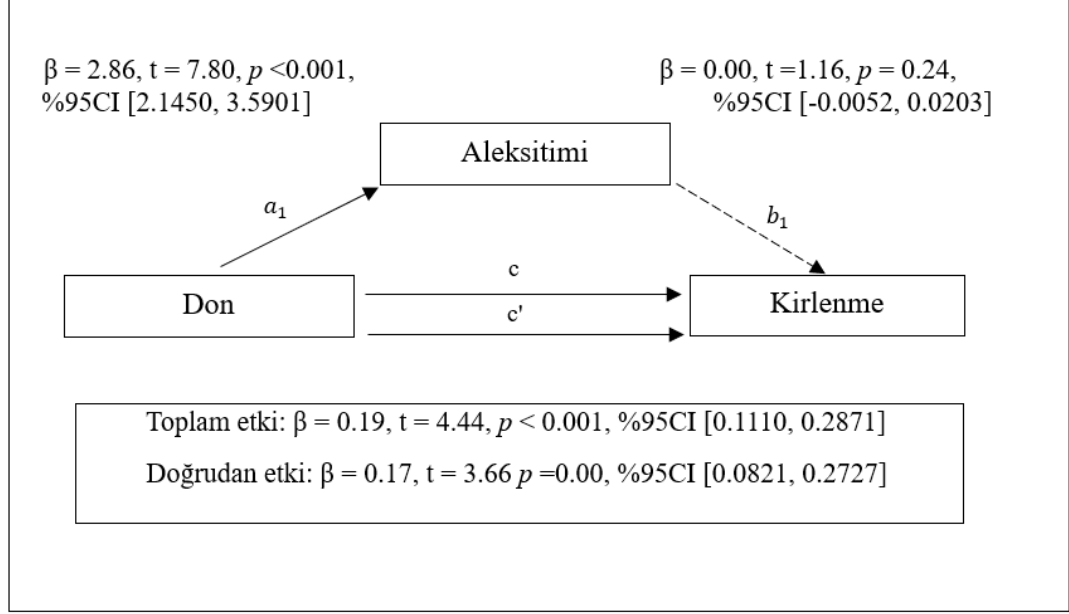
Kirlenme ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün ele alındığı istatistiksel analiz bulgularında, kirlenme ve kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) pozitif ve anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.1451, t = 2.66, p = 0.008, \%95CI [0.0382, 0.2520]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) ( $\beta = 0.17, t = 3.20, p < 0.001, \%95CI [0.0657, 0.2752]$ ) pozitif ve istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bulunduğu saptanmıştır. Kirlenme ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin ( $\beta = 0.01, t = -2.09, p = 0.03, \%95CI [0.008, 0.0252]$ ) aracı rolü olduğu bulgusu elde edilmiştir (Şekil 4.5).



**Şekil 4.5: Kirlenme ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Kirlenme ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

Kirlenme ve Don ilişkisinde aleksitiminin aracı rolüne bakıldığı veri analizi bulgularında, kirlenme ve Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') pozitif yönde olduğu ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $\beta = 0.00, t = 1.16, p = 0.24, \%95CI [0.0821, 0.2727]$ ). Toplam etkinin (c) ise pozitif doğrultuda ve anlamlı olduğu bulgulanmıştır ( $\beta = 0.19, t = 4.44, p < 0.001, \%95CI [0.1110, 0.2871]$ ). Kirlenme ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.01, t = 2.82, p = 0.24, \%95CI [-0.0052, 0.0203]$ ) (Şekil 4.6).

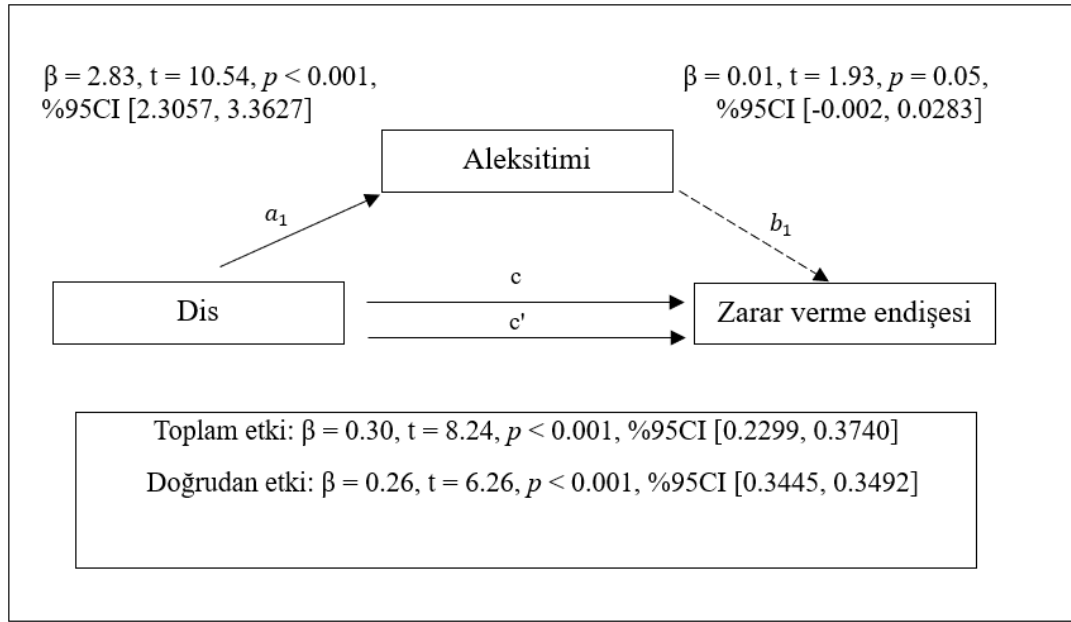


**Şekil 4.6: Kirlenme ve Don arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.1.2. OKB Alt Boyutu Zarar Verme Endişesi

##### a) Zarar Verme Endişesi ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

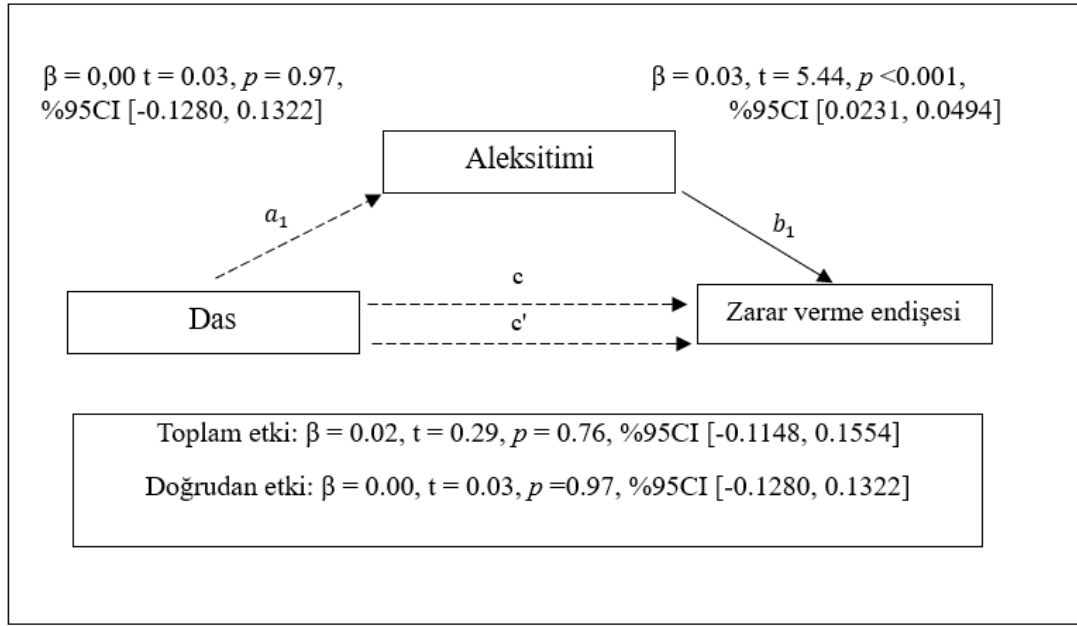
Zarar verme endişesi ile Dis ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün olup olmadığını inceleyen istatistiksel analiz doğrultusunda, zarar verme endişesi ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan pozitif ve anlamlı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.26, t = 6.26, p < 0.001, \%95CI [0.3445, 0.3492]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) ( $\beta = 0.30, t = 8.24, p < 0.001, \%95CI [0.2299, 0.3740]$ ) ise istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı olduğu bulunmuştur. Zarar verme endişesi ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmemiştir ( $\beta = 0.01, t = 1.93, p = 0.05, \%95CI [-0.002, 0.0283]$ )(Şekil 4.7.).



**Şekil 4.7: Zarar verme endişesi ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Zarar Verme Endişesi ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

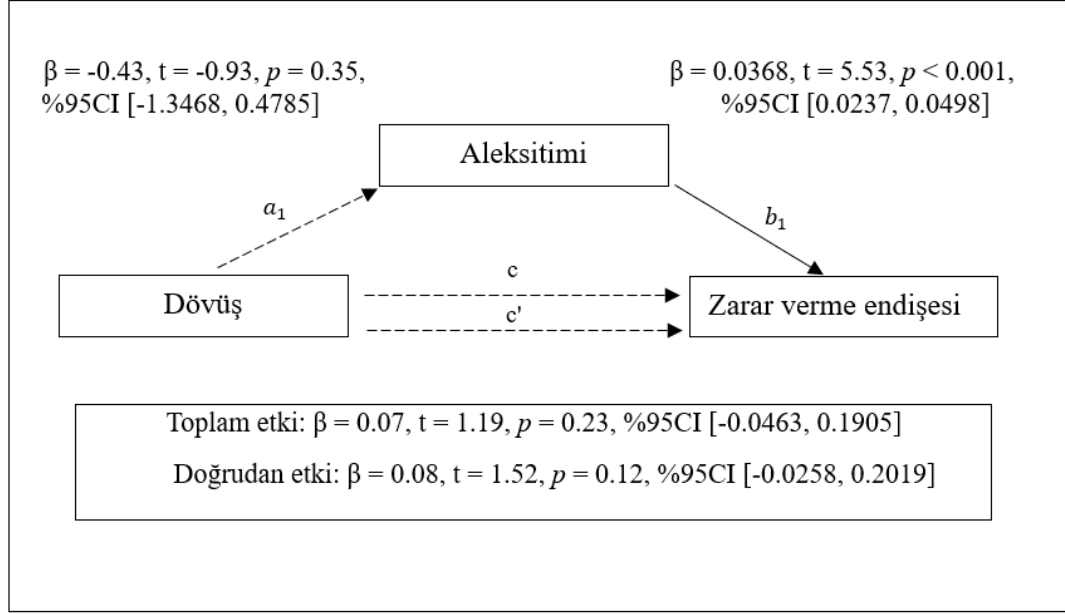
Zarar verme endişesi ve Das ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelendiği analiz sonucunda, zarar verme endişesi ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.00, t = 0.03, p = 0.97, \%95CI [-0.1280, 0.1322]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $\beta = 0.02, t = 0.29, p = 0.76, \%95CI [-0.1148, 0.1554]$ ). Zarar verme endişesi ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmemiştir ( $\beta = 0.03, t = 5.44, p < 0.001, \%95CI [0.0231, 0.0494]$ ) (Şekil 4.8).



**Şekil 4.8: Zarar verme endişesi ve Das arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Zarar Verme Endişe ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

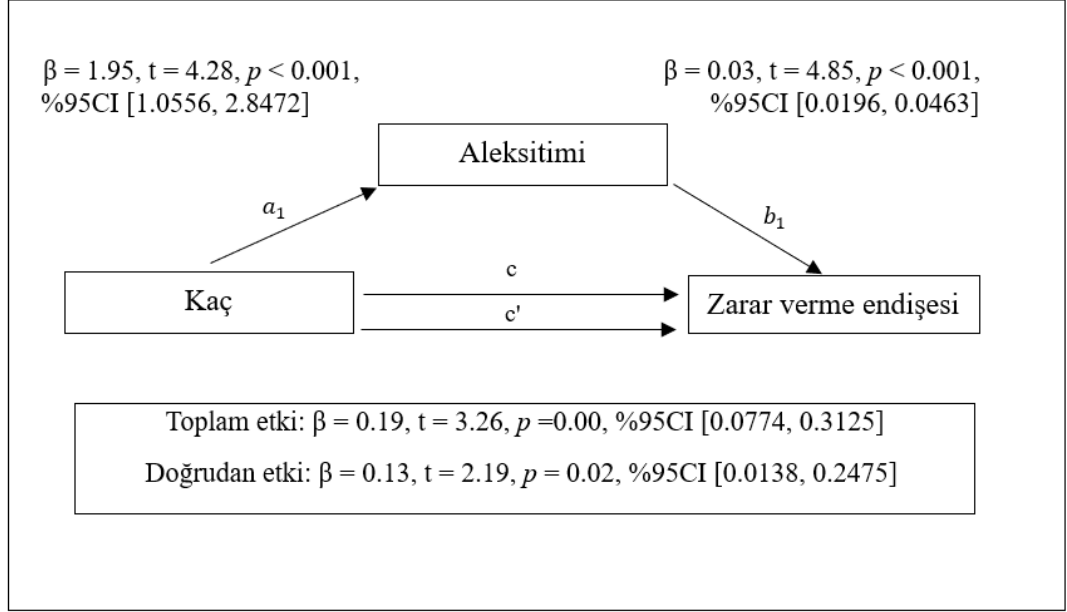
Zarar verme endişesi ve Dövüş ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, zarar verme endişesi ile Dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgulanmıştır ( $\beta = 0,08$ ,  $t = 1,52$ ,  $p = 0,12$ ,  $\%95CI [-0,0258, 0,2019]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $\beta = 0,07$ ,  $t = 1,19$ ,  $p = 0,23$ ,  $\%95CI [-0,0463, 0,1905]$ ). Zarar verme endişesi ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin ( $\beta = -0,43$ ,  $t = -0,93$ ,  $p = 0,35$ ,  $\%95CI [-1,3468, 0,4785]$ ) aracı rolü tespit edilmemiştir (Şekil 4.9).



**Şekil 4.9: Zarar verme endişesi ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Zarar Verme Endişesi ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

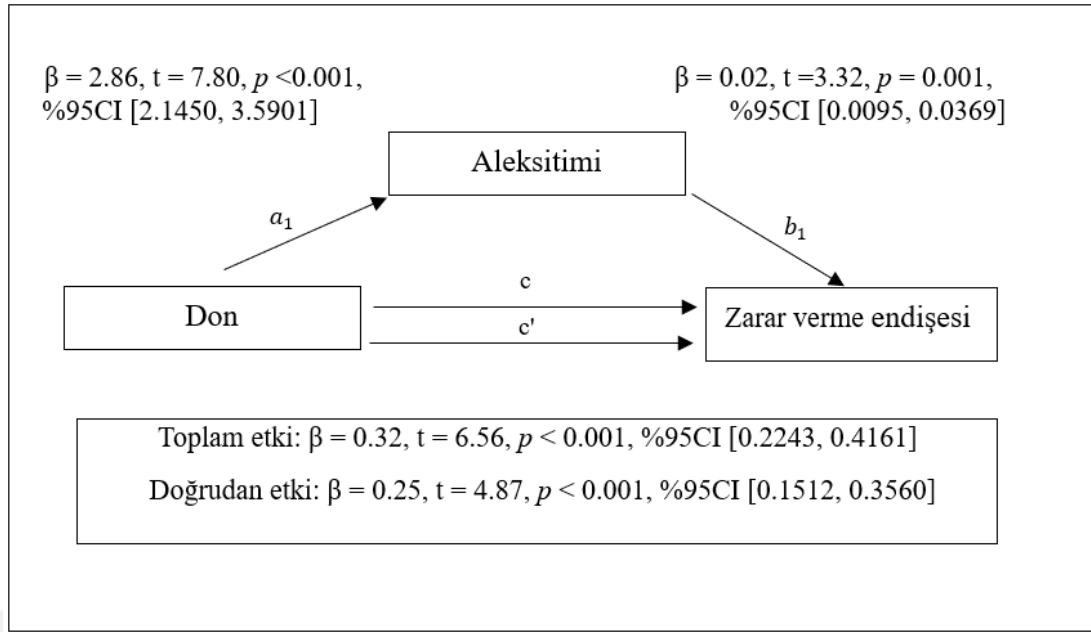
Zarar verme endişesi ve Kaç ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, zarar verme endişesi ile Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.13, t = 2.19, p = 0.02, \%95CI [0.0138, 0.2475]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\beta = 0.19, t = 3.26, p < 0.001, \%95CI [0.0774, 0.3125]$ ). Zarar verme endişesi ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.03, t = 4.85, p < 0.001, \%95CI [0.0196, 0.0463]$ ) (Şekil 4.10.).



**Şekil 4.10: Zarar verme endişesi ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Zarar Verme Endişesi ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

Zarar verme endişesi ve Don ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, zarar verme endişesi ile Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.25, t = 4.87, p < 0.001, \%95CI [0.1512, 0.3560]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.32, t = 6.56, p < 0.001, \%95CI [0.2243, 0.4161]$ ) Zarar verme endişesi ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.02, t = 3.32, p = 0.001, \%95CI [0.0095, 0.0369]$ ) (Şekil 4.11.).

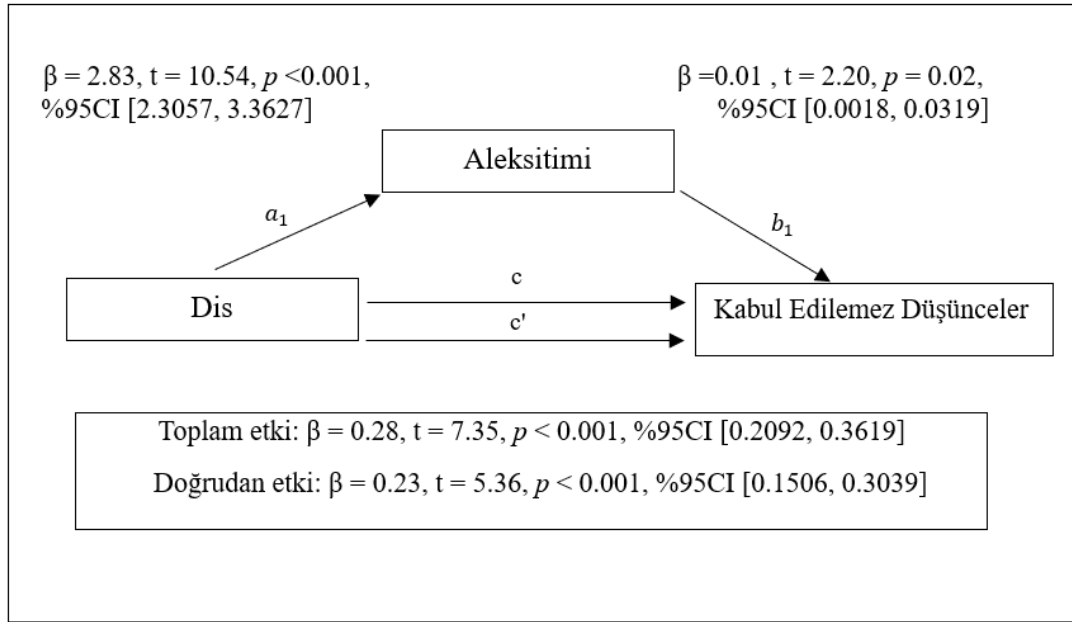


**Şekil 4.11: Zarar verme endişesi ve Don arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.1.3. OKB Alt Boyutu Kabul Edilemez Düşünceler

##### a) Kabul Edilemez Düşünceler ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

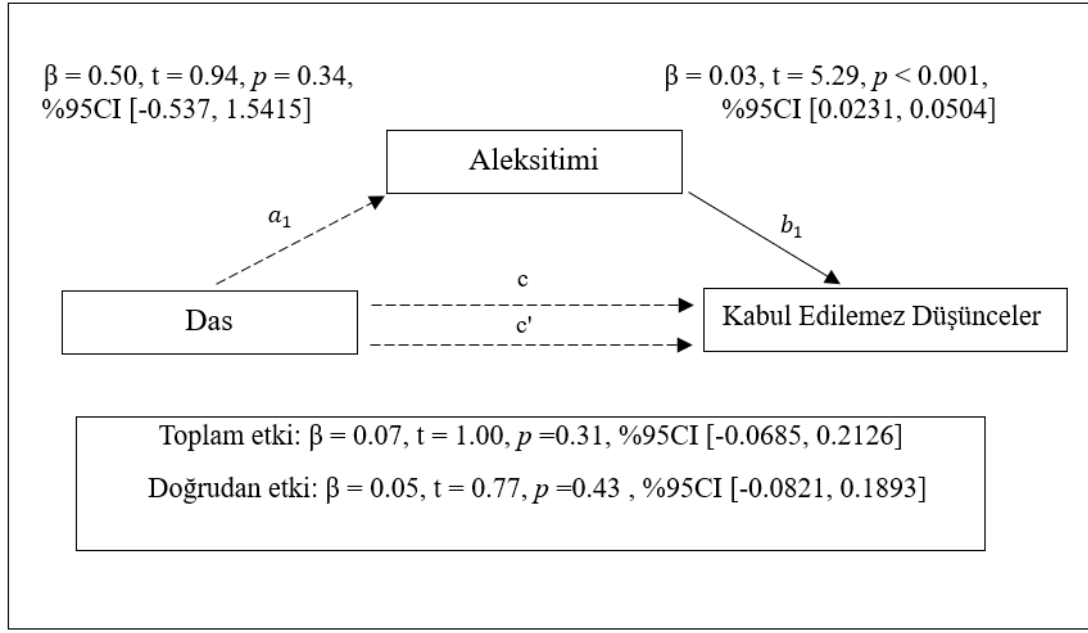
Kabul edilemez düşünceler ve Dis ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, kabul edilemez düşünce ile Dis arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.23, t = 5.36, p < 0.001, \%95CI [0.1506, 0.3039]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.28, t = 7.35, p < 0.001, \%95CI [0.2092, 0.3619]$ ). Kabul edilemez düşünceler ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.01, t = 2.20, p = 0.02, \%95CI [0.0018, 0.0319]$ ) (Şekil 4.12.).



**Şekil 4.12: Kabul edilemez düşünceler ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Kabul Edilemez Düşünceler ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

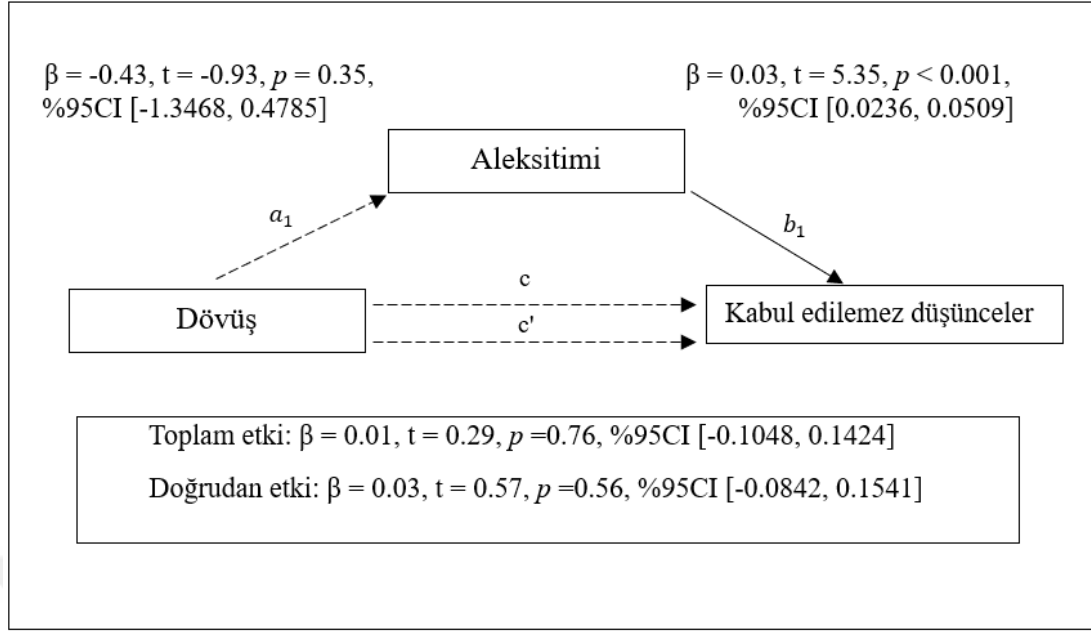
Kabul edilemez düşünceler ve Das ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, kabul edilemez düşünceler ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.05, t = 0.77, p = 0.43, \%95CI [-0.0821, 0.1893]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.05, t = 0.77, p = 0.43, \%95CI [-0.0821, 0.1893]$ ). Kabul edilemez düşünceler ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin ( $\beta = 0.50, t = 0.94, p = 0.34, \%95CI [-0.537, 1.5415]$ ) aracı rolü tespit edilmemiştir (Şekil 4.13).



**Şekil 4.13: Kabul edilemez düşünceler ve Das arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### **c) Kabul Edilemez Düşünceler ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

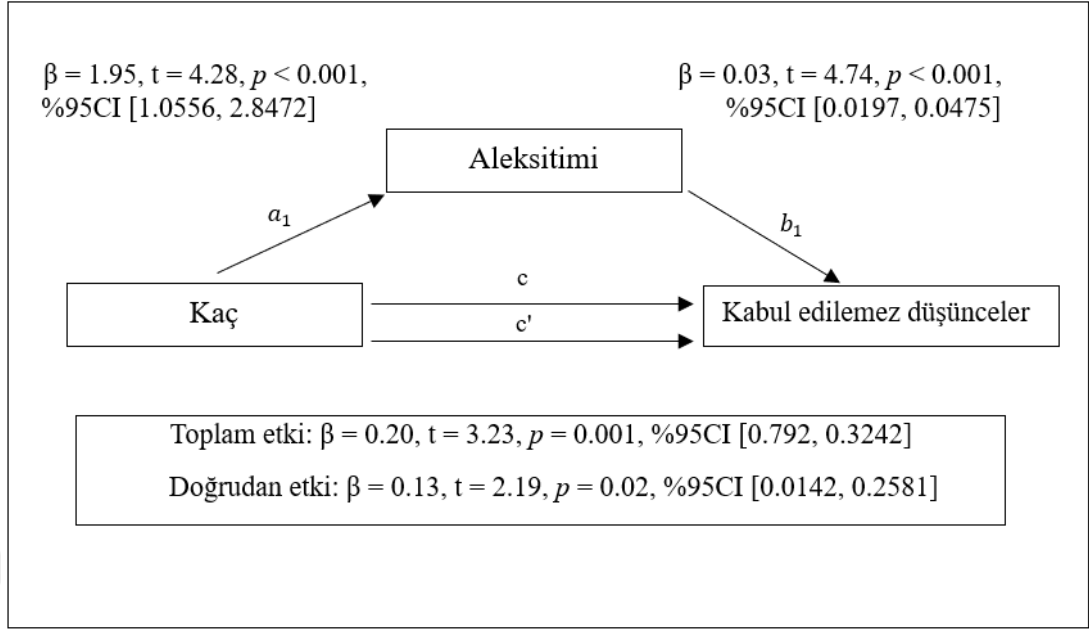
Kabul edilemez düşünceler ve Dövüş ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirilen analiz bulguları doğrultusunda, kabul edilemez düşünceler ve dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.03, t = 0.57, p = 0.56, \%95CI [-0.0842, 0.1541]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.01, t = 0.29, p = 0.76, \%95CI [-0.1048, 0.1424]$ ). Kabul edilemez düşünceler ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin ( $\beta = -0.43, t = -0.93, p = 0.35, \%95CI [-1.3468, 0.4785]$ ) aracı rolü tespit edilmemiştir (Şekil 4.14).



**Şekil 4.14: Kabul edilemez düşünceler ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Kabul edilemez düşünceler ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

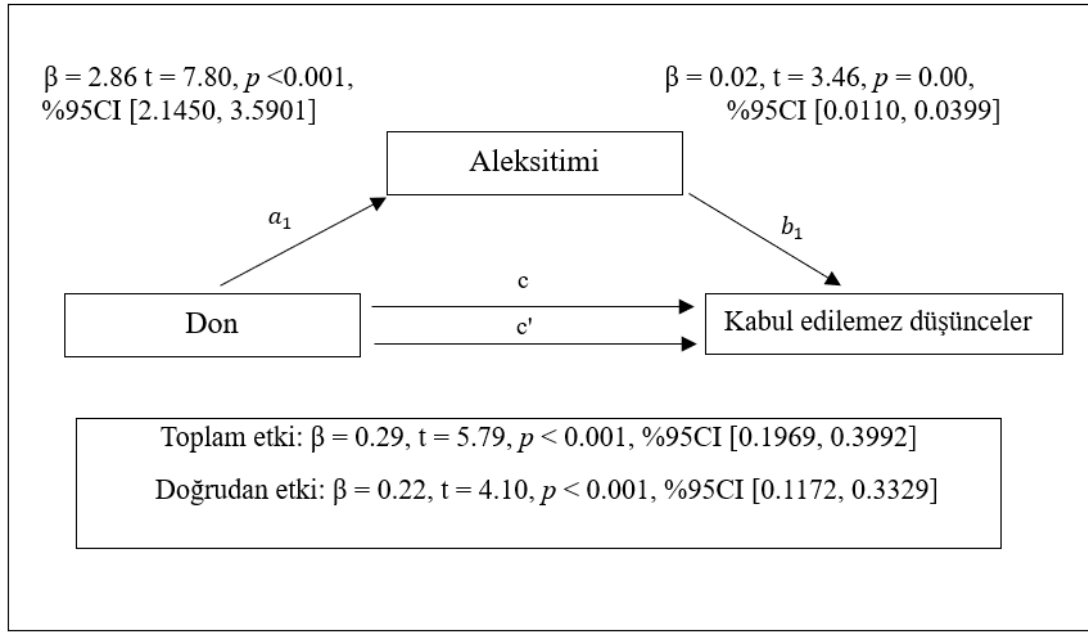
Kabul edilemez düşüncelerin Kaç ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, kabul edilemez düşünce ile Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.13, t = 2.19, p = 0.02, \%95CI [0.0142, 0.2581]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olduğu görülmüştür ( $\beta = 0.28, t = 7.35, p < 0.001, \%95CI [1.0556, 2.8472]$ ). Kabul edilemez düşünceler ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.03, t = 4.74, p < 0.001, \%95CI [0.0197, 0.0475]$ ) (Şekil 4.15.).



**Şekil 4.15: Kabul edilemez düşünceler ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Kabul edilemez düşünceler ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

Kabul edilemez düşünceler ve Don ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, kabul edilemez düşünce ile Don arasındaki yola ait doğrudan etkisinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.22, t = 4.10, p < 0.001, \%95CI [0.1172, 0.3329]$ ). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.22, t = 4.10, p < 0.001, \%95CI [0.1172, 0.3329]$ ). Kabul edilemez düşünceler ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.02, t = 3.46, p < 0.001, \%95CI [0.0110, 0.0399]$ ) (Şekil 4.16.).

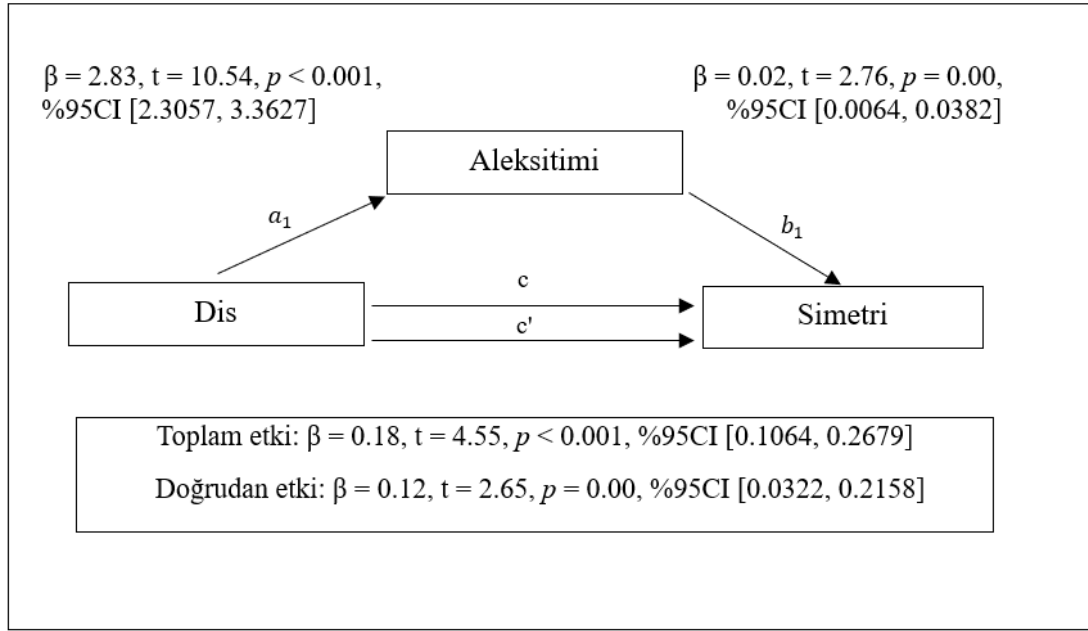


**Şekil 4.16: Kabul edilemez düşünceler ve Don arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.1.4. OKB Alt Boyutu Simetri

##### a) Simetri ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

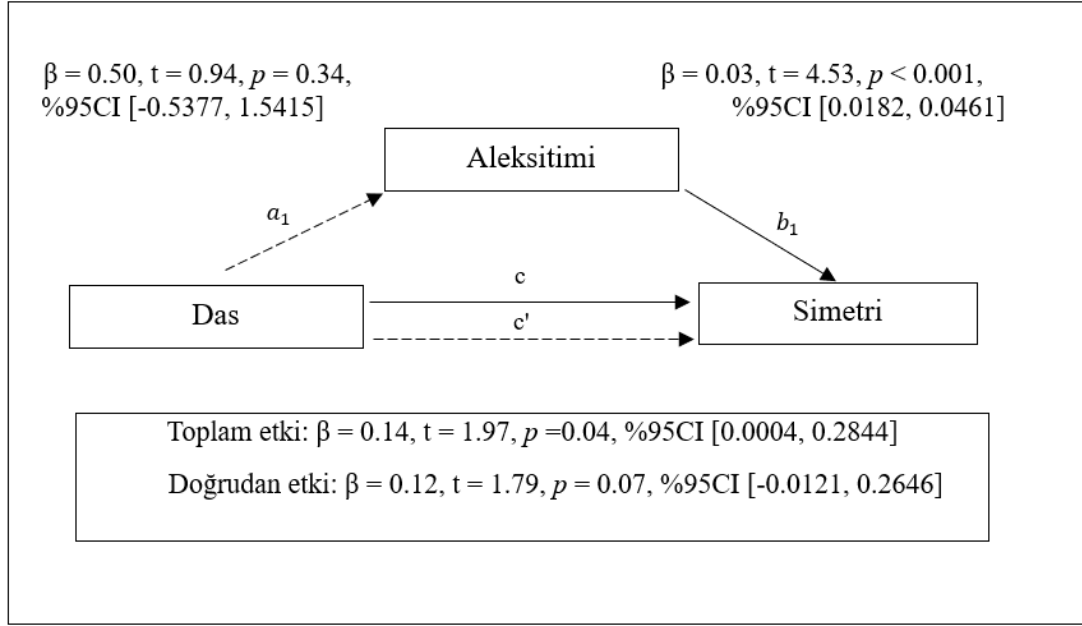
Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ile Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.12$ ,  $t = 2.65$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0322, 0.2158]). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel yönden pozitif ve anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 4.55$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1064, 0.2679]). Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracı rolü bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 2.76$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0064, 0.0382]) (Şekil 4.17.).



**Şekil 4.17: Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Simetri ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

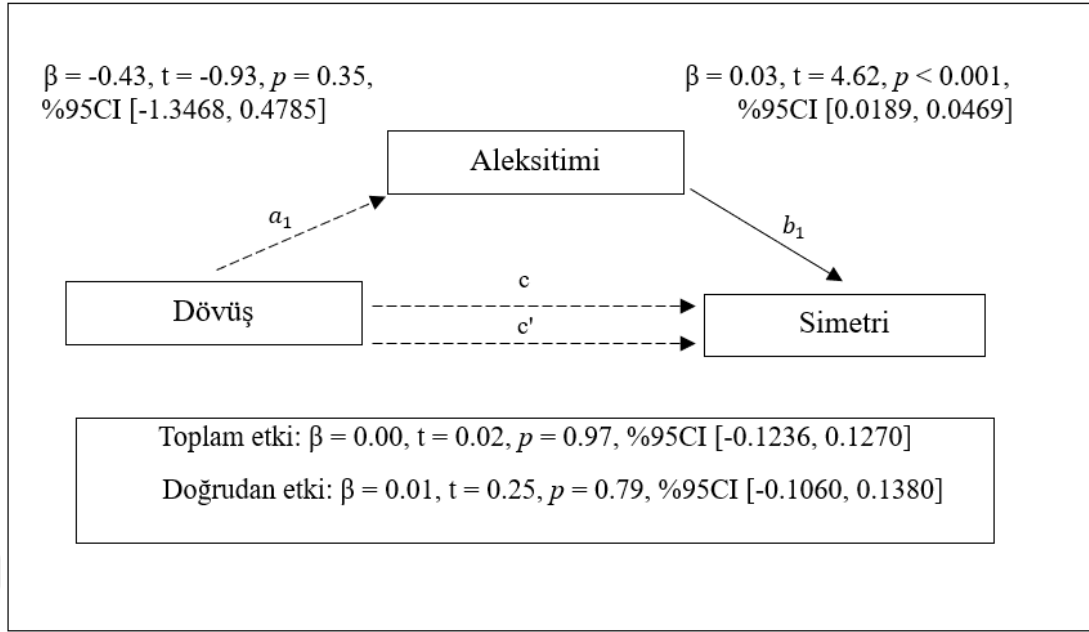
Simetri ve Das ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, aleksitiminin simetri ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.12, t = 1.79, p = 0.07, \%95CI [-0.0121, 0.2646]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel doğrultuda anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.14, t = 1.97, p = 0.04, \%95CI [0.0004, 0.2844]$ ). Simetri ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin aracılık rolü olmadığı bulgusu elde edilmiştir. (Şekil 4.18.).



**Şekil 4.18: Simetri ve Das arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Simetri ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

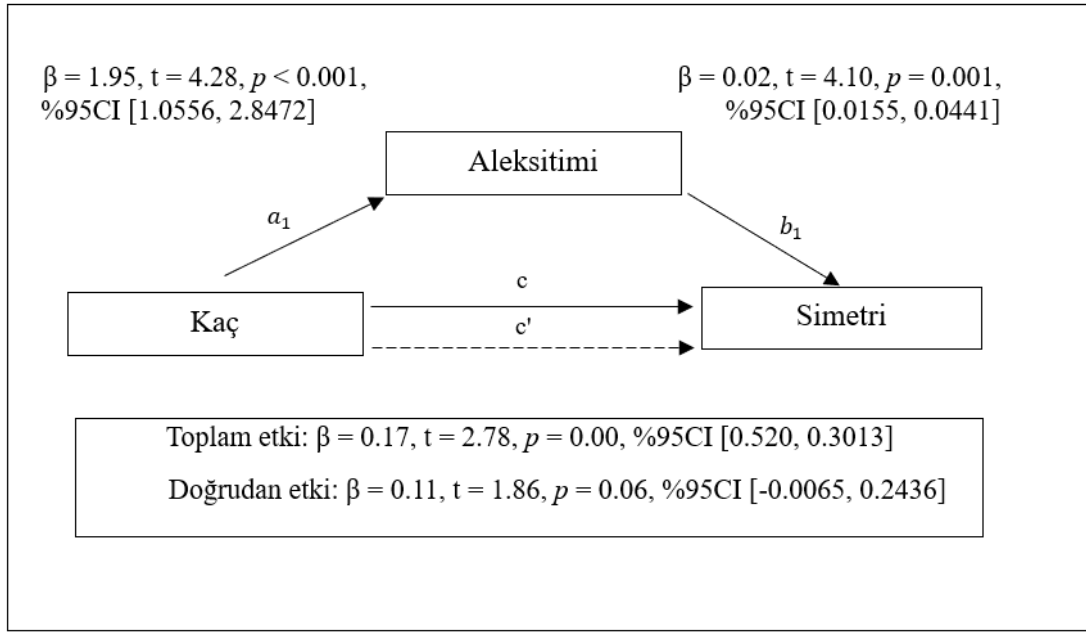
Simetri'nin Dövüş ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, simetri ve dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.01, t = 0.25, p = 0.79, \%95CI [-0.1060, 0.1380]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) ise anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.00, t = 0.02, p = 0.97, \%95CI [-0.1236, 0.1270]$ ). Simetri ve Dövüş arasındaki ilişkide ( $\beta = -0.43, t = -0.93, p = 0.35, \%95CI [-1.3468, 0.4785]$ ) aleksitimi değişkeninin aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.19.).



**Şekil 4.19: Simetri ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Simetri ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü**

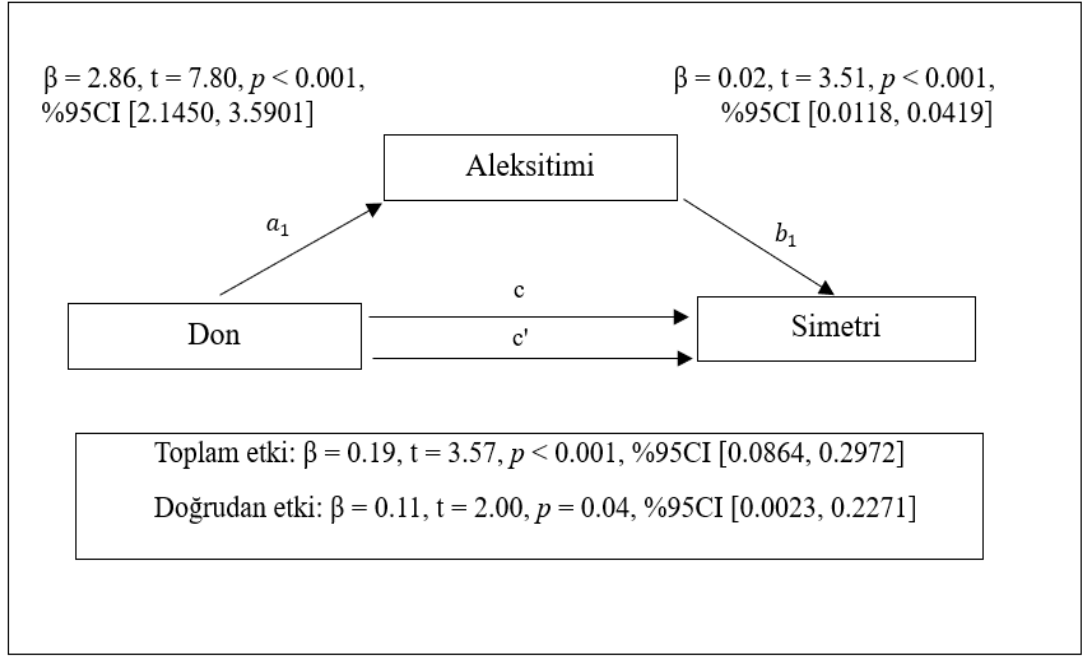
Simetri'in Kaç ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, aleksitiminin Simetri ile Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.11, t = 1.86, p = 0.06, \%95CI [-0.0065, 0.2436]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel yönde pozitif ve anlamlı olduğu bulgulanmıştır ( $\beta = 0.17, t = 2.78, p < 0.001, \%95CI [0.520, 0.3013]$ ). Simetri ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin ( $\beta = 0.02, t = 4.10, p = 0.001, \%95CI [0.0155, 0.0441]$ ) tam aracı rolü olduğu bulgusu elde edilmiştir (Şekil 4.20.).



**Şekil 4.20: Simetri ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Simetri ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü

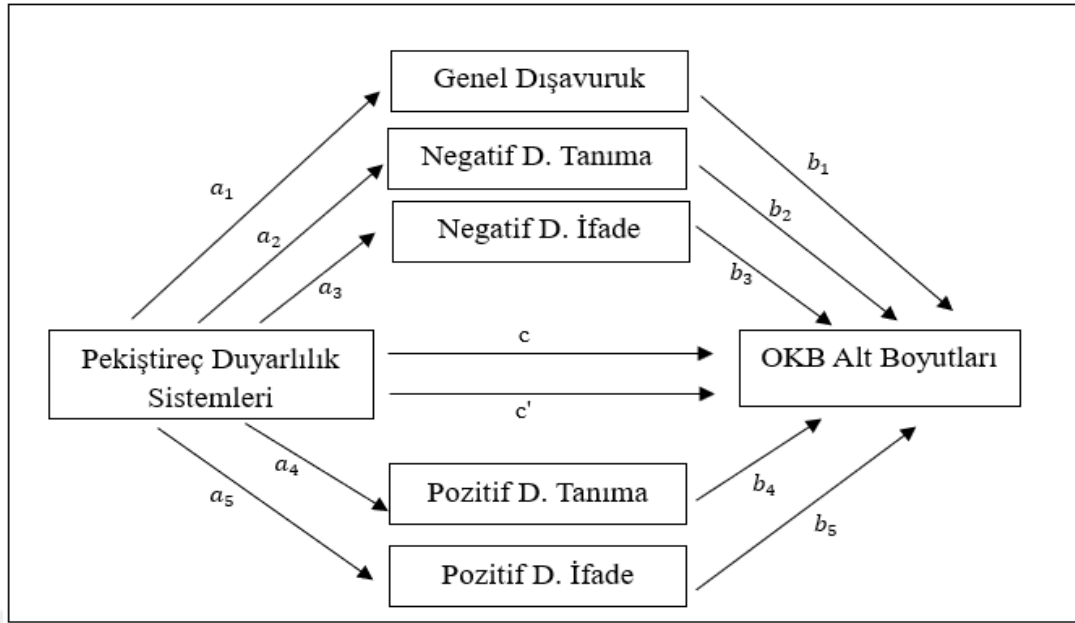
Simetri ve Don arasında var olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, aleksitiminin Simetri ile Don arasındaki yola ait doğrudan etkisinin ( $c'$ ) pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $\beta = 0.11, t = 2.00, p = 0.04, \%95CI [0.0023, 0.2271]$ ). Toplam etkinin ( $c$ ) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.19, t = 3.57, p < 0.001, \%95CI [0.0864, 0.2972]$ ). Simetri ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi değişkeninin ( $\beta = 0.02, t = 3.51, p < 0.001, \%95CI [0.0118, 0.0419]$ ) aracı rolü bulgusu elde edilmiştir (Şekil 4.21.).



**Şekil 4.21: Simetri ve Don arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.2. Model 2

Modelde OKB alt boyut türleri yordanan değişken (Y); pekiştireç duyarlılık sistemleri yordayan değişken (X); aracı değişkenler ise aleksitimi alt boyutları; genel dışavuruk (M1), negatif duygu tanıma zorluğu (M2), negatif duygu ifade zorluğu (M3), pozitif duygu tanıma zorluğu (M4) , pozitif duygu ifade zorluğu (M5) olarak belirlenmiş, çalışmada Şekil 4.22'de görüldüğü gibi beş farklı yol üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir ( $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$ ;  $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$ ;  $X \rightarrow M3 \rightarrow Y$ ;  $X \rightarrow M4 \rightarrow Y$ ;  $X \rightarrow M5 \rightarrow Y$ ).



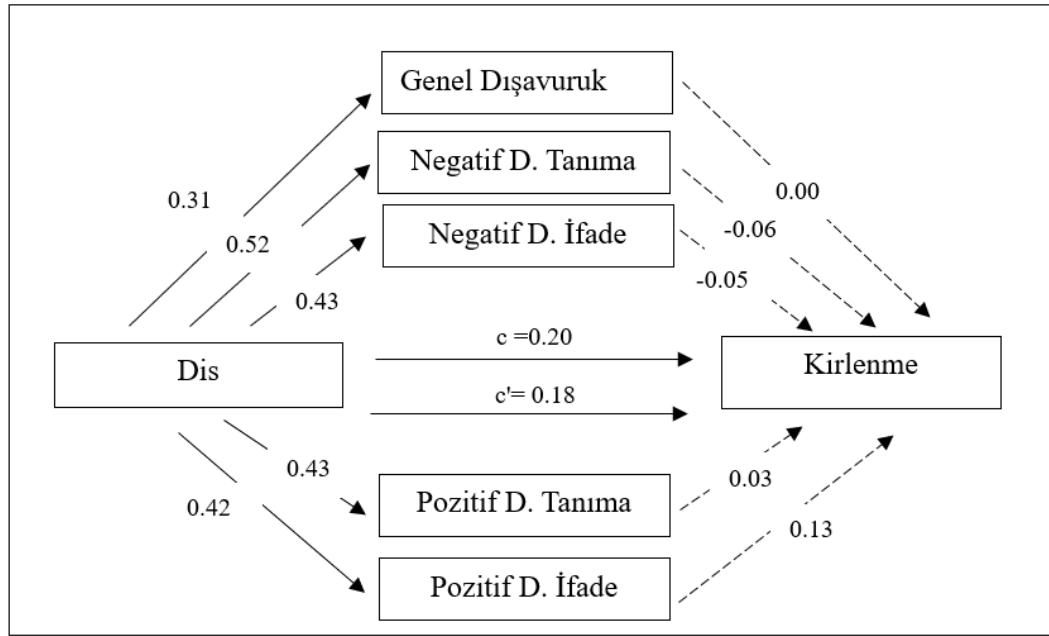
**Şekil 4.22: OKB alt boyutları ile pekiştireç duyarlılık sistemleri alt boyutları arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün incelendiği aracılık analize ait çalışma modeli.**

#### 4.7.2.1. OKB Alt Boyutu Kirlenme

##### a) Kirlenme ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Kirlenme ve Dis arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kirlenme ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 2.92$ ,  $p = 0.00$ , %95CI [0.0396, 0.2030]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.20$ ,  $t = 3.85$ ,  $p < 0.00$ , %95CI [0.0658, 0.2031]). Dis'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.31$ ,  $t = 6.31$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4178, 0.7960]), Genel dışavuruktan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.00$ ,  $t = 0.04$ ,  $p = 0.96$ , %95CI [-0.0497, 0.0518]), Dis'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 8.96$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4536, 0.7087]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -0.70$ ,  $p = 0.48$ , %95CI [-0.1364, 0.0645]), Dis'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 8.96$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4536, 0.7087]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$ ,  $t = -0.57$ ,  $p = 0.56$ , %95CI [-0.1118, 0.0609]), Dis'ten Pozitif duygu tanıma

zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$  ,  $t = 9.17$ ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3879, 0.5995]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.03$ ,  $t = 0.40$  ,  $p = 0.68$  , %95CI [-0.871,0.1321]), Dis'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.42$  ,  $t = 8.77$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3913, 0.6173]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.13$  ,  $t = 1.47$  ,  $p = 0.14$  , %95CI [-0.0259, 0.1825]) analiz sonucunda bulunmuş olup Kirlenme ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.23.).

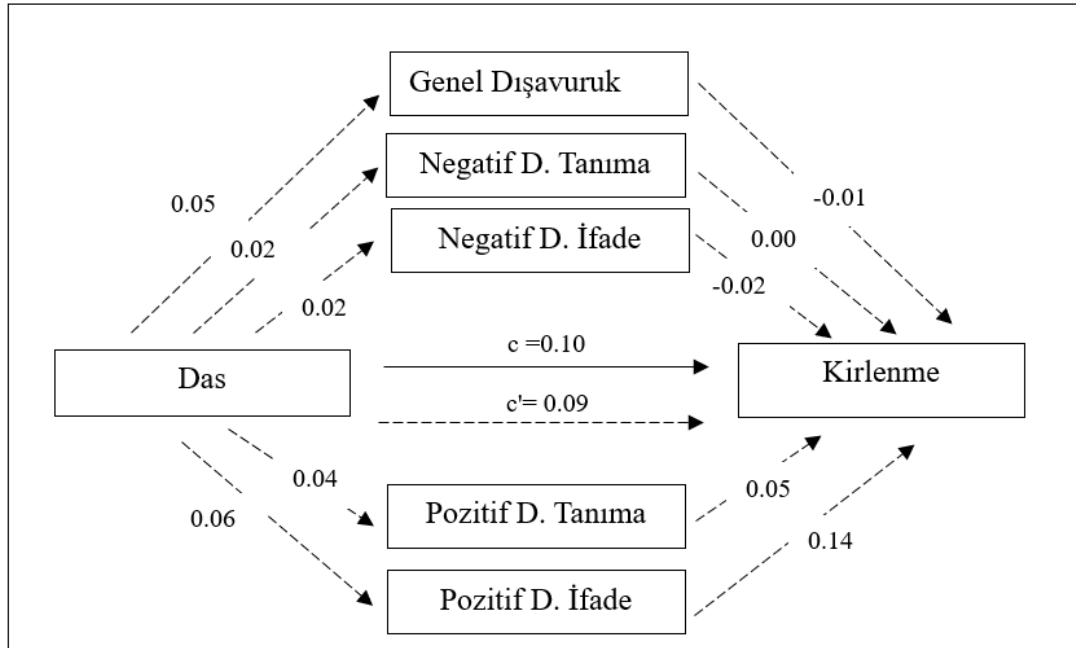


**Şekil 4.23: Kirlenme ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Kirlenme ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Kirlenme ve Das arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kirlenme ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.09$ ,  $t = 1.81$ ,  $p = 0.07$ , %95CI [-0.0091, 0.2294]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.10$ ,  $t = 2.00$ ,  $p = 0.04$ , %95CI [0.0024, 0.2417]). Das'tan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$  ,  $t = 0.94$  ,  $p = 0.34$  , %95CI [-0.1785, 0.5059 ]), Genel dışavuruktan Kirlenme'ye giden yolun değerleri

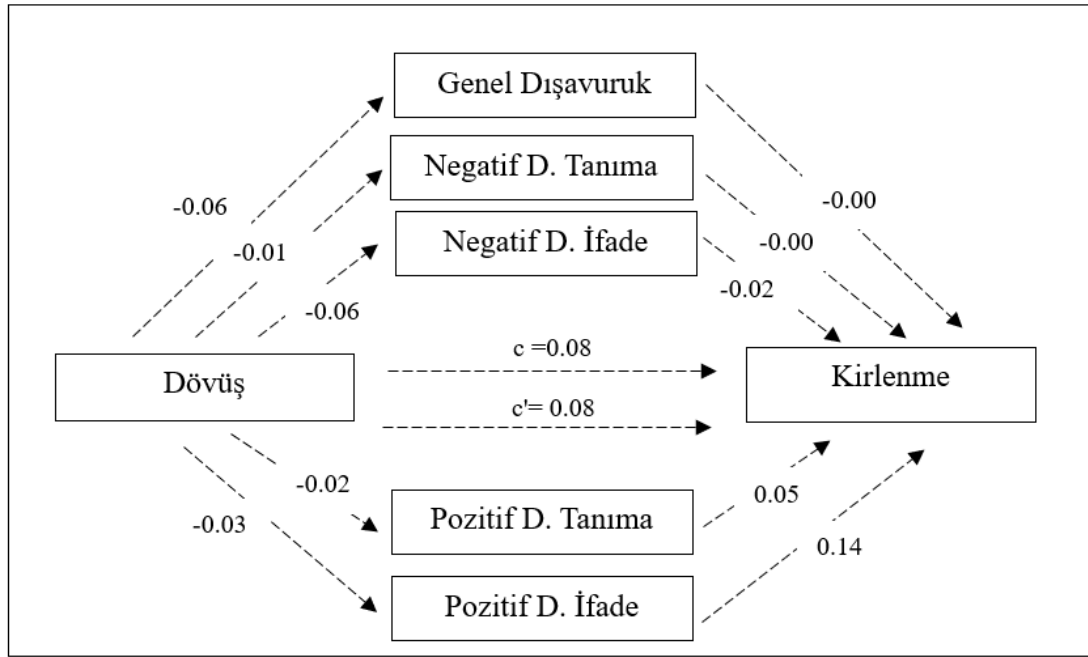
( $\beta = -0.01$  ,  $t = -0.16$  ,  $p = 0.86$  , %95CI [-0.0554, 0.0467]), Das'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$  ,  $t = 0.52$  ,  $p = 0.60$  , %95CI [-0.1630, 0.2802 ]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.00$  ,  $t = 0.05$  ,  $p = 0.95$  , %95CI [-0.0950, 0.1009 ]), Das'tan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$  ,  $t = 0.46$  ,  $p = 0.64$  , %95CI [-0.1855, 0.2998 ]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$  ,  $t = -0.30$  ,  $p = 0.76$  , %95CI [-0.1003, 0.0734]), Das'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$  ,  $t = 0.92$  ,  $p = 0.35$  , %95CI [-0.1073, 0.2967]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$  ,  $t = 0.56$  ,  $p = 0.57$  , %95CI [-0.0787, 0.1418]), Das'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.06$  ,  $t = 1.17$  ,  $p = 0.24$  , %95CI [-0.0860, 0.3415 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.14$  ,  $t = 1.49$  ,  $p = 0.13$  , %95CI [-0.0252, 0.1849 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Kirlenme ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.24.).



**Şekil 4.24: Kirlenme ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Kirlenme ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Kirlenme ve Dövüş arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kirlenme ve Dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.65$ ,  $p = 0.09$ , %95CI [-0.0165, 0.1933]). Toplam etkinin (c) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.57$ ,  $p = 0.11$ , %95CI [-0.0211, 0.1895]). Dövüş'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -1.14$ ,  $p = 0.25$ , %95CI [-0.4751, 0.1253 ]), Genel dışavuruktan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.00$ ,  $t = -0.05$ ,  $p = 0.95$ , %95CI [-0.0524, 0.0498]), Dövüş'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.33$ ,  $p = 0.73$ , %95CI [-0.2278, 0.1613]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.00$ ,  $t = -0.02$ ,  $p = 0.97$ , %95CI [-0.0994, 0.0967 ]), Dövüş'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -1.22$ ,  $p = 0.22$ , %95CI [-0.3453, 0.0799 ]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.25$ ,  $p = 0.79$ , %95CI [-0.0985, 0.0755 ]), Dövüş'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.39$ ,  $p = 0.69$ , %95CI [-0.2127, 0.1423]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.57$ ,  $p = 0.56$ , %95CI [-0.0783, 0.1423 ]), Dövüş'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.60$ ,  $p = 0.54$ , %95CI [-0.2460, 0.1298 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 1.55$ ,  $p = 0.12$ , %95CI [-0.0222, 0.1879 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.25.).

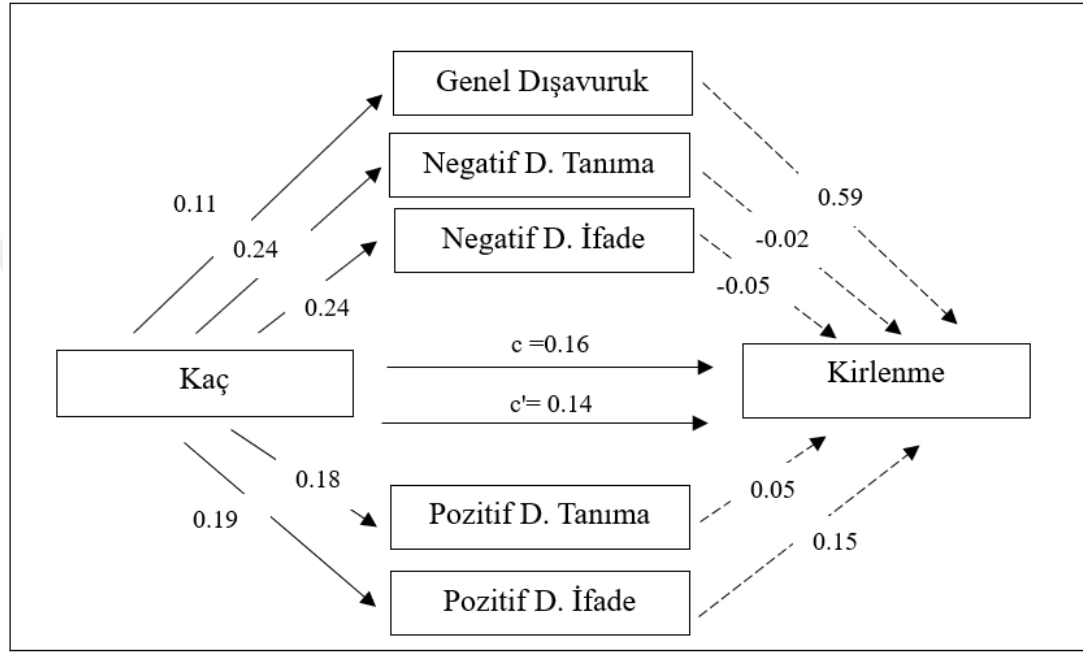


**Şekil 4.25: Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Kirlenme ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Kirlenme ve Kaç arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kirlenme ve Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 2.72$ ,  $p = 0.006$ , %95CI [0.0420, 0.2591]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.16$ ,  $t = 3.20$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0420, 0.2591]). Kaç'tan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 2.21$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0375, 0.6382]), Genel dışavuruktan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.59$ ,  $t = 0.07$ ,  $p = 0.93$ , %95CI [-0.0488, 0.0529 ]), Kaç'tan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.83$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2768, 0.6558]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.26$ ,  $p = 0.78$ , %95CI [-0.1112, 0.0846 ]), Kaç'tan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.64$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2830, 0.6990]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$ ,  $t = -0.63$ ,  $p = 0.52$ , %95CI [-0.1146, 0.0589 ]), Kaç'tan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 3.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1317, 0.4829]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.56$ ,

$p = 0.57$  , %95CI [-0.0783, 0.1409 ]), Kaç'tan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.19$  ,  $t = 3.70$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.1635, 0.5344]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.15$  ,  $t = 1.59$  ,  $p = 0.11$  , %95CI [-0.0200, 0.1886 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Kirlenme ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.26.).

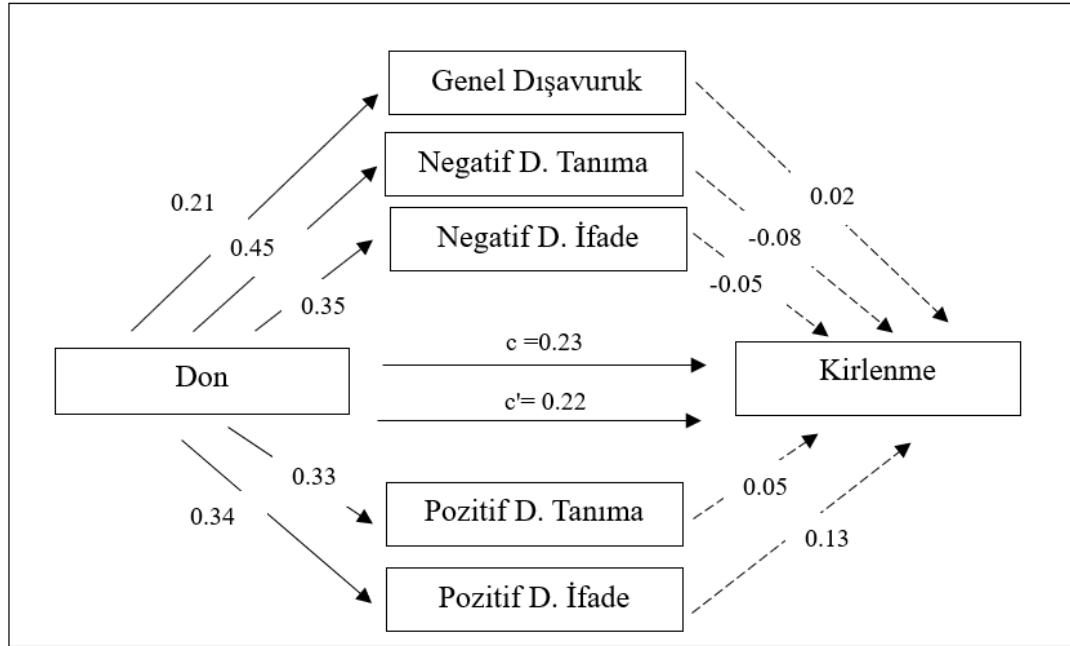


**Şekil 4.26: Kirlenme ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Kirlenme ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Kirlenme ve Don arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kirlenme ve Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.22$ ,  $t = 3.76$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0912, 0.2902]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.23$ ,  $t = 4.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1110, 0.2871]). Don'dan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 4.11$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2748, 0.7780]), Genel dışavuruktan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.27$ ,  $p = 0.78$ , %95CI [-0.0435, 0.0576]), Don'dan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.45$ ,  $t = 9.49$ ,  $p < 0.001$ ,

%95CI [0.5691, 8665]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.08$  ,  $t = -0.96$  ,  $p = 0.33$  , %95CI [-0.1488, 0.0511 ]), Don'dan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.35$  ,  $t = 7.10$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.4455, 7868]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$  ,  $t = -0.57$  ,  $p = 0.56$  , %95CI [-0.1104, 0.0608 ]), Don'dan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.33$  ,  $t = 6.61$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3390, 0.6258]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$  ,  $t = 0.59$  ,  $p = 0.54$  , %95CI [-0.0755, 0.1416 ]), Don'dan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.34$  ,  $t = 6.82$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3735, 0.6762]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kirlenme'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.13$  ,  $t = 1.41$  ,  $p = 0.15$  , %95CI [-0.291, 0.1778 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Kirlenme ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü bulgusu elde edilmiştir (Şekil 4.27.).

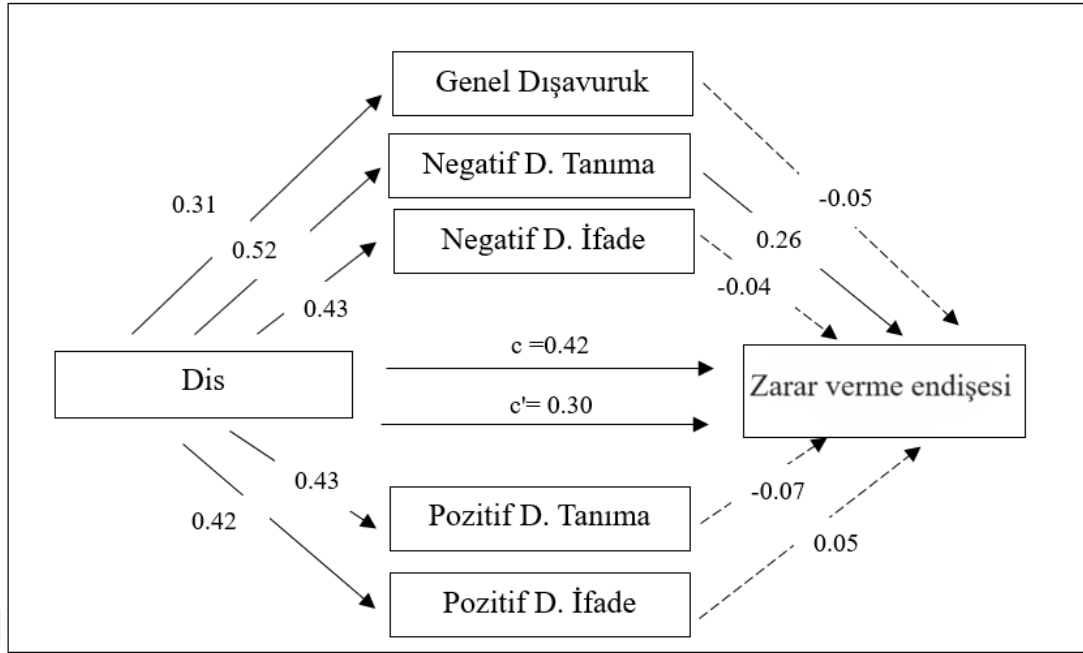


**Şekil 4.27: Kirlenme ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.2.2. OKB Alt Boyutu Zarar Verme Endişesi

##### a) Zarar Verme Endişesi ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Zarar verme endişesi ve Dis arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Zarar verme endişesi ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 30$ ,  $t = 5.40$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1479, 0.3173]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.42$ ,  $t = 8.24$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2299, 0.3740]). Dis'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.31$ ,  $t = 6.31$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4178, 0.7960]), Genel dışavuruktan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$ ,  $t = -0.74$ ,  $p = 0.45$ , %95CI [-0.0725, 0.0328]), Dis'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.52$ ,  $t = 11.60$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.5383, 0.7579]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.26$ ,  $t = 2.99$ ,  $p = 0.002$ , %95CI [0.0546, 0.2629]), Dis'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 8.96$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4536, 0.7087]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.60$ ,  $p = 0.54$ , %95CI [-0.1174, 0.0618]), Dis'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 9.17$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3879, 0.5995]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.07$ ,  $t = -0.81$ ,  $p = 0.41$ , %95CI [-0.1605, 0.0668]), Dis'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.42$ ,  $t = 8.77$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3913, 0.6173]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.64$ ,  $p = 0.52$ , %95CI [-0.0727, 0.1434]) analiz sonucunda bulunmuş olup Zarar verme endişesi ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarından sadece negatif duygu tanıma zorluğu alt boyutunun aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.26$ ,  $t = 2.99$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0546, 0.2629]) (Şekil 4.28.).

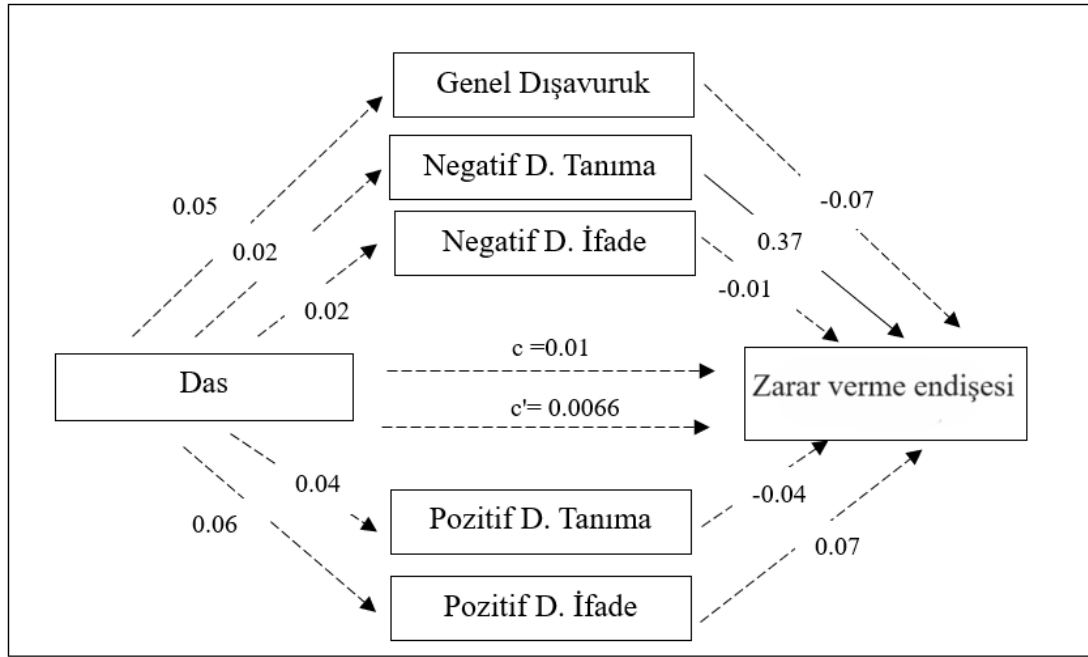


**Şekil 4.28: Zarah verme endişesi ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Zarah Verme Endişesi ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Zarah verme endişesi ve Das arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Zarah verme endişesi ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.0066$ ,  $t = 0.13$ ,  $p = 0.89$ , %95CI [-0.1193, 0.1364]). Toplam etkinin (c) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.01$ ,  $t = 0.29$ ,  $p = 0.76$ , %95CI [-0.1148, 0.1554]). Das'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.94$ ,  $p = 0.34$ , %95CI [-0.1785, 0.5059]), Genel dışavuruktan Zarah verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.07$ ,  $t = -1.00$ ,  $p = 0.31$ , %95CI [-0.0827, 0.0267]), Das'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.52$ ,  $p = 0.60$ , %95CI [-0.1630, 0.2802]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Zarah verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.37$ ,  $t = 4.32$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1259, 0.3358]), Das'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.1855, 0.2998]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Zarah verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.18$ ,  $p = 0.85$ , %95CI [-0.1020, 0.0841]), Das'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden

yolun değerleri ( $\beta = 0.04$  ,  $t = 0.92$  ,  $p = 0.35$  , %95CI [-0.1073, 0.2967 ]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$  ,  $t = -0.47$  ,  $p = 0.63$  , %95CI [-0.1465, 0.0898]), Das'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.06$  ,  $t = 1.17$  ,  $p = 0.24$  , %95CI [-0.0860, 0.3415]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.07$  ,  $t = 0.81$  ,  $p = 0.41$  , %95CI [-0.0658, 0.1594 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Zarar verme endişesi ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.29.).

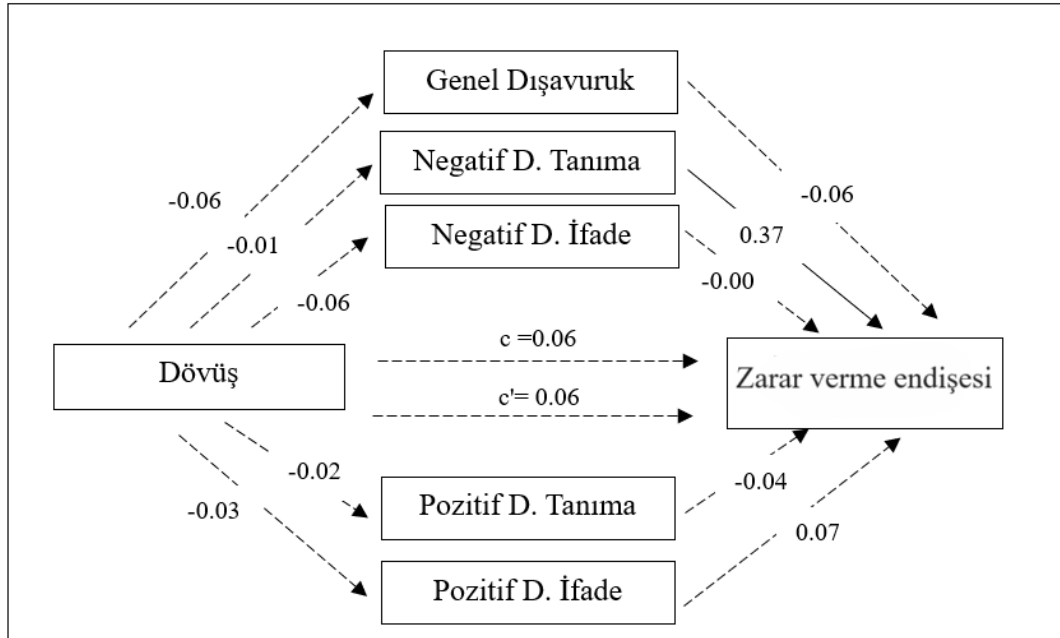


**Şekil 4.29: Zarar verme endişesi ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Zarar Verme Endişesi ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Zarar verme endişesi ve Dövüş arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Zarar verme endişesi ve Dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.06$  ,  $t = 1.33$  ,  $p = 0.18$  , %95CI [-0.0360, 0.1881]). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.06$  ,  $t = 1.19$  ,  $p = 0.23$  , %95CI [-0.0463, 0.1905]). Dövüş'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun

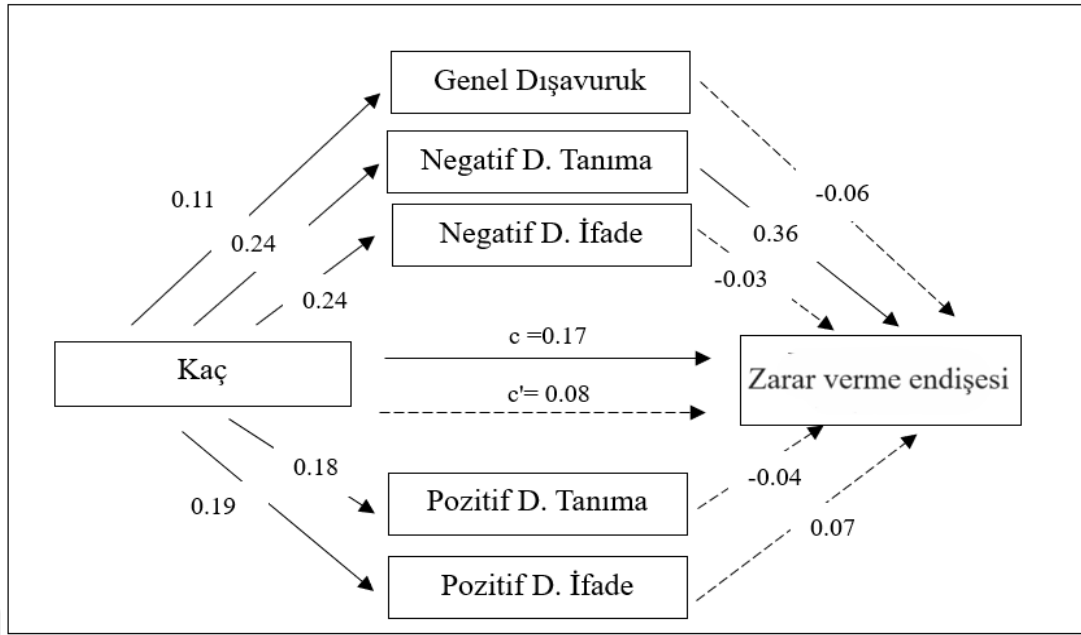
değerleri ( $\beta = -0.06$  ,  $t = -1.14$  ,  $p = 0.25$  , %95CI [-0.4751, 0.1253]), Genel dışavuruktan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$  ,  $t = -0.94$  ,  $p = 0.34$  , %95CI [-0.0810, 0.0283]), Dövüş'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$  ,  $t = -0.33$  ,  $p = 0.73$  , %95CI [-0.2278, 0.1613]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.37$  ,  $t = 4.28$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.1235, 0.3330]), Dövüş'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$  ,  $t = -1.22$  ,  $p = 0.22$  , %95CI [-0.3453, 0.0799]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.00$  ,  $t = -0.11$  ,  $p = 0.90$  , %95CI [-0.0984, 0.0875]), Dövüş'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$  ,  $t = -0.39$  ,  $p = 0.69$  , %95CI [-0.2127, 0.1423]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$  ,  $t = -0.47$  ,  $p = 0.63$  , %95CI [-0.1462, 0.0894 ]), Dövüş'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$  ,  $t = -0.60$  ,  $p = 0.54$  , %95CI [-0.2460, 0.1298 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.07$  ,  $t = 0.80$  ,  $p = 0.42$  , %95CI [-0.0664, 0.1580]) analiz sonucunda bulunmuş olup Zarar verme endişesi ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.30.)



**Şekil 4.30: Zarar verme endişesi ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d)Zarar Verme Endişesi ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Zarar verme endişesi ve Kaç arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan incelendiği analiz bulguları doğrultusunda, Zarar verme endişesi ve Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.70$ ,  $p = 0.08$ , %95CI [-0.0154, 0.2178]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.17$ ,  $t = 3.26$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0774, 0.3125]). Kaç'tan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 7.94$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0375, 0.6382 ]), Genel dışavuruktan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -0.87$ ,  $p = 0.37$ , %95CI [-0.0791, 0.0302]), Kaç'tan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.83$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2768, 0.6558]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.36$ ,  $t = 4.12$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1156, 0.3259]), Kaç'tan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.64$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2830, 0.6990]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.36$ ,  $p = 0.71$ , %95CI [-0.1104, 0.0758 ]), Kaç'tan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 3.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1317, 0.4829 ]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.48$ ,  $p = 0.62$ , %95CI [-0.1465, 0.0888 ]), Kaç'tan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 3.70$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1635, 0.5344]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.07$ ,  $t = 0.82$ ,  $p = 0.40$ , %95CI [-0.0649, 0.1591 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Zarar verme endişesi ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarından sadece negatif duygu tanıma zorluğu alt boyutunun aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.36$ ,  $t = 4.12$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1156, 0.3259]) (Şekil 4.31.).

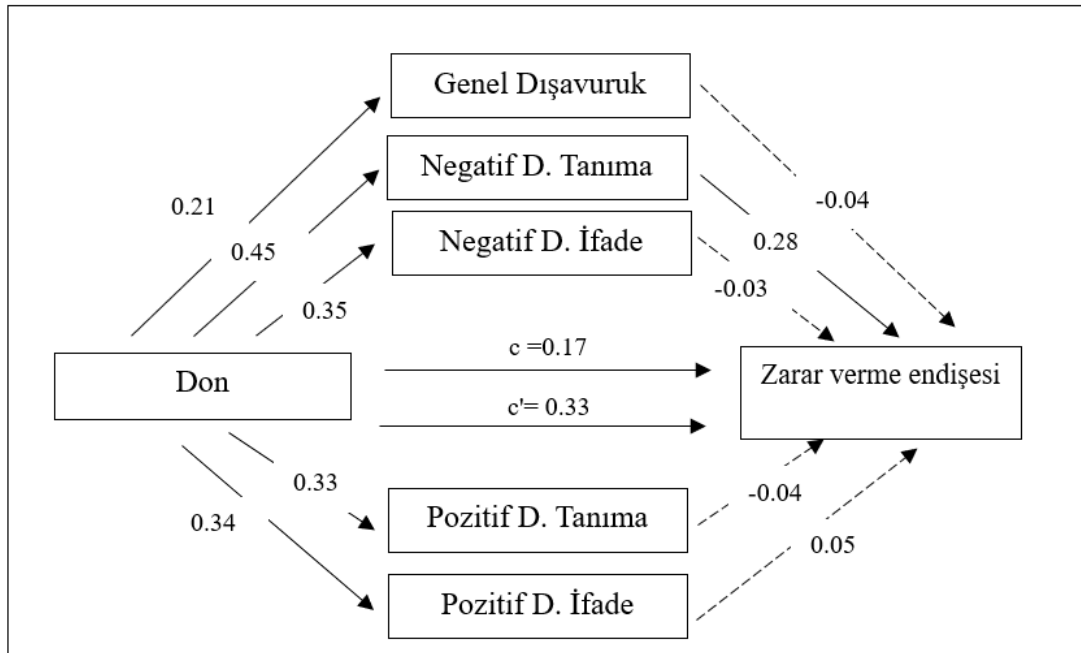


**Şekil 4.31: Zarar verme endişesi ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri**

#### e) Zarar Verme Endişesi ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Zarar verme endişesi ve Don arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Zarar verme endişesi ve Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.33$ ,  $t = 3.87$ ,  $p = 0.001$ , %95CI [0.1030, 0.3151]). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.17$ ,  $t = 6.56$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2243, 0.4161]). Don'dan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 4.11$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2748, 0.7780]), Genel dışavuruktan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.61$ ,  $p = 0.54$ , %95CI [-0.0706, 0.0371]), Don'dan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.45$ ,  $t = 9.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.5691, 0.8665]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.28$ ,  $t = 3.24$ ,  $p = 0.001$ , %95CI [0.0689, 0.2820]), Don'dan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.35$ ,  $t = 7.10$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4455, 0.7868]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.41$ ,  $p = 0.68$ , %95CI [-0.1103, 0.0721]), Don'dan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.33$ ,  $t = 6.61$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3390, 0.6258]), Pozitif duyguları

tanıma zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.1429, 0.0884]), Don'dan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.34$ ,  $t = 6.82$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3735, 0.6762]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Zarar verme endişesine giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.64$ ,  $p = 0.52$ , %95CI [-0.0741, 0.1463]) analiz sonucunda bulunmuş olup Zarar verme endişesi ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarından sadece negatif duygu tanıma zorluğu alt boyutunun aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.28$ ,  $t = 3.24$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0689, 0.2820]) (Şekil 4.32.).



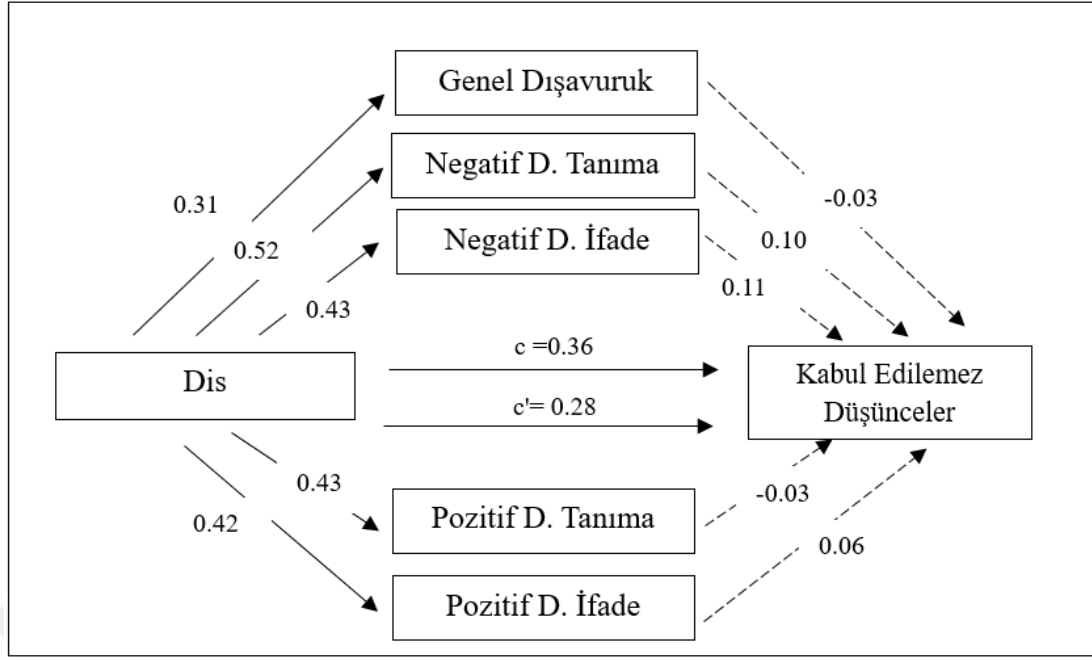
**Şekil 4.32: Zarar verme endişesi ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri**

#### 4.7.2.3. OKB Alt Boyutu Kabul Edilemez Düşünceler

##### a) Kabul Edilemez Düşünceler ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Kabul edilemez düşünce ve Dis arasında var olan ilişkisinde aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiğinde analiz bulguları doğrultusunda, Kabul edilemez düşünce ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.28$ ,  $t = 4.82$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1309, 0.3113]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.36$ ,  $t = 7.35$ ,

$p < 0.001$ , %95CI [0.2092, 0.3619]). Dis'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.31$ ,  $t = 6.31$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4178, 0.7960 ]), Genel dışavuruktan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.53$ ,  $p = 0.59$ , %95CI [-0.0713, 0.0408 ]), Dis'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.52$ ,  $t = 11.60$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.5383, 0.7579 ]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.10$ ,  $t = 1.22$ ,  $p = 0.22$ , %95CI [-0.0421, 0.1798 ]), Dis'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 8.96$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4536, 0.7087]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 1.40$ ,  $p = 0.16$ , %95CI [-0.0272, 0.1636]), Dis'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 9.17$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3879, 0.5995]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.4147$ ,  $p = 0.67$ , %95CI [-0.1466, 0.0955]), Dis'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.42$ ,  $t = 0.77$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3913, 0.6173]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.06$ ,  $t = 0.06$ ,  $p = 0.94$ , %95CI [-0.1110, 0.1192]) analiz sonucunda bulunmuş olup Kabul edilemez düşünce ve Dis arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.33.).

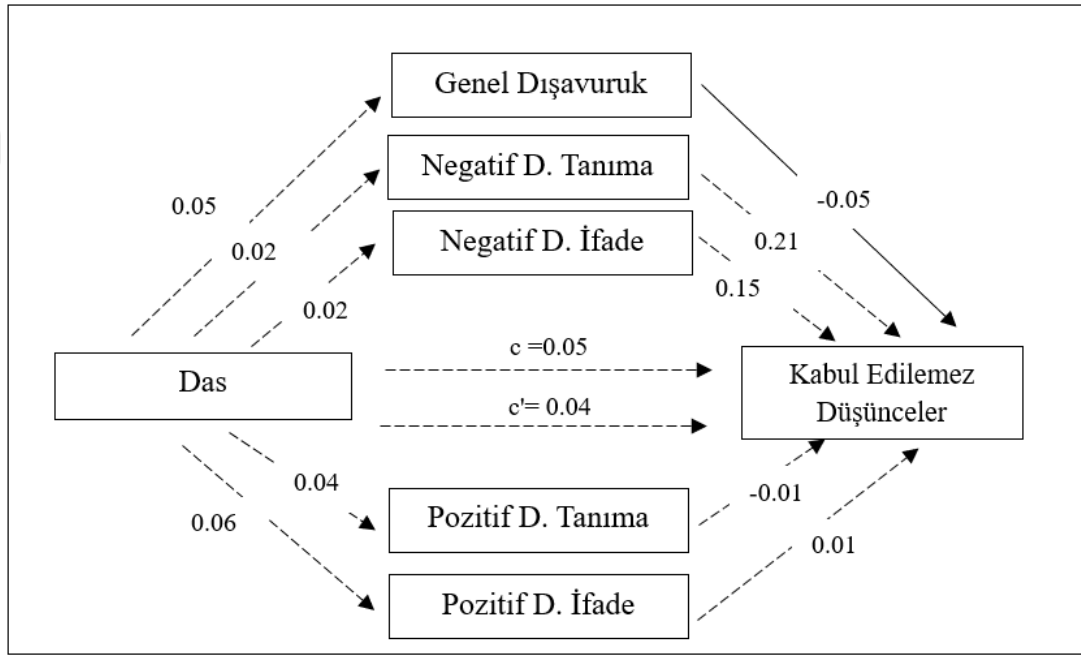


**Şekil 4.33: Kabul edilemez düşünceler ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Kabul Edilemez Düşünceler ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Kabul edilemez düşünce ve Das arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kabul edilemez düşünce ve Das arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.04$ ,  $t = 0.90$ ,  $p = 0.36$ , %95CI [-0.0729, 0.1916]). Toplam etkinin (c) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 1.00$ ,  $p = 0.31$ , %95CI [-0.0685, 0.2126]). Das'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$ ,  $t = 0.94$ ,  $p = 0.34$ , %95CI [-0.1785, 0.5059]), Genel dışavuruktan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = -0.80$ ,  $p = 0.42$ , %95CI [-0.0813, 0.0342]), Das'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = 0.52$ ,  $p = 0.60$ , %95CI [-0.1630, 0.2802]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 2.45$ ,  $p = 0.01$ , %95CI [0.0273, 0.2488]), Das'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.1855, 0.2998]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.15$ ,  $t = 1.74$ ,  $p = 0.08$ , %95CI [-0.0109, 0.1854]), Das'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden

yolun değerleri ( $\beta = 0.04$  ,  $t = 0.92$ ,  $p = 0.35$  , %95CI [-0.1073, 0.2967 ]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$  ,  $t = -0.13$  ,  $p = 0.89$  , %95CI [-0.1329, 0.1164]), Das'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.06$  ,  $t = 1.17$  ,  $p = 0.24$  , %95CI [-0.0860, 0.3415 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.01$  ,  $t = 0.21$  ,  $p = 0.83$  , %95CI [-0.1060, 0.1315]) analiz sonucunda bulunmuş olup Kabul edilemez düşünce ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.34.).

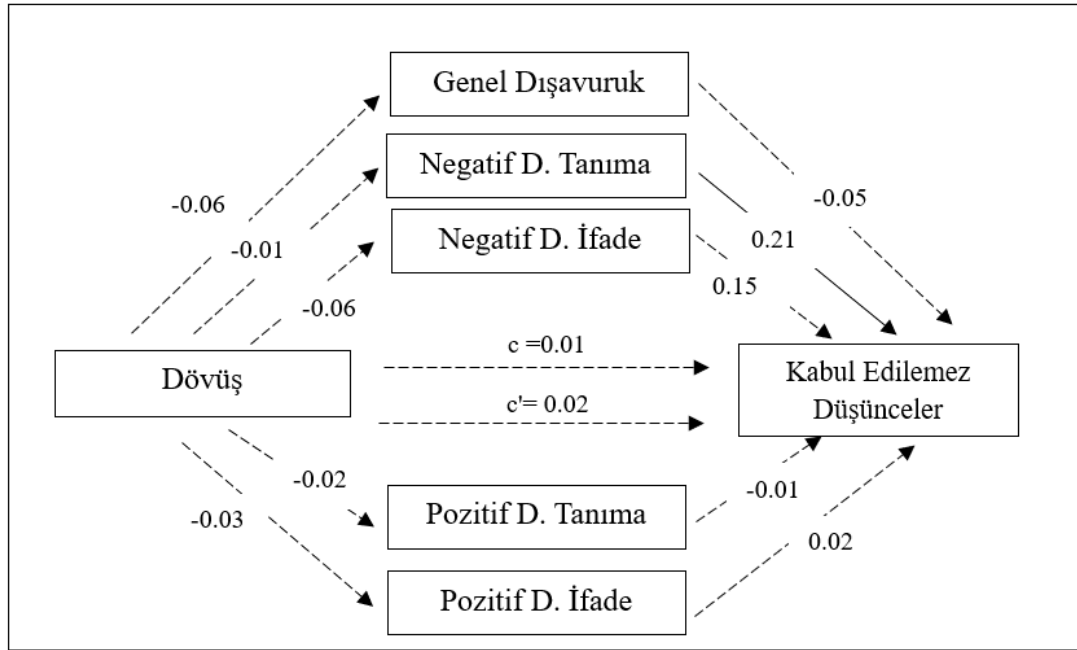


**Şekil 4.34: Kabul edilemez düşünceler ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Kabul Edilemez Düşünceler ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Kabul edilemez düşünce ile Dövüş arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kabul edilemez düşünce ve Dövüş arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.52$ ,  $p = 0.60$ , %95CI [-0.0870, 0.1512]). Toplam etkinin (c) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.01$ ,  $t = 0.29$ ,  $p = 0.76$ , %95CI [-0.1048, 0.1424]). Dövüş 'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$  ,  $t = -1.14$  ,  $p = 0.25$  , %95CI [-0.4751, 0.1253 ]), Genel

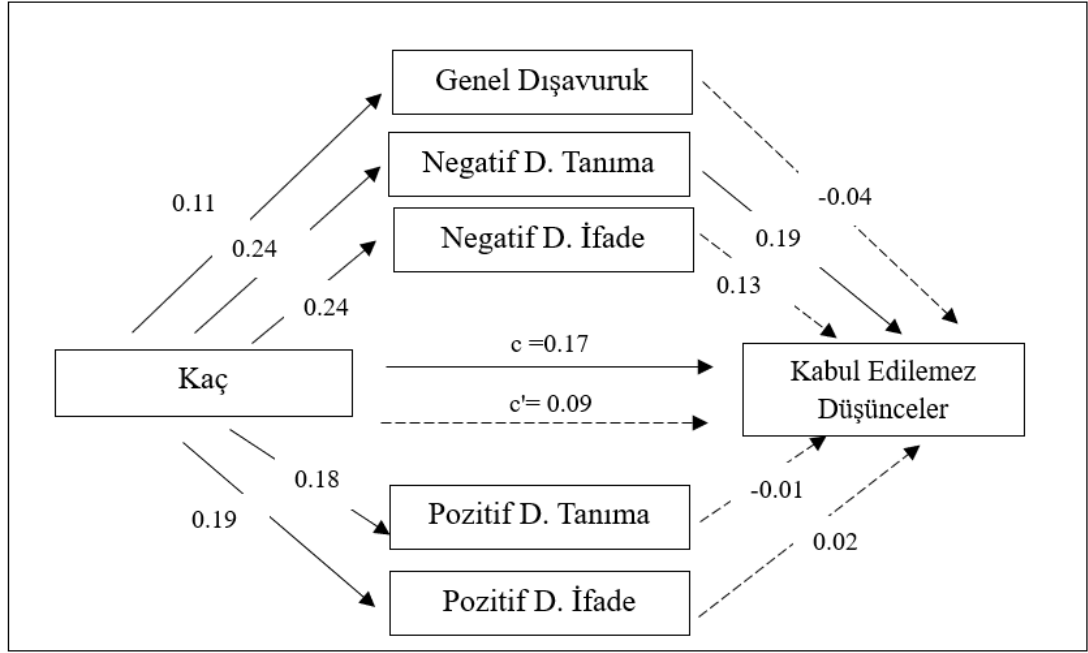
dışavuruktan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.05$ ,  $t = -0.75$ ,  $p = 0.44$ , %95CI [-0.0801, 0.0355]), Dövüş'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.33$ ,  $p = 0.73$ , %95CI [-0.2278, 0.1613]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 2.41$ ,  $p = 0.01$ , %95CI [0.0254, 0.2472 ]), Dövüş'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -1.22$ ,  $p = 0.22$ , %95CI [-0.3453, 0.0799]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.15$ ,  $t = 1.74$ ,  $p = 0.08$ , %95CI [-0.0109, 0.1859 ]), Dövüş'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.39$ ,  $p = 0.69$ , %95CI [-0.2127, 0.1423]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.12$ ,  $p = 0.90$ , %95CI [-0.1327, 0.1168 ]), Dövüş'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.60$ ,  $p = 0.54$ , %95CI [-0.2460, 0.1298 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.22$ ,  $p = 0.80$ , %95CI [-0.1040, 0.1335 ]) analiz sonucunda bulunmuş olup Kabul edilemez düşünce ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.35.).



**Şekil 4.35: Kabul edilemez düşünceler ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Kabul Edilemez Düşünceler ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Kabul edilemez düşünce ve Kaç arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Kabul edilemez düşünce ve Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.09$ ,  $t = 1.73$ ,  $p = 0.08$ , %95CI [-0.0146, 0.2317]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.17$ ,  $t = 3.23$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0792, 0.3242]). Kaç'tan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 2.21$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0375, 0.6382]), Genel dışavuruktan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.04$ ,  $t = -0.65$ ,  $p = 0.51$ , %95CI [-0.0769, 0.0385]), Kaç'tan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.83$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2768, 0.6558]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 2.24$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0155, 0.2376]), Kaç'tan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.64$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2830, 0.6990]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.13$ ,  $t = 1.54$ ,  $p = 0.12$ , %95CI [-0.0211, 0.1756]), Kaç'tan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 3.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1317, 0.4829]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.13$ ,  $p = 0.89$ , %95CI [-0.1328, 0.1158]), Kaç'tan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 3.70$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1635, 0.5344]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.02$ ,  $t = 0.25$ ,  $p = 0.79$ , %95CI [-0.1030, 0.1335]) analiz sonucunda bulunmuş olup Kabul edilemez düşünce ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarından sadece negatif duygu tanıma zorluğu alt boyutunun aracı rolü tespit edilmiştir ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 2.24$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0155, 0.2376]) (Şekil 4.36.).

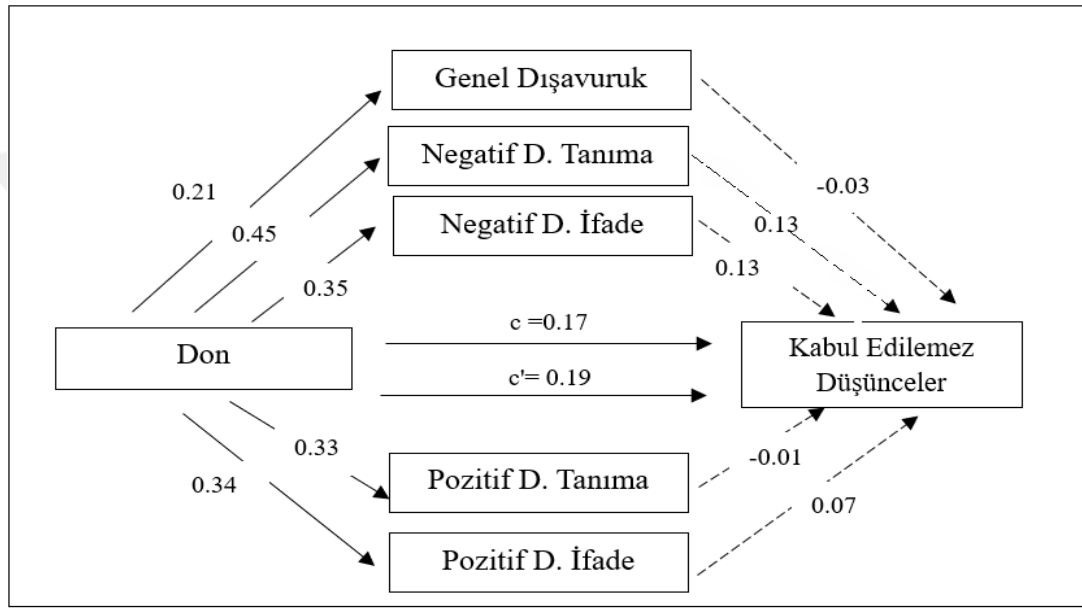


**Şekil 4.36: Kabul edilemez düşünceler ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **e) Kabul Edilemez Düşünceler ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Kabul edilemez düşünce ve Don arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirilen analiz bulguları doğrultusunda, Kabul edilemez düşünce ve Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 3.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.0845, 0.3095]). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.17$ ,  $t = 5.79$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1969, 0.3992]). Don'dan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 4.11$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2748, 0.7780]), Genel dışavuruktan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.42$ ,  $p = 0.66$ , %95CI [-0.0696, 0.0447]), Don'dan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.45$ ,  $t = 9.49$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.5691, 0.8665]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.13$ ,  $t = 1.48$ ,  $p = 0.13$ , %95CI [-0.0278, 0.1982]), Don'dan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.35$ ,  $t = 7.10$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4455, 0.7868]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.13$ ,  $t = 1.55$ ,  $p = 0.12$ , %95CI [-0.0202, 0.1733]), Don'dan Pozitif duygu tanıma

zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.33$ ,  $t = 6.61$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3390, 0.6258 ]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.11$ ,  $p = 0.91$ , %95CI [-0.1297, 0.1158 ]), Don'dan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.34$ ,  $t = 6.82$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3735, 0.6762]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Kabul edilemez düşünceye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.007$ ,  $t = 0.08$ ,  $p = 0.93$ , %95CI [-0.1121, 0.1218 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Kabul edilemez düşünce ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.37.).



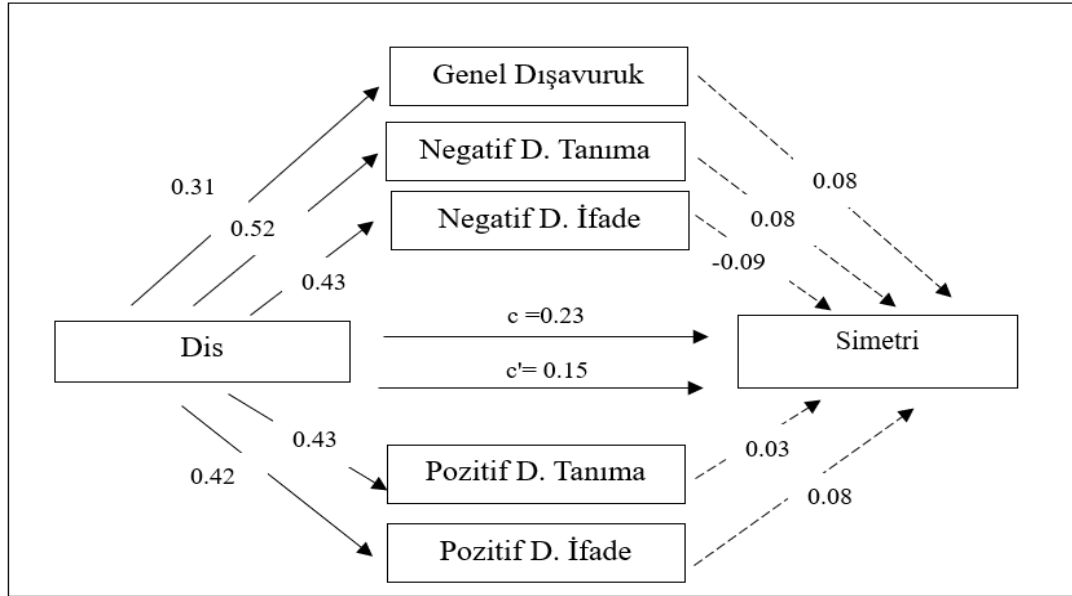
**Şekil 4.37: Kabul edilemez düşünceler ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### 4.7.2.4. OKB Alt Boyutu Simetri

##### a) Simetri ve Dis Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Simetri ve Dis arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin ( $c'$ ) istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.15$ ,  $t = 2.54$ ,  $p = 0.01$ , %95CI [0.0282, 0.2188]). Toplam etkinin ( $c$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.23$ ,  $t = 4.55$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1064, 0.2679]). Dis'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.31$ ,  $t = 6.31$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4178, 0.7960]), Genel dışavuruktan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.16$ ,  $p = 0.24$ , %95CI [-0.0243, 0.0941]), Dis'ten Negatif

duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.52$ ,  $t = 11.60$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.5383, 0.7579]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 0.95$ ,  $p = 0.34$ , %95CI [-0.0604, 0.1740]), Dis'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 8.96$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.4536, 0.7087]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.09$ ,  $t = -1.09$ ,  $p = 0.27$ , %95CI [-0.1568, 0.0448]), Dis'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.43$ ,  $t = 9.17$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3879, 0.5995]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.03$ ,  $t = 0.32$ ,  $p = 0.74$ , %95CI [-0.1067, 0.1490]), Dis'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.42$ ,  $t = 8.77$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.3913, 0.6173]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 0.89$ ,  $p = 0.37$ , %95CI [-0.0665, 0.1767]) analiz sonucunda bulunmuş olup Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.38.).

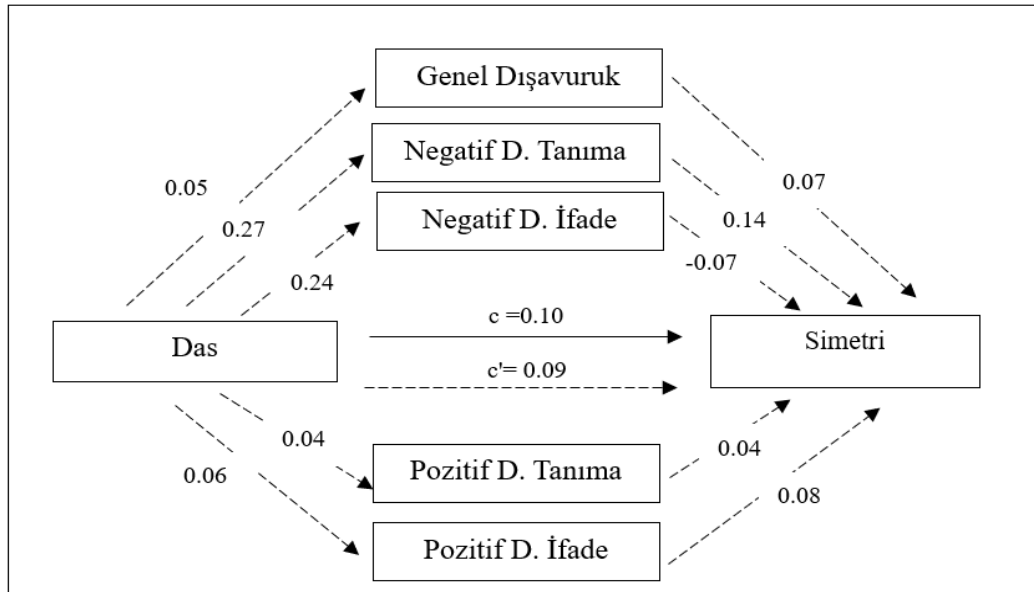


**Şekil 4.38: Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **b) Simetri ve Das Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Simetri ve Das arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ve Das

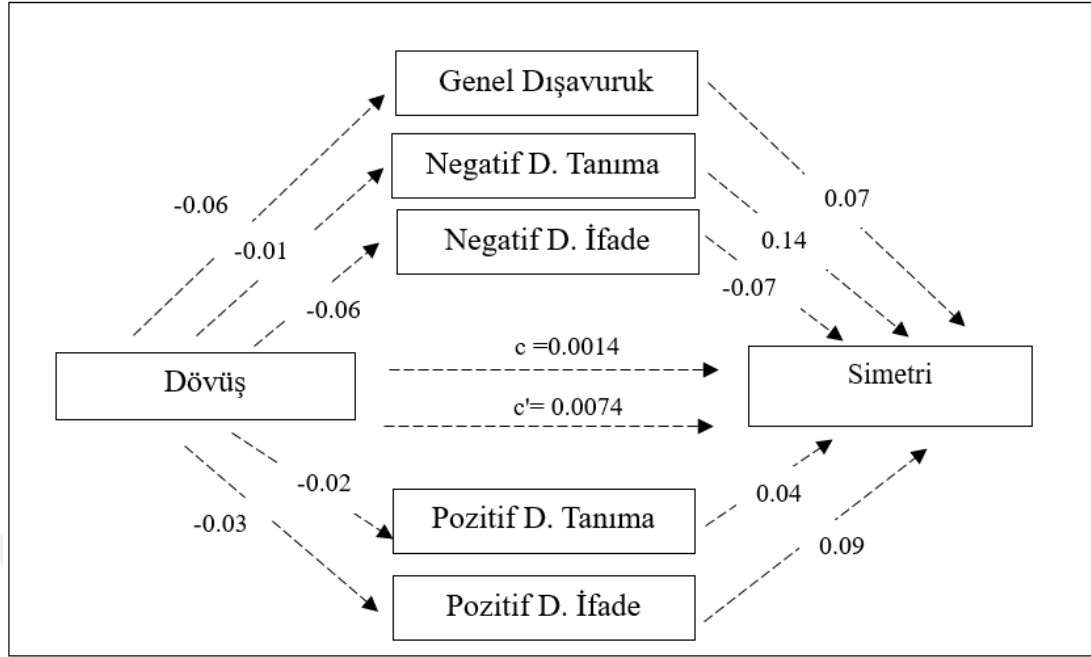
arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.09$ ,  $t = 1.76$ ,  $p = 0.07$ , %95CI [-0.0144, 0.2632]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.10$ ,  $t = 1.97$ ,  $p = 0.04$ , %95CI [0.0004, 0.2844]). Das'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.05$ ,  $t = 0.94$ ,  $p = 0.34$ , %95CI [-0.1785, 0.5059]), Genel dışavuruktan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.07$ ,  $t = 0.97$ ,  $p = 0.33$ , %95CI [-0.0301, 0.887]), Das'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.27$ ,  $t = 0.52$ ,  $p = 0.60$ , %95CI [-0.1630, 0.2802]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 1.66$ ,  $p = 0.09$ , %95CI [-0.0175, 0.2105]), Das'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.1855, 0.2998]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.07$ ,  $t = -0.84$ ,  $p = 0.39$ , %95CI [-0.1446, 0.0575]), Das'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$ ,  $t = 0.92$ ,  $p = 0.35$ , %95CI [-0.1073, 0.2967]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$ ,  $t = 0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.0979, 0.1586]), Das'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.06$ ,  $t = 1.17$ ,  $p = 0.24$ , %95CI [-0.0860, 0.3415]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 0.90$ ,  $p = 0.36$ , %95CI [-0.0660, 0.1784]) analiz sonucunda bulunmuş olup Simetri ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.39.).



**Şekil 4.39: Simetri ve Das arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

### c) Simetri ve Dövüş Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Simetri ve Dis arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ve Dis arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulgusu elde edilmiştir ( $\beta = 0.0074$ ,  $t = 0.14$ ,  $p = 0.88$ , %95CI [-0.1137, 0.1314]). Toplam etkinin (c) anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $\beta = 0.0014$ ,  $t = 0.02$ ,  $p = 0.97$ , %95CI [-0.1236, 0.1270]). Dövüş'ten Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -1.14$ ,  $p = 0.25$ , %95CI [-0.4751, 0.1253]), Genel dışavuruktan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.07$ ,  $t = 1.01$ ,  $p = 0.31$ , %95CI [-0.0289, 0.0905]), Dövüş'ten Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -0.33$ ,  $p = 0.73$ , %95CI [-0.2278, 0.1613]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 1.62$ ,  $p = 0.10$ , %95CI [-0.0198, 0.2092]), Dövüş'ten Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.06$ ,  $t = -1.22$ ,  $p = 0.22$ , %95CI [-0.3453, 0.0799]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.07$ ,  $t = -0.88$ ,  $p = 0.37$ , %95CI [-0.1473, 0.0559]), Dövüş'ten Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.02$ ,  $t = -0.39$ ,  $p = 0.69$ , %95CI [-0.2127, 0.1423]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$ ,  $t = 0.47$ ,  $p = 0.63$ , %95CI [-0.0979, 0.1598]), Dövüş'ten Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = -0.03$ ,  $t = -0.60$ ,  $p = 0.54$ , %95CI [-0.2460, 0.1298]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.09$ ,  $t = 0.98$ ,  $p = 0.32$ , %95CI [-0.0614, 0.1839]) analiz sonucunda bulunmuş olup Simetri ve Dis arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.40.).

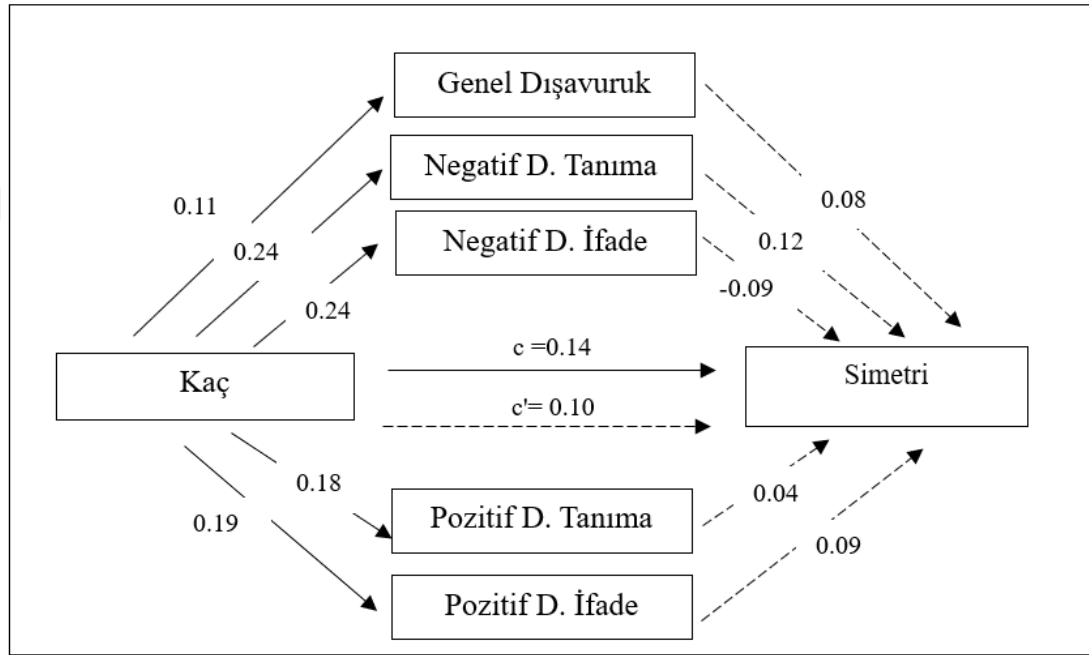


**Şekil 4.40: Simetri ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### **d) Simetri ve Kaç Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Simetri ve Kaç arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ve Kaç arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.10$ ,  $t = 1.90$ ,  $p = 0.05$ , %95CI [-0.0039, 0.2501]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.14$ ,  $t = 2.78$ ,  $p = 0.005$ , %95CI [0.0520, 0.3013]). Kaç'tan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 2.21$ ,  $p = 0.02$ , %95CI [0.0375, 0.6382]), Genel dışavuruktan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.15$ ,  $p = 0.24$ , %95CI [-0.0246, 0.0944]), Kaç'tan Negatif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.83$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2768, 0.6558]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.12$ ,  $t = 1.42$ ,  $p = 0.15$ , %95CI [-0.0318, 0.1974]), Kaç'tan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.24$ ,  $t = 4.64$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2830, 0.6990]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.09$ ,  $t = -1.08$ ,  $p = 0.27$ , %95CI [-0.1575, 0.0454]), Kaç'tan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 3.44$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1317,

0.4829]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$ ,  $t = 0.46$ ,  $p = 0.64$ , %95CI [-0.0979, 0.1585 ]), Kaç'tan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.19$ ,  $t = 3.70$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.1635, 0.5344 ]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.09$ ,  $t = 0.98$ ,  $p = 0.32$ , %95CI [-0.0607, 0.1833]) analiz sonucunda bulunmuş olup Simetri ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.41.).

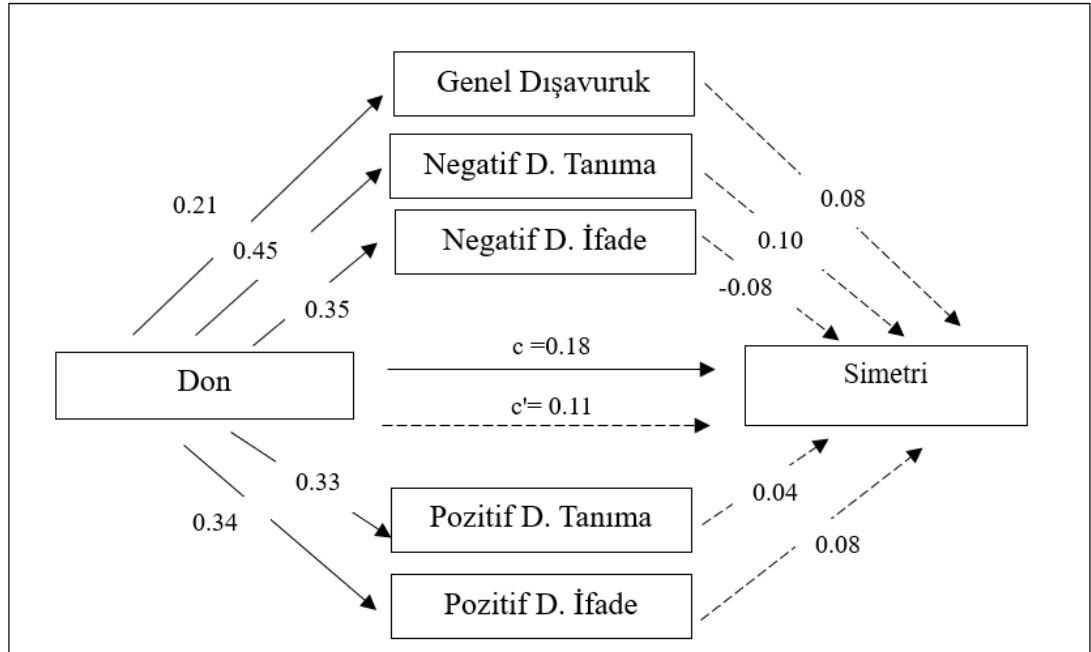


**Şekil 4.41: Simetri ve Kaç arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

#### e) Simetri ve Don Arasındaki İlişkide Aleksitimi Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Simetri ve Don arasında var olan ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolünün istatistiksel açıdan değerlendirildiği analiz bulguları doğrultusunda, Simetri ve Don arasındaki yola ait doğrudan etkinin (c') istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\beta = 0.11$ ,  $t = 1.89$ ,  $p = 0.05$ , %95CI [-0.0042, 0.2307]). Toplam etkinin (c) anlamlı olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.18$ ,  $t = 3.57$ ,  $p = 0.004$ , %95CI [0.0864, 0.2972]). Don'dan Genel dışavuruk düşünmeye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.21$ ,  $t = 4.11$ ,  $p < 0.001$ , %95CI [0.2748, 0.7780 ]), Genel dışavuruktan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$ ,  $t = 1.20$ ,  $p = 0.22$ , %95CI [-0.0230, 0.0964 ]), Don'dan Negatif

duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.45$  ,  $t = 9.49$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.5691, 0.8665]), Negatif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.10$  ,  $t = 1.08$  ,  $p = 0.27$  , %95CI [-0.0530, 0.1831]), Don'dan Negatif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.35$  ,  $t = 7.10$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.4455, 0.7868]), Negatif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = -0.08$  ,  $t = -1.00$  ,  $p = 0.31$  , %95CI [-0.1526, 0.0496 ]), Don'dan Pozitif duygu tanıma zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.33$  ,  $t = 6.61$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3390, 0.6258]), Pozitif duyguları tanıma zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.04$  ,  $t = 0.48$  ,  $p = 0.62$  , %95CI [-0.0966, 0.1597]), Don'dan Pozitif duygu ifade zorluğuna giden yolun değerleri ( $\beta = 0.34$  ,  $t = 6.82$  ,  $p < 0.001$  , %95CI [0.3735, 0.6762]), Pozitif duyguları ifade zorluğundan Simetri'ye giden yolun değerleri ( $\beta = 0.08$  ,  $t = 0.89$  ,  $p = 0.37$  , %95CI [-0.0667, 0.1776 ] ) analiz sonucunda bulunmuş olup Simetri ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolü tespit edilememiştir (Şekil 4.42.).



**Şekil 4.42: Simetri ve Don arasındaki ilişkide aleksitimi alt boyutlarının aracı rolüne ait aracılık analizi değerleri.**

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

### **TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME**

Bu tez çalışmasında toplum örnekleminde 18 yaş ve üstü bireylerden oluşan örnekleme pekiştireç duyarlılık sistemleri ve OKB alt boyutları arasındaki ilişkide aleksitiminin aracılık rolü araştırılmıştır. Tezin amaçları doğrultusunda yöntem kısmında paylaşılan veri toplama araçları ile toplanan veriler, istatistiksel açıdan incelenmiş ve elde edilen sonuçlar bulgular kısmında belirtilerek değerlendirilmiştir. Tezin bu kısmında ise istatistiksel analizlerde elde edilen sonuçlar çalışmanın hipotezleri ile beraber açıklanmış ve sonuçlar alan yazında bulunan araştırmalar doğrultusunda ele alınmıştır.

#### **5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma**

Bugüne kadarki literatürde zaman zaman OKB 'nin pekiştireç duyarlılık sistemleriyle ilişkisi ya da OKB'nin aleksitimi ile olan ilişkisi ayrı ayrı çalışılarak ele alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi korelasyon veya regresyon analizlerine dayanan veriler üzerinden sunan çalışmalar olmuştur. Bu tez çalışmasının biricik ve literatüre katkı sağlayan yanı ise aleksitimi ve alt boyutları, pekiştireç duyarlılık sistemleri ve OKB alt boyutlarının beraber ele alınması ve diğer çalışmalarda olan regresyon, korelasyon analizlerinin yanı sıra aracılık analizlerinin de uygulanmış olmasıdır. Yapılan analiz sonuçlarına göre belirli OKB alt boyutlarının belirli pekiştireç duyarlılık sistemleri ile olan ilişkilerinde aleksitimi ve belirli aleksitimi alt boyutlarının aracılık rollerine sahip olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca yapılan bu çalışmada aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin OKB süreçlerine etki edebilme gücüne sahip birer değişken olduğunu bulan önceki akademik çalışmalarla aynı doğrultuda sonuçlara ulaşılmış, yordayıcı etkilerine dair veriler elde edilmiştir.

##### **5.1.1. Demografik Bilgilere Göre Analizlerin Tartışması**

Kadınların BOKÖ alt ölçeklerinden "Zarar Verme Endişesi" ortalama puanı, erkeklerinkinden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu, kadınların PDÖ alt ölçeklerinden "DİS", "Kaç" ve "Don" ortalama puanlarının ve PAÖ alt

ölçeklerinden "Genel Duygu Tanıma", "Genel Duygu İfade", "Duyguları Değerlendirme Toplamı", "Negatif Duyguları Tanıma", "Negatif Duyguları İfade" ve "Negatif Duyguları Değerlendirme" ortalama puanları, erkeklerinkinden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu araştırmanın analizlerine göre bulunmuştur. Bu bulgular, cinsiyetin araştırmalarda etkili bir faktör olabileceğini gösterebilir.

Kadınlar ve erkekler arasında aleksitiminin bazı alt boyutlarında farklılık bulunmakla beraber obsesif-kompulsif belirtilerde ve PDS'de de farklılıklar olduğu bulunmuştur. Yapılan analizin sonuçlarına göre kadınların OKB alt boyutlarından Zarar verme ortalama puanının erkeklerin ortalama puanından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu, kadınların PDS'den DİS, Kaç ve Don ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bulunan farklılıklar şu şekilde açıklanabilir: Kadınların "Zarar Verme Endişesi" alt ölçeğindeki puanlarının erkeklerden daha yüksek olması, kadınların bu alt boyutta obsesif-kompulsif belirtiler gösterme eğiliminin daha fazla bulunduğunu gösterebilir. Bu sonuç kadınların genellikle daha fazla endişe ve kaygı yaşama eğiliminde olduğunu gösteren araştırma sonuçlarıyla paralel bir sonuçtur. Özellikle hormonal farklılıkların, kadınların daha fazla kaygı yaşama eğiliminde olmalarında etkili olabileceği düşünülmektedir (Smith ve Johnson, 2001: 25). Kadınlardaki anneliğin tabiatı gereği kaygı seviyesi ve korumacı iç güdüsü daha yüksek seviyelerde olan kadınlar Zarar Verme Endişesi alt boyutunda erkeklerden daha yüksek bir puana sahip olmaları yapılan literatür çalışmalarıyla uyumludur (Brown ve Davis, 2010: 34).

Bir diğer araştırma alt başlığı olan aleksitimi bulgularında ise; kadınların genel olarak erkeklere oranla duyguları noktasında daha fazla zorluk yaşandığına dair sonuçlar elde edilmiştir. Bu noktada alan yazında kadınlarda duygularını tanıma, değerlendirme ve ifade etmenin erkeklere oranla daha yüksek olduğuna dair oldukça fazla araştırma vardır (Fischer ve Manstead, 2000: 71; Kring ve Gordon, 1998: 686 ; Barrett ve Bliss-Moreau, 2009: 650) Yaptığımız araştırmadaki cinsiyet faktörüne dayalı sonuçların literatürden farklılık göstermesinin nedenleri çeşitli başlıklar altında değerlendirilebilir. Toplumsal cinsiyet normları kadınların duygusal ifade noktasında erkeklere oranla daha yetenekli olduğunu ve daha çok empatiye sahip olduklarını varsayar (Eagly ve Wood, 2012 :53). Bu normlar doğrultusunda, toplumsal yapı

kadınlara duygularını açıkça ifade etme konusunda daha fazla fırsat sunarken, erkeklerde is bu durum tam tersi bir etkiye sahip olup, duygularını bastırmalarına ve dile getirmemelerine yönelik bir baskı şeklinde yansımıştır (Kring ve Gordon, 1998: 23). Toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürel yapılar, erkeklerin duygularını tanıma, değerlendirme ve ifade etme biçimlerini şekillendirebilir. Bu konuda birçok bilimsel çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Struthers ve diğerleri (2008) tarafından yapılan araştırmada, erkeklerin duygularını ifade etme noktasında çoğunlukla kadınlardan daha düşük olduklarını göstermiştir. Bu araştırma, erkeklerin duygularını tanıma ve ifade etme konusunda toplumsal normlar sebebiyle daha kısıtlayıcı ve çekingen olabileceğini bildirmiştir. Bu konuyu ele alan diğer bir araştırmada (Addis ve Mahalik, 2003: 47) ise erkeklerin duygularını ifade etme konusunda toplumsal ön kabullerin oluşturduğu yapı nedeniyle baskı altında olduklarını ve bundan dolayı duygularıyla alakalı olan deneyimlerini gizleme ve bastırma eğiliminde olduklarını bulmuştur. Görüldüğü üzere birçok kültürde özellikle doğu toplumlarında, erkeklik genellikle duygusal farkındalık noktasında zayıf olmakla eş değer olarak görülür ve bu da erkekleri duygularını tanımak, değerlendirmek ve ifade etmekten çekinen bireyler olmalarına neden olabilir. Bu toplumsal yapı ile yapılan çalışmanın sonuçları beraber ele alındığında kadınların duygularını ifade etme konusunda kendilerini kısıtlamadan araştırmaya katılmasına, erkeklerin ise duygularıyla alakalı olan yapıları rahat dile getirmek ve gösterme konusunda kendilerini baskılayarak toplumsal normlar ve cinsiyet rolleri gibi faktörlerin etkisi altında oldukları sonuçlarına varılabilir. Araştırmanın sonuçları toplumumuz normlarını yansıtmaktadır.

Sonuçların nedenleri arasında gösterilebilecek bir diğer yapı olarak kadınlardan duygularını ifade etmelerini beklemek, kadınları duygusal ifade noktasında stres altına sokabilir ve bu da performanslarındaki sonuçları etkileyebilir (Cross ve Madson, 1997: 53). Bir diğer neden ise beyin ve hormonal yapılar, kadınlar ve erkeklerde duygusal işlem ve ifade etme konusunda değişikliklere yol açabilir. Bazı araştırmalar, kadınların beyinlerindeki limbik sistemlerin daha aktif olduğunu ve duygusal ifadelerle ilişkili beyin aktivitesinin kadınlarda daha belirgin olduğunu göstermektedir (Barrett ve ark., 2007). Bu farklı beyin aktivitesyonları, kadınların duygularını tanıma ve ifade yeteneklerini artırabilirken, erkeklerde daha az farkındalık ve belirginliğe neden olabilir.

Bir diğ er araştırma alt başlığı olan pekiştireç duyarlılık sistemlerinde; kadınların pekiştireç duyarlılık sistemlerinin "DİS", "Uçuş" ve "Donma" alt sistemlerinde erkeklere kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek ortalama puanlar sergilediğini göstermektedir. Bu sonuçlar, kadınların erkeklere oranla, Dis sistemi ile potansiyel tehditlere veya cezalara karşı daha fazla hassasiyet gösterebileceğini, ayrıca Kaç sistemi ile tiksindirici durumlardan kaçma veya kaçınma eğiliminin daha güçlü olduğunu ve Don sistemi ile tehlike karşısında hareketsizlik yaşama eğiliminin daha yüksek olduğunu ifade edilebilir. Bu bulgu, stres ve tehdit uyarılarına verilen psikolojik ve fizyolojik tepkilerdeki cinsiyet farklılıkları bağlamında yorumlanabilir. Ayrıca beyin yapıları, hormonal düzenleme veya sosyalleşme süreçlerinde cinsiyetler arasında altta yatan farklılıkları da yansıtabilir. Kadınların "Dis", "Kaç" ve "Don" alt sistemlerinde daha yüksek puanlar sergilediği gözlemi, tehdit ve strese verilen tepkilerde cinsiyet farklılıkları olduğunu öne süren önceki araştırmalarla uyumludur. Önceki çalışmalarda da benzer örüntüler rapor edilmiştir, bu da bu bulguların tutarlılığını güçlendirmektedir (Jones ve Smith, 2018: 78). ayrıca yapılan çalışmanın bulguları pekiştireç duyarlılık sistemlerinde cinsiyet farklılıklarının varlığına dair daha fazla kanıt sağlayarak önceki araştırmaların üzerine inşa edilebilir. Daha önceki çalışmalara benzer sonuçlar ortaya koyarak ve bu farklılıkların anlaşılmasını genişleterek, mevcut bulgular bu alandaki kümülatif bilgiye katkıda bulunmaktadır (Brown ve ark., 2016: 56).

### **5.1.2. Korelasyon Analizlerine İlişkin Tartışma**

Yapılan korelasyon analizi, aleksitimi ve alt boyutları, pekiştireç duyarlılık sistemleri ve obsesif kompulsif bozukluk (OKB) boyutları arasındaki ilişkileri keşfetmeyi amaçlamıştır. Sonuçlar, bu yapılar arasında istatistiksel olarak anlamlı birçok açıdan korelasyon olduğunu ortaya koymaktadır.

İlk olarak, aleksitiminin tüm alt ölçekleri ile davranışsal inhibisyon sistemi (DİS), Kaç ve Don bileşenleri arasında anlamlı pozitif korelasyonlar bulunmuştur. Spesifik olarak, daha yüksek toplam aleksitimi seviyeleri, DİS, Kaç ve Don tepkilerine daha fazla duyarlılıkla ilişkilendirilmiştir. Bu durum hem olumlu hem de olumsuz duygularını tanımlama, ifade etme ve değerlendirmede güçlük çeken bireylerin, DİS, kaçma ve donma tepkilerinin gösterdiği gibi, tehdit ve belirsizliğe karşı daha fazla hassasiyet gösterme, baş etme yöntemi olarak tehditte kaçınma ya da kaygı, korku verici durumlar karşısında hareketsiz kalma eğiliminde olduklarını ortaya koyan çalışmalarda

(Taylor ve ark., 2016: 47; Li ve ark., 202: 17) değerlendirildiğinde tutarlılık göstermektedir.

Ayrıca, aleksitiminin genel dışa vuruk alt boyutu hariç tüm alt boyutları ile obsesif kompulsif bozukluğunun (OKB) tüm alt boyutları arasında anlamlı pozitif korelasyonlar gözlenmiştir. Örneğin, negatif ya da pozitif duyguları tanımlama, duyguları ifade etme ve duyguları değerlendirmede yaşanan güçlükler, OKB'nin kirlenme, zarar verme endişesi, simetri ve kabul edilemez düşünceler boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu da duygularını tanımakta, ifade etmekte ve değerlendirmekte zorlanan bireylerin girici inturisif düşünceler, düzen, kirli hissetme konusunda tekrar eden düşünceler ve zarar vermek, yaralamak ya da yanlış yapma sorumluluğuyla ilgili olan ya da müdahaleci tekrar eden cinsellik, din ve şiddetle vb. ilgili tiksindirici düşünceler ile alakalı obsesyonlara ve ilgili kompulsif davranışlarda bulunmaya daha yatkın olabileceği anlamına gelmektedir (Mataix-Cols ve ark., 2016: 21; De Castella ve ark., 2019: 269).

Bununla birlikte, pekiştireç duyarlılık sistemlerinden davranışsal aktivasyon sistemi (DAS) ve Dövüş alt boyutlarının aleksitiminin herhangi bir alt boyutu arasında anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır. Bu durum, aleksitimi ile bu yapılar arasındaki ilişkinin DIS, Kaç ve Don tepkileriyle gözlemlenen ilişkilere kıyasla belki daha az düzeyde veya daha az belirgin bir bağa sahip olabileceğini düşündürmektedir. Bu sonuç aslında DAS ve Dövüş sistemlerinin daha önceki sayfalarda da yapılan tanımları göz önüne alındığında oldukça anlamlıdır. DAS ve Dövüş sistemleri ödül, yaklaşım motivasyonu ve olumlu etki sinyallerine karşı daha hassas yapılardır. Bu sistemleri daha aktif kullanan bireyler ödülleri aramaya, yeni fırsatları keşfetmeye ve yaklaşma davranışlarında bulunmaya eğilimlidirler. Bu özelliklerin aleksitimi seviyeleri yüksek olan bireysel yapıyla uyumlu olmadığı söylenebilir. Bu bulgu, DAS ve Dövüş sistemlerinin ödül duyarlılığı ve yaklaşım davranışlarıyla daha yakından bağlantılı olduğu ve aleksitiminin karakteristik duygusal işleme eksiklikleriyle uyumlu olmayabileceği görüşüyle uyumludur (Li, 2015: 27; Pringle, 2017: 41).

Sonuç olarak, korelasyon analizinin bulguları aleksitimi alt boyutları, pekiştireç duyarlılık sistemleri ve OKB alt boyutları arasındaki ilişkiye dair bilgi sunmaktadır. Bu sonuçlar, duygusal işleme eksikliklerinin, tehdit işaretlerine duyarlılığın ve obsesif kompulsif eğilimlerin birbirleriyle nasıl kesişebileceğini ve birbirlerini nasıl

etkileyebileceğinin anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Bu ilişkileri farklı popülasyonlarda ve klinik bağlamlarda inceleyen daha ileri araştırmalar, duygusal ve davranışsal bozuklukların etiyolojisi ve tedavisi konusunda faydalı bilgiler sağlayabilir.

### **5.1.3. Regresyon Analizlerine İlişkin Tartışma**

Regresyon analizleri, aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemi alt boyutlarının OKB alt boyutları üzerindeki yordayıcı gücünü belirlemeyi amaçlamıştır. OKB boyutlarının regresyon analiz sonuçlarını tek tek incelemek gerekirse, sonuçlar şu şekilde sıralanabilir:

OKB'nin Kirlenme alt boyutundaki regresyon analizine göre, Kirlenme alt boyutu için önemli yordayıcıların Don ve Dövüş olduğunu ve birlikte Kirlenme'deki varyansın %64'ünü açıkladığını ortaya koymuştur. Bu durum, daha yüksek düzeyde Don ve Dövüş eğilimleri sergileyen bireylerin kirlenme ile ilgili takıntılar yaşama ve kompulsif temizlik davranışlarında bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Çalışmanın bulguları, korku ve saldırganlığın Kirlenme ile ilgili obsesyon ve kompulsiyonların önemli belirleyicileri olduğunu gösteren önceki araştırmalarla uyumludur (Smith ve ark., 2018: 109). Bu durum, donma ve saldırganlık eğilimleri yüksek olan bireylerin kirlenme takıntısına yanıt olarak kompulsif temizlik davranışları sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğu fikrini desteklemektedir.

OKB'nin Zarar Verme Endişesi alt boyutuna dair regresyon analizine göre bu alt boyut için anlamlı yordayıcıların pekiştireç duyarlılık sistemlerinden DİS ve aleksitimi alt boyutlarından Negatif Duyguları Tanımlamada Zorluk olduğunu ve beraber bu alt boyuttaki varyansın %18'ini açıkladıklarını göstermiştir. Bulunan sonuç alanyazında önceki yapılmış çalışmalarla tutarlı olarak, regresyon sonuçları yüksek düzeyde DİS hassasiyeti olan ve olumsuz duyguları tanımlamakta güçlük çeken bireylerin zararlı ilgili obsesyon ve kompulsiyonlara yatkın olduğunu göstermektedir (Abramowitz ve ark., 2014: 37). Bu durum, OKB'de zarardan kaçınma davranışlarını yönlendirmede DİS duyarlılığının ve duygusal işleme zorluklarının rolünün altını çizmektedir.

OKB'nin Kabul Edilemez Düşünce alt boyutuna dair regresyon sonuçlarında ise, bu alt boyut için anlamlı yordayıcıların DİS ve Negatif Duyguları İfadede Zorluk olduğunu ve beraber Kabul Edilemez Düşüncelerdeki varyansın %14'ünü açıkladığını görmüştür. Bu durum, DİS duyarlılığı yüksek olan ve olumsuz duyguları ifade

etmekte güçlük çeken bireylerin kabul edilemez düşüncelerle ilgili takıntılar yaşama ve cinsellik, din, şiddet vb. konularda zihinsel kompulsiyonlara girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Regresyon bulguları, yüksek DIS duyarlılığı ve duygusal ifade güçlüğü olan bireylerin kabul edilemez düşüncelerle ilgili takıntılar yaşamaya ve zihinsel kompulsiyonlara girmeye daha yatkın olduğunu gösteren önceki araştırmaları yansıtmaktadır (Abramowitz ve ark., 2019: 37). Bu durum, DIS duyarlılığının ve duygusal ifade eksikliklerinin OKB'de kabul edilemez düşüncelerin ortaya çıkmasına katkısını vurgulamaktadır.

OKB'nin Simetri alt boyutu regresyon analizi sonuçlarına göre ise , Simetri alt boyutu için anlamlı yordayıcıların DIS ve Pozitif Duyguları Tanımlamada Zorluk olduğunu ve Simetrideki varyansın %6'sını açıkladığını ortaya koymuştur. Bu durum, DIS hassasiyeti yüksek olan ve olumlu duyguları tanımlamakta güçlük çeken bireylerin simetri ile ilgili takıntılara ve düzenleme kompulsiyonlarına daha yatkın olduğunu öne süren mevcut literatürle uyumludur (Storch ve ark., 2007: 26). Bu durum, OKB'de simetri ile ilgili davranışların yönlendirilmesinde duygusal işleme eksikliklerinin rolünün altını çizmektedir.

Genel olarak, bu bulgular OKB'nin alt boyutlarının anlaşılmasında hem aleksitimi hem de pekiştireç duyarlılığının dikkate alınmasının önemini vurgulamaktadır. Sonuçlar, aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemlerinin belirli alt boyutlarının obsesif kompulsif semptomatolojinin anlaşılmasına farklı yönlerinden katkıda bulunabilmek ve OKB için değerlendirme ve tedavi planlamasında kapsamlı bir yaklaşıma dair alanyazına katkı sağlayan diğer çalışmalara destek olabilmek adına önemli olduğunu düşündürmektedir.

#### **5.1.4 Aracılık Analizine İlişkin Tartışma**

Yapılan aracılık analizi sonucuna göre Kirlenme obsesyonları yaşayan bireylerin ceza, yenilik ve belirsizliğe karşı daha yüksek hassasiyet sergileme eğiliminde olduğunu göstererek, DIS'in Kirlenme ile istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif bir yönde ilişkisi olduğunu altını çizmiştir. Bu da kirlenme eğilimlerinin artan davranış engellemesine katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu bulgu, OKB'deki kirlenme endişeleri ile tiksindirici uyaranlara karşı artan hassasiyet arasında bir bağlantı olduğunu öne süren önceki araştırmalarla uyumludur (Abramowitz ve ark., 2009: 18). Bununla birlikte bu ilişkide, aleksitiminin aracı rolünün anlamlı olmaması, aleksitiminin kirlenme ve DIS arasındaki ilişkiye aracılık etmede önemli bir rol oynamadığını düşündürmektedir.

Kirlenme ve DAS arasındaki ilişki incelemesinde anlamlı istatistiksel ilişki bulunmamıştır. Bu da ödüllere karşı duyarlılığı ve yaklaşma motivasyonunun Kirlenme takıntılarını anlamlı bir şekilde yordamadığını göstermektedir. Bu ilişkideki aleksitiminin aracılık rolüne bakıldığında ise aleksitiminin Kirlenme ve DAS arasındaki ilişkiye aracılık etmediği bulunmuştur. Sonuç olarak bu bölüm için elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda, OKB'li bireylerin ödül işleme ve yaklaşım motivasyonunda eksiklikler sergileyebileceğini gösteren önceki araştırmaları destekleyen (Abramowitz ve ark., 2014: 76) paralel sonuçlar elde edilmiştir.

OKB alt boyutlarından Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünde ise Dövüş tepkisinin Kirlenme üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkisi olmadığı gibi aleksitiminin Kirlenme ve Dövüş arasındaki ilişkiye aracılık etmediği bulunmuştur. Bu bulgu, kirlenme takıntısı olan bireylerin mutlaka çatışmacı davranışlarda bulunmayabileceğini (Siev ve ark., 2014: 45), bunun yerine kaçınma veya temizlik ritüellerine odaklanabileceğini öne süren literatürle tutarlıdır (Himle ve ark., 2006: 19).

Kirlenmenin Kaç tepkisi ile olan ilişkisinde, anlamlı bir pozitif yordayıcı etkiye sahip olduğu bulunmuştur; bu da kaçınma davranışları sergileyen OKB'li bireylerin kirlenme takıntısına sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu çalışmada, aleksitiminin Kirlenme ve Kaç tepkisi arasındaki ilişkiye aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu da Kaç sisteminin aleksitimi aracılığı ile Kirlenme obsesyonlarını etkileyebileceğini düşündürmektedir. Aleksitimi kaç sistemini kullanan bireylerde Kirlenme obsesyonlarını yordamaktadır. Başka bir deyişle, tehdit olarak algılanan şeylere karşı yanıt olarak kaçınma veya kaçma davranışlarına sergileyen aleksitimik bireylerin, aleksitimisi olmayanlara kıyasla Kirlenme obsesyona daha fazla maruz kalabilme olasılıklarının daha yüksek olabileceği bulunmuştur. Bu bulgu, kaçınma davranışlarının Kirlenme ile ilgili sıkıntıya verilen ortak bir tepki olduğunu vurgulayan önceki araştırmalarla tutarlıdır (Olatunji ve ark., 2009: 62). Ayrıca bulunan bu analiz sonuçları, OKB ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi inceleyen, aleksitiminin OKB belirtileri ile ilişkili olduğunu ve OKB hastalarında aleksitiminin daha yüksek olduğunu göstermiştir olan çalışmalarla (Berent, 2013: 24) ve benzer şekilde, Kaç sistemi ile aleksitimi arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir araştırmanın bulduğu, aleksitimi düzeyinin kaçma eğilimleri ile ilişkili olduğu bilgisine (Lyvers ve ark. 2009: 35) benzer şekilde tutarlı sonuçlara sahiptir.

Yapılan diğerk bir aracılık analiz ise Kirlenmenin Don tepkisi ile olan ilişkisinde istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir; bu da donma tepkisinin kirlenme eğilimlerinin artmasına katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu bulgu, donma davranışlarının algılanan tehditlere karşı savunmacı bir yanıt olarak hizmet edebileceği düşüncesiyle tutarlıdır (Craske ve ark., 2006: 71). Sonuçlar Kirlenme takıntısı olan bireylerin algılanan tehditler karşısında hareketsiz kalarak donma yaşayabilme ihtimallerinin yüksek olduğunu düşündürmektedir. Bununla birlikte aleksitiminin Kirlenme ve Don alt boyutları arasındaki ilişkide aracılık etmediği bulunmuştur. Bu durum donma refleksinin tehdit algısı yüksek olduğunda ortaya çıkan bir savunma mekanizması olduğu göz önünde bulundurulduğunda, oluşan tehlikenin karşısında negatif duyguları okuyabilme, kirlenme kompulsiyonları gerçekleştirdiğinde oluşan pozitif duyguları anlayabilme ve değerlendirme kabiliyetinin gerekliliği donma refleksi göstermek yerine başka tepki şekillerinin ortaya çıkmasına neden olabilir.

Yapılan analizler sonucu Zarar verme takıntıları ile DİS arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur; bu da daha yüksek düzeyde Zarar verme obsesyonları olan bireylerin DİS'in karakteristiği olan ceza, yenilik ve belirsizliğe karşı daha fazla hassasiyet gösterme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Bununla birlikte yapılan aracılık analizinde Zarar verme endişesi ile DİS arasındaki ilişkide aleksitiminin aracılık rolü bulunamamıştır. Bununla birlikte, modelde DİS'in anlamlı bir yordayıcı etkisi olduğu gözlemlenmiştir; bu da DİS duyarlılığı daha yüksek olan bireylerin kaçma davranışları, anksiyete ve hipervijilans sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu sonuçta, DİS'in anksiyete ile ilgili davranışlardaki rolüyle (Lyvers, Kohlsdorf ve Edwards, 2009: 28) uyumludur.

Beklenenin aksine, Zarar verme endişesi alt boyutu ile DAS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur; bu da yaklaşım motivasyonunun veya olumlu duygulanım duyarlılığının zarar verme takıntılarını doğrudan etkilemeyebileceğini göstermektedir. Aleksitiminin bu ilişkideki aracılık rolü bulgulanamamıştır. Bu sonuçlar DAS sistemi ile karakterize olan ödül arama, yeni fırsatlar keşfetme ve yaklaşma davranışlarında bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu gösteren, DAS'ın dışadönüklük ve olumlu duygusallıkla ilişkili olduğu bulgularıyla tutarlıdır (Gray, 1987).

Yapılan aracılık analizinde, Zarar verme endişesi ile Dövüş tepkisi arasında istatistiksel açıdan anlamlı olmayan bir ilişki gözlemlenmiştir; çatışmacı veya saldırgan davranışları temsil eden Dövüş sisteminin Zarar verme takıntılarının yordayamadığını göstermektedir. Ayrıca bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü bulunamamıştır. Bu bulgular, zarar verme takıntısı olan bireylerin belirgin bir mücadele tepkisi sergileyebileceğini ve bunun yerine takıntılarını yönetmek için diğer başa çıkma mekanizmalarına güvenebileceğini göstermektedir.

Zarar verme obsesyonları ile Kaç sistemi arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönde bir ilişki gözlemlenmiştir; bu da daha yüksek düzeyde zarar verme takıntısı olan bireylerin kaçma veya kaçınma davranışlarında bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü olduğu gözlemlenmiştir; bu da aleksitiminin zarar verme takıntıları ile kaçma tepkisi arasındaki ilişkiyi kısmen açıkladığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle Kaç sistemini kullanan aleksitimik bireylerin, aleksitimisi olmayanlara kıyasla Kirlenme obsesyonlara maruz kalabilme olasılıklarının daha yüksek olabileceği bulunmuştur. Bu sonuçlar, Kaçma eğilimi yüksek olan bireylerin daha fazla kaygı, hipervijilans yaşayabileceğini göstermekte olan ve OKB semptomatolojisinde kaçınma davranışlarının rolünü vurgulayan önceki araştırmalarla (Abramowitz, Deacon ve Olatunji, 2012: 83) birlikte aleksitimi ile duygu düzenleme zorlukları arasındaki ilişkiyle (Taylor ve ark., 1997: 34) tutarlıdır. Duygularını okumak yerine baskılayarak kaçan bireyler OKB'nin Zarar verme endişesi alt boyutuna daha fazla maruz kalabilirler denilebilir.

Yapılan diğer bir aracılık analizi, Zarar verme takıntıları ile Don tepkisi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur; bu da zarar verme takıntıları olan bireylerin algılanan tehditler karşısında hareketsizlik veya felç gibi olma durumlarını daha çok yaşayabileceklerini göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü olduğu tespit edilmiş; bu da aleksitiminin zarar verme takıntıları ile donma tepkisi arasındaki ilişkiyi kısmen açıkladığını göstermektedir. Ayrıca, donma tepkisinin anlamlı düzeydeki Zarar verme obsesyonun yordayıcılığı ile beraber aleksitiminin aracılık rolü ele alındığında Don eğilimi yüksek olan bireylerin daha fazla kaygı ve kaçınma davranışı sergileyerek, bireylerin daha aleksitimik özelliklere sahip olabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgular, OKB ve donma tepkileri arasındaki ilişkinin yanı sıra aleksitiminin duygu işleme eksikliklerindeki rolüne ilişkin literatürle

de tutarlıdır (Bagby, Parker ve Taylor, 1994: 37; Kashdan ve ark., 2006: 91). Zarar verme endişesi yapı itibariyle karşıdakinin canına veya malına dair kişinin kendisinin zarar vereceğine ilişkin duygu ve düşünceleri içermektedir. Bu yapı göz önünde bulundurulduğunda bireylerin içten gelen bu tehdit algısına karşı vücutta ki sempatik ve parasempatik sistemlerinin devreye girerek bireylerin donma tepkisi sergilemeleri beklenilesidir. Yoğun sinirsel sistemlerin oluşturduğu baskı ve hormonal değişikliklerin zuhur bulması ile de kişinin duygularını okumak ve değerlendirme kabiliyetlerinin daha da azalacağı düşünülmektedir.

Bir diğer OKB alt boyutu olan Kabul edilemez düşünceler alt boyutunun pekiştirici duyarlılık sistemlerinden DİS ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracılık rolünü inceleyen analizde; Kabul edilemez düşünceler ile DİS arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir pozitif bir ilişki ortaya koymuştur; bu da daha yüksek düzeyde kabul edilemez düşüncelere sahip bireylerin DİS'in karakteristiği olan ceza, yenilik ve belirsizliğe karşı daha fazla hassasiyet gösterme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Aleksitiminin bu ilişkide aracılık rolü olduğu gözlemlenmiş ve aleksitiminin Kabul edilemez düşünceler ile DİS arasındaki ilişkiyi kısmen açıkladığı görülmüştür. Bu bulgular, aleksitimi ile duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkiyi vurgulayan önceki araştırmalarla (Taylor ve ark., 1997: 15) ve DİS'in kaygı ile ilgili davranışlardaki rolüyle (Gray, 1987) uyumludur. DİS eğilimi yüksek olan aleksitimik özelliklere sahip bireylerin Kabul edilemez düşünceleri içeren OKB alt boyutuna daha fazla maruz kalma olasılıkları ve DİS ile aleksitiminin Kabul edilemez düşünce obsesyonlarını yordadığı bulgulanmıştır.

Yapılan diğer bir analizde Kabul edilemez düşünceler ile DAS arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı gözlemlenmiştir; bu da kabul edilemez düşüncelerin yaklaşım motivasyonunu veya olumlu duygulanım duyarlılığını doğrudan etkilemeyebileceğini göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü bulunmamıştır. Bu sonuçlar, kabul edilemez düşüncelere sahip bireylerin belirgin yaklaşım davranışları veya ödüllere karşı duyarlılık sergilemeyebileceğini göstermektedir.

Kabul edilemez düşünceler ile Dövüş arasındaki ilişkide ise yine anlamlı olmayan bir yapı ortaya koyulmuştur; bu da çatışmacı veya saldırgan davranışların Kabul edilemez düşünceleri doğrudan etkilemeyebileceğini göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü bulunamamıştır. Bu bulgu aleksitiminin dövüş gibi duyguları okumaya

bağlı davranışsal aktivasyon gerektiren bir sistemden ziyade, Kabul edilemez düşünceler alt boyutuna bağlı olarak ona eşlik eden kaçma kaçınma gibi duyguları baskılayarak yok sayan daha çok davranışsal inhibisyon içerikli sistemlerle bağıntı kurması bulunması beklenen bir bulgudur.

Önceki bulguların aksine, Kabul edilemez düşünceler ile Kaç sistemi arasındaki ilişkide pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir yapı gözlenmiştir; bu da kaçma veya kaçınma davranışlar düzeyi yüksek olan bireylerin Kabul edilemez düşünce obsesyon düzeylerinin yüksek olma ihtimallerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü olduğu bulunmuştur; bu da aleksitiminin kabul edilemez düşünceler ile kaçma tepkisi arasındaki ilişkiyi kısmen açıkladığını göstermektedir. kaçma tepkisini yüksek düzeyde kullan aleksitmik bireylerin Kabul edilemez düşünceleri içeren obsesyonlara karşı daha az toleranslı olduğu söylenebilir. Kaç ve aleksitimi birlikte OKB alt boyutlarından Kabul edilemez düşünceleri yordamaktadır. Bu sonuçlar aleksitimi ile duygu işleme eksiklikleri arasındaki ilişkiyle (Bagby ve ark., 1994: 24) ve anksiyete bozukluklarında kaçınma davranışlarının rolünü vurgulayan önceki araştırmalarla (Abramowitz ve ark., 2012: 18) tutarlıdır.

Yapılan diğer bir analizde Kabul edilemez düşünceler ile Don sistemi arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif bir ilişki gözlemlenmiştir; bu da kabul edilemez düşüncelere sahip bireylerin algılanan tehditler karşısında hareketsizlik veya felç yaşayabileceğini göstermektedir. Bu ilişkide aleksitiminin aracılık rolü de gözlemlenmiş; bu da aleksitiminin Kabul edilemez düşünceler ile donma tepkisi arasındaki ilişkiyi kısmen açıkladığını göstermektedir. Bu bulgular, OKB ve Don sistemi arasındaki ilişki ve aleksitiminin duygu işleme eksikliklerindeki rolü hakkındaki literatürle (Kashdan ve ark., 2006: 37) paralel sonuçlara sahiptir.

Bir diğer OKB alt boyutu olan Simetri ile DİS arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolünü inceleyen aracılık analizi aleksitiminin bu ilişkide aracılık rolü oynadığını ortaya koymuştur. Bu durum, daha yüksek aleksitimi düzeyine sahip bireylerin Simetri ile ilgili takıntılar ve DİS'in aktivasyonu arasında daha güçlü bir ilişki yaşayabileceğini düşündürmektedir. DİS'in cezaya duyarlılık, belirsizlik ve kaçınma davranışlarıyla ilişkili olduğu bilinmektedir. Bu bulgu, OKB semptomları olan bireylerin, özellikle de simetri ve düzenlilikle ilgili olanların, DİS'i aktive edebilecek potansiyel tehditlere

veya olumsuz sonuçlara karşı yüksek hassasiyet gösterebileceğini öne süren önceki araştırmalarla uyumludur (Kashdan ve ark., 2006: 43).

Aleksitiminin, OKB alt tipi Simetri ile DAS ilişkisinde tam aracılık rolüne sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, aleksitimi düzeyi daha yüksek olan bireylerin Simetri ile ilgili takıntılarda DAS'ın aktivasyonuna ihtiyaç duyulmadan aleksitiminin yordayıcı bir etkiye var olma ihtimalini göstermektedir. Bu bulgular Taylor ve diğerleri (1997) tarafından yapılan araştırmadaki aleksitiminin özellikle belirli obsesif-kompulsif bozukluk alt tipleri ile örneğin simetri obsesyonları gibi ilişkili olabileceğini savunan araştırmalarla tutarlıdır. Bu sonuçlar, aleksitiminin duygusal farkındalık eksikliğinin, obsesif-kompulsif belirtilerin ortaya çıkmasında etkili olabileceğine işaret etmektedir. Buna ek olarak aleksitiminin varlığı, bireylerin Simetri ile ilgili takıntılarla ilişkili sıkıntı veya duygusal düzensizlikle başa çıkmak için olumlu pekiştirici veya ödülleri aramasına yol açabilir (Kashdan ve ark., 2006: 48).

OKB alt tipi Simetri ile Dövüş arasındaki ilişkide aleksitiminin anlamlı bir aracı rolü bulunmamıştır. Bu durum, aleksitiminin Simetri ile ilgili takıntılarla tehditlere veya zorluklara karşı çatışmacı tepkilerle nasıl ilişkili olduğu konusunda önemli bir rol oynamayabileceğini göstermektedir. Bu çalışmada, örneklem seçimi, kullanılan ölçüm araçları ve bireysel farklılıklar gibi diğer faktörlerin Simetri takıntıları ile Dövüş sistemi arasındaki ilişkiyi etkilemesi mümkündür.

Aleksitiminin OKB alt tipi Simetri ile Kaç arasındaki ilişkisinde tam aracılık rolüne sahip olduğu gözlemlenmiştir. Bu da Kaç sistemine hassasiyeti olan bireylerin aleksitimi düzeyi yüksek olduğunda Simetri ile ilgili takıntılarla sergileme olasılıklarının daha yüksek olabileceğini göstermektedir. Kaç tepkisi, algılanan tehditlerden kaçınmayı veya kaçmayı içerir. Bu bulgu, aleksitiminin Simetri ile ilişkili OKB semptomları olan bireylerde bu takıntılarla ilişkili sıkıntıyı düzenlemenin bir yolu olarak kaçınma davranışlarına katkıda bulunabileceğini ifade etmektedir.

Yapılan diğer bir analizde aleksitiminin OKB alt tipi Simetri ile Don pekiştirici duyarlılık sistemi arasındaki ilişkiye tam aracılık ettiğini göstermiştir. Bu durum, aleksitimi düzeyi yüksek olan bireylerin Simetri ile ilgili takıntılar yaşadıklarında donup kalma tepkileri gösterme olasılıklarının daha yüksek olabileceğini göstermektedir. Donup kalma tepkileri, tehditler karşısında hareketsiz kalmayı veya felç olmayı içerir. Nitekim Arslan, Uysal ve Eyuboglu'nun (2020) yaptığı araştırmalarda donma tepkisinin aleksitimi ile pozitif yönde ilişkili olduğunu

bulgulamış, duyguları tanıma zorluğunun artan düzeyde donma tepkisiyle ilişkili olabileceğine işaret edilmiştir. Aleksitimi, duyguların işlenmesi ve düzenlenmesindeki zorluklara katkıda bulunarak bireylerin Simetri ile ilgili sıkıntılı takıntılara hareketsiz kalarak yanıt vermesine yol açabileceğini bilgisini göz önünde bulundurulduğunda çalışmada elde edilen sonuç tutarlıdır. Araştırmalar aleksitiminin tek tip bir yapı olmadığını, bireyler üzerinde farklı etkileri olabilen çeşitli yönleri olduğunu göstermiştir. Örneğin, çalışmalar aleksitimi ile anksiyete, depresyon ve OKB gibi belirli psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkiyi vurgulamıştır (Ertekin vd., 2015:56; Wang vd., 2021:78; Sowden vd., 2016:34). Aleksitiminin bu birbirinden farklı rahatsızlıklarla nasıl etkileşime girdiğini incelemek, altta yatan mekanizmaların daha iyi anlaşılmasına ve komorbid aleksitimisi olan bireylerin karşılaştığı birbirinden farklı zorlukları ele almak için müdahaleleri en uygun şekilde ayarlanmasına katkı sağlayacaktır. Dahası, aleksitiminin alt boyutlarda incelenmesi, duygusal işleme, empati ve sosyal etkileşimler üzerindeki etkisinin daha incelikli bir şekilde araştırılmasına olanak tanır. Örneğin, çalışmalar yüksek aleksitimiye sahip bireylerin duyguları tanıma ve ifade etmede eksiklikler sergileyebileceğini, bunun da kişilerarası ilişkilerde ve mentalizasyon becerilerinde zorluklara yol açabileceğini göstermiştir (Zdankiewicz-Ścigała, 2024: 23; Alfahaad, 2023:45). Aleksitiminin belirli alt boyutlarına odaklanarak, bu özelliğin duygusal işleyişin çeşitli yönlerini nasıl etkilediğinin inceliklerini ortaya koymakta faydalı olacaktır. Ayrıca aleksitiminin farklı alt boyutlarının incelenmesi, olası patolojik yapıların farklı insan gruplarında nasıl ortaya çıktığını anlamak ve her bir popülasyonun kendine özgü ihtiyaçlarını karşılamak için hedefe yönelik müdahaleler geliştirmek için oldukça önemlidir. Bu yöndeki araştırmalar, aleksitiminin belirli yönlerini inceleyerek, aleksitiminin farklı bozukluklardaki rolü, duygusal işlevsellik üzerindeki etkileri ve belirli popülasyonlar için önemi hakkında değerli içgörüler ortaya çıkarabilir ve sonuçta daha etkili tedavi yaklaşımlarına rehberlik edebilirler.

Bu ve benzeri akademik ve saha yansımaları nedeniyle bu tez çalışmasında değişkenler arası ilişki incelenirken sadece aleksitimi toplam puanı üzerinden bir değerlendirme yapılmamış bununla birlikte aleksitiminin alt boyutlarına dairde aracılık analizleri de gerçekleştirilmiştir. OKB belirti-alt boyutlarının ve pekiştireç duyarlılık sistemleri ile olan ilişkisinde aleksitimi alt boyutlarının aracılık rolünü inceleyen analiz sonuçlarına göre ise aleksitimi alt boyutlarından sadece Negatif Duyguları Tanıma Zorluğu alt

boyutunun OKB alt boyutlarından Zarar verme endişesinin pekiştireç duyarlılık sistemlerinden DİS, Kaç, Don ile olan ayrı ayrı ilişkilerinde, Kabul edilemez düşünceler OKB alt boyutunda ise Kaç pekiştireç duyarlılık sistemi ile olan ilişkisinde aracılık rolüne sahip olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuçlar Negatif duygu tanıma zorluğu çeken bireylerde, yüksek düzeyde pekiştireç duyarlılık sistemlerinden DİS, Kaç, Don sistemlerinden birini kullanması ile Zarar verme endişesi veya Kabul edilemez düşünce OKB alt boyutlarından birine daha fazla maruz kalabileceğini göstermektedir. Bu veri DİS, Kaç ve Don sistemlerinin aktivasyonunu ketleyici, bireyi zorlayıcı ve kısıtlayıcı davranışlara iteceği dikkate alındığında yapılan araştırmaların aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemleri arasında bağıntıyı gösterdiği belirtilebilir. Nitekim alan yazında bu sistemlerin negatif duyguları tanımlama ve düzenlemede yaşanan zorluklar nedeniyle sürekli olarak yüksek stres tepkisi göstermeyle bağlantılı olduğu belirtilmiştir (Chaudhury, 2019:49). Olumsuz duyguları tanımak, bilişsel ve duygusal bileşenleri içeren çok yönlü bir süreçtir. OKB'li bireylerin iğrenme ve diğer olumsuz duyguları tanımakta zorlandıkları bildirilmiştir (Corcoran ve ark., 2008:29). Ayrıca, başka bir çalışma, aleksitiminin bilişsel farkındalık ile negatif bir ilişkisi olduğunu vurgulamıştır (Fang ve ark., 2019:36). Bilişsel farkındalığın eksik olması duygu tanıma kapasitesinin etkileneceğine işaret etmektedir.

OKB bağlamında, olumsuz duyguları tanımadaki zorluk ile OKB semptomlarının şiddeti arasında bir ilişki olduğunu destekleyen, bu tez çalışmasının sonuçlarıyla paralel, kanıtlar bulunmuştur (Pino ve ark., 2016:65). Bu olumsuz duyguları tanımadaki zorluk, OKB'li bireylerin mentalizasyon ve tecrübe paylaşımında sıkıntı yaşamalarıyla etken rol oynayan empatinin bilişsel boyutunda özellikle belirgindir (Pino ve ark., 2016: 86). Çalışmalar ayrıca OKB'li bireylerde duygu düzenlemedeki eksikliklerden ve bunun duygusal sıkıntıya katkıda bulunmasından bahsetmektedir (Paul ve ark., 2018:23). Nörogörüntüleme çalışmaları, OKB'li kişilerin özellikle öz-referans süreçleriyle ilgili olarak varsayılan mod ağlarını (default mode network) devre dışı bırakmakta zorlandıklarını göstermiştir. Bu zorluk, duygusal olarak çağrışım yapıcı uyaranlara maruz kaldıklarında bile devam etmekte olup, bu da duygusal işleme zorlukları ile OKB arasındaki bağlantıya dair ek kanıtlar olduğunu göstermiştir (Gonçalves ve ark., 2017:44). Bu çalışma sonucu elde edilen veriler; aleksitiminin ve alt boyutlarından negatif duyguları tanıma zorluğunun aracılık rolüne sahip olması alan yazındaki bu tespiti kuvvetlendirmektedir. Bu noktada beynin motivasyonel

sistemlerinin bu sürece etkisini anlamamanın öneminin altının tekrar çizmek faydalı olacaktır. Hangi pekiştireç duyarlılık sistemlerinin bu süreçlerde aktif rol oynadığına dair veri sağlaması adına bu tez çalışması alan yazına katkı sağlamıştır. Nitekim çalışma sonucu olarak DİS, Kaç, Don sistemlerini aşırı aktive eden, Zarar verme endişesi ve Kabul edilemez düşünce alt boyutuna sahip OKB'li bireylerde negatif duygu tanıma zorluğunun aracılık rolü üstlenerek OKB'nin daha fazla görülmesine destek olduğu bulgulanmıştır. Olumsuz duyguların tanınması ve işlenmesindeki bu zorluklar, OKB popülasyonundaki anksiyete semptomlarını şiddetlendirebilir.

Yapılan çalışma sonucu olarak aleksitiminin ve alt boyutlarından negatif duygu tanımanın hangi yönde etki ettiğini bilmek alinyazınla birlikte terapi çalışmalarında bu yönde yapılacak müdahalelerle bireylerin psikolojik iyi oluşuna katkı sağlanabilir. Keza literatürdeki önceki çalışmalarda olumsuz duyguları tanımlama ve anlamadaki güçlük, psikolojik iyi oluşun bozulması, duygusal düzensizlik ve hatta psikolojik semptomatolojinin gelişimi gibi çeşitli sorunlarla ilişkilendirilmiştir (Goldsmith ve ark., 2013:98; Hope ve Chapman, 2019:54; Akcan, 2023:29). Örneğin, yüksek düzeyde ilişki merkezli obsesif-kompulsif semptomları olan bireyler genellikle duygu düzenlemede zorluklar yaşamakta ve bu da daha sonra psikolojik iyi oluşun azalmasına neden olmaktadır (Hope ve Chapman, 2019:66).

Araştırmalar, duygusal öz farkındalığın psikolojik esenlik için temel olduğunu, daha uyumlu duygusal düzenlemeyi ve strese karşı dayanıklılığı öngördüğünü göstermektedir (Huggins ve ark., 2021:32). Etkili duygu düzenleme, strese verilen fizyolojik tepkilerle ilgili ipuçlarını doğru bir şekilde tespit etmeyi ve değerlendirmeyi ve duygusal tepkileri etkilemek için uygun düzenleme stratejilerini kullanmayı içerir (Price ve Hooven, 2018:76). Olumsuz duyguların engellenmesi veya inkâr edilmesi somatik semptomlara yol açabilir; bu da olumsuz duyguların deneyimlenmesi ve etiketlenmesinin somatik semptomları azaltabileceğini ve olumsuz etkinin bilinçli olarak tanınmasını artırabileceğini düşündürmektedir (Carty ve ark., 2018:33). Sonuç olarak, olumsuz duyguları fark edememenin psikolojik esenlik üzerinde geniş kapsamlı sonuçları olabilir. Duygusal işlemeyi, dayanıklılığı ve etkili duygu düzenlemeyi engelleyebilir, sonuçta psikolojik sıkıntının artmasına ve potansiyel ruh sağlığı sorunlarına yol açabilir. Bu yüzden bu alanlara dair klinik müdahalelerin hangi yönde ve hangi adımları içermesi gerektiğine dair içgörü oluşturacak çalışmaların yapılması alan yazın oldukça kıymetli olabilir.

Duygu düzenleme becerilerini geliştiren ve psikolojik esenliği destekleyen müdahaleler yoluyla bu zorlukları ele almak, zayıf duygu tanımının ruh sağlığı ve genel işlevsellik üzerindeki olumsuz etkilerini hafifletmek için çok önemlidir. Bu fikri destekleyen çalışmalar, duygu düzenleme eksiklikleri üzerine çalışılan müdahalelerin OKB'li bireyler için umut verici tedavi yaklaşımları olabileceğini öne sürmüştür (Eichholz ve ark., 2020:34). Araştırmalar, aleksitimik bireylerin özellikle üzüntü gibi negatif değerlikli duyguları tanımakta zorlanabildiğini ve bu durumun duygusal ifadelerini ve iletişimlerini etkilediğini göstermiştir (Dupont-Leclerc ve Lecours, 2018:67). Negatif duygularının tanıma üzerine geliştirilen müdahalelerde OKB'li bireylerin daha fazla farkındalık kazanarak psikoterapiden tam verim almaları sağlanabilir. Keza duygusal farkındalık, psikoterapinin temel bir bileşeni olan duyguların etkili bir şekilde işlenmesi için çok önemlidir (Virtue ve ark., 2018:45). Ayrıca araştırmalar, duygu düzenlemesine odaklanan müdahalelerin kendine zarar verme davranışları ve duygusal düzensizlikle mücadele eden bireyler için oldukça faydalı olabileceğini göstermiştir (Gratz ve Tull, 2011:37). Bununla birlikte aleksitimi, duygusal refah ve ruh sağlığı üzerinde daha geniş etkilere işaret eden zayıf özellikli duygusal zekâ ve stres faktörlerini yönetmedeki zorluklarla ilişkilendirilmiştir (Farina ve ark., 2021: 74). Bireylerin yüksek düzeyde kendine yönelik davranışlar ve duygu düzensizliği yaşayabildiği OKB bağlamında, terapide bu faktörleri ele almak önemlidir (Monell ve ark., 2020: 29). Terapistler, hangi OKB alt boyutunda hangi pekiştireç duyarlılık sistemi ve bu ilişkiye aracılık eden aleksitimi ve alt boyutuna dair çalışmalar sağlayarak duyguları tanıma ve kendine yönelik davranışları hedef alarak, OKB'li bireylerin semptomlarını daha iyi yönetmelerine ve genel refahlarını iyileştirmelerine yardımcı olabilirler.

Sonuç olarak, OKB ve aleksitimi, OKB ve pekiştireç duyarlılık sistemleri arasındaki ilişkiyel bağların elde edilen verilerine göre şekillenen tedavi amaçlı çalışılmalar yukarıda daha önce belirtildiği üzere araştırmaların çokça bulguladığı patolojik oluşumları önlemek ve müdahale etmek için çokça önem olacaktır kanaatindeyiz. OKB'li danışanlarda kendi kendine olumsuz duyguları fark etme zorluğunu terapi yoluyla ele almak, duygusal farkındalığı geliştirme, duygu düzenleme becerilerini geliştirme, uyumsuz davranışları azaltma ve öz şefkati teşvik etme açısından önemli faydalar sağlayabilir. Terapistler, duygu düzensizliği, özeleştirme ve olumsuz benlik algılarını hedef alan kanıta dayalı müdahaleleri kullanarak OKB'li bireyleri

semptomlarını yönetme ve daha iyi ruh sağlığı sonuçları elde etme konusunda destekleyebilirler.

Genel olarak, tüm bu aracılık analizi bulguları OKB alt tipleri, duygu düzenleme süreçleri ve algılanan tehditlere verilen davranışsal tepkiler arasındaki karmaşık etkileşimi vurgulamaktadır. OKB semptomlarının ve bunlarla ilişkili davranışların altında yatan mekanizmaların anlaşılmasında aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemleri gibi bireysel farklılıkların dikkate alınmasının öneminin altını çizilmektedir.



## SONUÇ

Bu kısımda araştırmanın sonuçları bütünsel bir çerçevede değerlendirilecek ve tezin kısıtlılıkları belirtildikten son olarak öneriler belirtilecektir. Yapılan araştırmada çatı hipotez, 'OKB alt boyutları, pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitimi alt boyutları arasında ilişki var' olarak belirlenmiştir. Araştırma da bulunan veriler bu perspektif doğrultusunda ele alınmıştır. Çalışmanın diğer amaçları ise pekiştireç duyarlılık sistemlerinin ve aleksitimi alt boyutlarının OKB alt boyutlarını hangi düzeyde yordadığının belirlenmesi ve aleksitiminin pekiştireç duyarlılık sistemlerinin OKB alt boyutlarıyla olan ilişkisinde aracı role sahip olup olmadığının bulunması amacıyla analizler yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre aleksitimi alt boyutları ile tüm OKB alt boyutları ve Dövüş ile DAS hariç tüm pekiştireç duyarlılık sistemleri arasında korelasyon olduğu saptanmıştır. Aleksitiminin Genel dışa vuruk boyutu hariç tüm alt boyutları olan; Aleksitimi toplam, Genel duygu tanıma zorluğu, Genel duygu ifade zorluğu, Duygu değerlendirme zorluğu, Negatif duygu tanıma zorluğu, Negatif duygu ifade, Negatif duygu değerlendirme, Pozitif duygu tanıma, Pozitif duygu ifade ve Pozitif duygu değerlendirme zorluğu tüm OKB alt boyutları olan Kirlenme, Zarar Verme Endişe, Kabul Edilemez Düşünce, Simetri ve pekiştireç duyarlılık alt boyutlarından DİS, Kaç, Don arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır.

Aleksitiminin Genel dışa vuruk alt boyutuyla ise Kirlenme hariç OKB'nin tüm alt boyutları, pekiştireç duyarlılık sistemlerinden ise Dis, Kaç, Don ile arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Das ve Dövüş alt boyutlarının aleksitiminin herhangi bir alt boyutu ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkileri bulunamamıştır. Alanyazında bulunan çalışmaların yukarıdaki bölümlerde de belirtildiği üzere bu sonuçları desteklediği görülmektedir.

Yapılan çalışmada değişkenlerinin belirli alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre farklılaşma olduğu görülmüştür. Yapılan analizin sonuçlarına göre kadınların OKB alt boyutlarından Zarar verme endişesi alt boyutunun, PDS alt boyutlarından DİS, Kaç ve Don ortalama puanlarının ve aleksitimi alt boyutlarından Genel duygu tanıma, Genel duygu ifade, Duyguları değerlendirme toplam, Negatif duyguları tanıma, Negatif duyguları ifade ve Negatif duyguları değerlendirme zorluklarının ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlara göre kadınlarda zarar vermeye dair obsesyonlar,

tehdit eden ve kaygı uyandıran durumlarda davranış inhibisyonlar, kaçma kaçınma hareketleri ve tehdit altında hissetme durumlarında hareketsiz kalma eğilimleri ve ayrıca negatif duygularını tanıma, ifade değerlendirme ile genel duygu tanıma, ifade etme ve değerlendirme noktasındaki zorluklara erkeklere oranla kadınlarda daha rastlandığı ve cinsiyet değişkeninin bazı belli psikolojik durum ve bozukluklarda risk etmeni olarak göz önünde bulundurulabileceği görülmüştür.

Yaş grupları düzeyi değişkenine göre değişkenlerde farklılaşmanın sadece bir OKB alt boyutunda olduğu bulunmuştur. Analiz sonuçlarına göre 18-25 yaş ve 26-40 yaş grubundakilerin Kabul edilemez düşünce ortalama puanının 41 yaş ve üstü grubundaki ortalama puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Buna göre erken yetişkinlik döneminde cinsel, dini, şiddet içerikli kabul edilemez düşünce obsesyonlarının 41 yaş üstü kişilere oranla daha belirgin bir şekilde görüldüğü ve bu yaş aralığında bu psikolojik bozukluğun ortaya çıkma oranının 41 yaş üstüne oranla daha yüksek seviyeye sahip olduğu söylenebilir.

Yordayıcı özellikleri açısından analiz sonuçlarına bakıldığında belirli OKB alt boyutlarının belirli aleksitimi alt boyutları ve belirli pekiştireç duyarlılık sistemleri tarafından yordandığı görülmüştür. Önceki literatür çalışmalarındaki sonuçların benzer olduğu araştırmalar olduğu gibi benzer olmayan sonuçların yer aldığı araştırmalar da bulunmaktadır. Bu oluşan durumun sebebi olarak, araştırmadaki örneklem grubunun kadın cinsiyeti ağırlıklı olması, alan yazındaki çalışmalarda örneklemden farklı özelliklere sahip olması veya araştırmalardaki modellerde ele alınan değişkenlerin aynı olmamasından dolayı olduğu kanısındayız. Sonuçların benzer olmadığı araştırmalar ele alındığında, bu araştırmalarda da bu tezin temel hipotezi destekleyen sonuçlara ulaşıldığı ve yordayıcı değişkenlerin ana bir başlık altında olduğu ve etki sırasının farklılık gösterdiği görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmalardan elde edilen sonuçların temel kurama dair hali hazırda olan bilgilerle uyumlu olduğu gözlemlenmektedir. Bu sonuçlara göre OKB alt boyutları ve pekiştireç duyarlılık sistemleri ile aleksitimi alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve OKB'nin pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitimi alt boyutları tarafından yordandığı hipotezleri doğrulanmıştır. Yapılan bu çalışmada OKB alt boyutlarının belirli pekiştireç duyarlılık sistemleri ve aleksitimi alt boyutları tarafından pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Kirlenme alt boyutunu Don ve Dövüş, Zarara verme endişesini DİS ve Negatif duyguları tanımlama, Kabul edilemez düşünceleri DİS ve

Negatif duyguları ifade zorluğu, Simetri'yi ise DİS ve Pozitif duyguları tanımlama zorluğunun pozitif yönden yordadığı yapılan analiz sonuçlarına göre bulunmuştur.

Kirlenmeyi yordayan Don ve Dövüş sistemlerinin oluşturduğu ilişki için şunlar denilebilir; Don ve Dövüş sistemleri tepkileri, bir kişinin çevresini sürekli olarak izlemesine ve tehlikeleri algılamasına neden olabilir. Bu durumda, kişi çevresindeki kirlenme kaynaklarını daha fazla fark edebilir ve kirlilik korkusu geliştirebilir. Düşük kirlilik toleransına sahip olan bireyler, çevresindeki kirlenme kaynaklarını kontrol etme ve temizleme ihtiyacı hissedebilirler. Dövüş sistemi, kontrol kaybı hissine karşı mücadele etmeye yönelik adımlar şeklinde olabilir ve bu da kirlenme obsesyonlarını artırabilir. Bu sistemler, kişinin zihinsel ve fiziksel olarak dikkatini başka bir şeye odaklamasını sağlayabilir. OKB'de tipik olarak düşüncelerin yoğunluğu ve takıntılı davranışlarla mücadele etmek zor olabilir. Don ve Dövüş tepkileri, bu takıntılı düşüncelerden ve davranışlardan geçici olarak uzaklaşmayı sağlayarak, kişinin maruziyetten kaçması nedeniyle obsesyonların artması söz konusu olabilir.

OKB'nin kişinin kontrol ihtiyacı ve güvenlik endişeleriyle karakterize olmuş özellikler göz önünde tutulduğunda Zarar verme endişesi, Kontrol edilemez düşünceler ve Simetri alt boyutlarının yorduyacı olarak DİS'in yordayıcı değişken olması sahip olmasının nedenleri için şunlar söylenebilir; DİS sistemine yüksek düzeyde sahip bireyler, genellikle endişeli ve kontrol odaklı olurlar. Algılanan tehdidi olduğundan daha fazla büyük olarak algılama özelliklerine sahip olabilirler. Ayrıca bu sistem kişinin korktuğu şeyin gerçekliğini sorgulamak yerine tehdit unsurunun istediklerini yerine getirerek davranışsal olarak kaçınmaya neden olacağından ötürü obsesyon maruziyetini engelleyerek ve OKB'deki obsesyon kompulsiyon döngüsüne zemin hazırlayarak o döngüyü devam ettirebilir. Bununla birlikte Zarar verme ve Kabul edilemez düşünce alt boyutlarındaki negatif duyguları tanımlamakta ve ifade etmekte zorlanma, oluşan aşırı tehdit algısının besleyicisi olarak DİS'in kişide, negatif duygular konusunda zorlanmasına, oluşan döngüyü durdurmasının gerekliliğini duygular üzerinden anlamasını zorlaştırabilir ve kişi çevresindeki kontrolünü arttırmaya çalışabilir. Zarar verme ve kabul edilemez düşünce obsesyonları ve kompulsiyonları, bu kontrol ihtiyacını tatmin etmeye yönelik bir yanıt olabilir. Buna ek olarak Simetri alt boyutunun DİS ile Pozitif duyguları tanıma zorluğu tarafından yordanmasının nedeni olarak bireylerin tekrarlayan düşünce ve davranışlarında belirgin bir düzen ve mükemmeliyetçilik arayışı yer alması olabilir. Simetri, bireylerin

belirli bir düzene veya simetriye ulaşma isteğiyle karakterizedir ve bu istek, pozitif duyguları tanıma zorluğu ile birleştiğinde kaygıyı artırabilir. Ayrıca, bu düzen arayışı, bireylerin çevrelerindeki karmaşıklığı ve belirsizliği tolere etme yeteneklerinin düşük olduğu bilinmektedir. Bunun da sebebi olarak, yüksek düzey davranışsal inhibisyon sistemi kaygı belirtilerinin artmasına katkı sağlayarak pozitif duyguları tanıma ve değerlendirme süreci genellikle ihmal edilir çünkü dikkatleri sürekli olarak düzen ve simetri arayışında yoğunlaşmıştır.

Aracılık analizleri sonuçlarının genel olarak değerlendirdiğimizde ise tüm OKB alt boyutlarının Kaç sistemi ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracılık rolü bulunmuştur. Bulgu literatürde yer alan; kaçınma davranışlarının OKB ve aleksitimi ile pozitif ilişkisi olduğunu belirten çalışmalarla tutarlıdır. Bilindiği üzere tehdit olarak algılanan durumlardan kaçma ve kaçınma kişinin OKB döngülerini, maruziyeti engellediği ve farklı duygu durumları değerlendirmeyi engelleyecek anksiyetik yapılar ortaya çıkarması nedeniyle tetikleyebileceğini ve devam ettireceğini göstermektedir. Araştırmanın sonuçları bunu görüşü desteklemektedir.

Bununla birlikte Don sistemi Kirlenme hariç tüm OKB alt boyutlarıyla ilişkisinde aleksitiminin aracılık rolü bulunmuş. Bu da Don eğilimi yüksek olan bireylerin daha fazla kaygı ve kaçınma davranışı sergileyerek, bireylerin daha aleksitimik özelliklere sahip olabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgular, OKB ve donma tepkileri arasındaki ilişkinin yanı sıra aleksitiminin duygu işleme eksikliklerindeki rolüne ilişkin literatürle de tutarlıdır.

PDS'lerden Dis ise OKB alt boyutlarından Kabul edilemez düşünce ve Simetri ile olan ilişkilerinde aleksitiminin aracılık rolü bulunmuştur. Bu durum, daha yüksek aleksitimi düzeyine sahip bireylerin Simetri ile ilgili takıntılar ve DİS'in aktivasyonu arasında daha güçlü bir ilişki yaşayabileceğini düşündürmektedir. DİS'in cezaya duyarlılık, belirsizlik ve kaçınma davranışlarıyla ilişkili olduğu bilinmektedir. Kaçınma, cezaya karşı hassasiyet duyguları bastırmaya neden olacaktır. Bu da kişinin obsesif düşünce ve kaygıyı sorgulayıp kognitif becerilerinden olan duyguları tanıma, ifade, değerlendirmeyi engelleyerek OKB'yi arttırıcı ve sürdürücü etken olacaktır.

Son olarak DAS sisteminin sadece OKB'nin Simetri alt boyutuyla ilişkisinde aleksitiminin aracı rolü bulunmuştur. Bu da aleksitiminin, duygusal farkındalık eksikliği olarak, obsesif-kompulsif belirtilerin ortaya çıkmasında etkili olabileceğine işaret etmektedir. Aleksitiminin varlığı, bireylerin Simetri ile ilgili takıntılarla ilişkili

sıkıntı veya duygusal düzensizlikle başa çıkmak için olumlu pekiştireç veya ödüller aramasına yol açmasından kaynaklanmaktadır. Daha önce bu konuya değinmiş çalışmalar bulunmaktadır.

Aleksitimi alt boyutlarına dair yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre ise Negatif Duyguları Tanıma Zorluğu alt boyutunun OKB alt boyutlarından Zarar verme endişesinin pekiştireç duyarlılık sistemlerinden DİS, Kaç, Don ile olan ayrı ayrı ilişkilerinde, Kabul edilemez düşünceler OKB alt boyutunda ise Kaç pekiştireç duyarlılık sistemi ile olan ilişkisinde aracılık rolüne sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürdeki çalışmalardan farklı olarak aleksitimi alt boyutlarını incelemenin, OKB belirtilerine sahip hastalarda uygulanacak terapiye yön vermede yardımcı olabileceği kanısındayız. Sadece aleksitimi toplam puanı incelendiğinde hastalarda hangi OKB alt boyutunda hangi yönde aleksitimik özelliklere çalışmak gerekliliği maalesef net olarak belirlenemeyecektir. Bilindiği üzere OKB hastalarının %30 ila %40 arasında değişen önemli bir yüzdesi aleksitimi sergilemektedir (Benatti ve ark., 2020). Bu yüzdelik dilim OKB'li bireylerin oluşturduğu popülasyonda oldukça fazla bir kesimdir. Bu komorbiditenin, artan OKB şiddeti ve bozukluğa ilişkin daha düşük içgörü ile ilişkilendirilmiş (Benatti ve ark., 2020) olduğu da göz önünde bulundurulursa, klinisyenlerin hangi OKB alt boyutunda hangi aleksitimi alt boyutunun aracılık yaptığını bilmeleri oldukça yüksek sayıdaki hasta popülasyonunda klinik müdahalelerde daha fazla verim almaları noktasında yardımcı olabilir. Yapılan analizler sonucunda DİS, Kaç, Don sistemlerini fazla kullanan OKB'li hastalarda sergilenen aleksitimik özelliklerin Negatif Duyguları Tanıma Zorluğu üzerinden gerçekleştiği bilgisi oldukça önemlidir. Hastalarda uygulanacak tedavi planını bu yönde atılacak adımlar üzerinden şekillendirmek zaman, maddiyat ve ruh sağlığı açısından hasta ve klinisyenler için oldukça faydalı olabilir.

Yapılan çalışmada yetişkinlerdeki OKB belirti ve alt tiplerinin aleksitimi ve alt boyutları ve pekiştireç duyarlılık sistemleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi hedeflenmiştir. Alanyazında bulunan çalışmalarda genellikle bu üç değişkenin ana başlıklar altında incelendiği ve sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Yapılan bu çalışmada bu üç değişkenin alt boyutları ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın literatürdeki mühim bir boşluğu doldurabileceğini söyleyebiliriz. Literatürdeki çalışmalardan farklı olarak aleksitimi alt boyutlarını incelemenin, OKB belirtilerine sahip hastalarda uygulanacak terapiye yön vermede yardımcı olabileceği

kanısında. Sadece aleksitimi toplam puanı incelendiğinde hastalarda hangi OKB alt boyutunda hangi yönde aleksitimik özelliklere çalışmak gerekliliği maalesef net olarak belirlenemeyecektir. Bilindiği üzere OKB hastalarının %30 ila %40 arasında değişen önemli bir yüzdesi aleksitimi sergilemektedir (Benatti ve ark., 2020:89). Bu yüzdelik dilim OKB'li bireylerin oluşturduğu popülasyonda oldukça fazla bir kesimdir. Bu komorbiditenin, artan OKB şiddeti ve bozukluğa ilişkin daha düşük içgörü ile ilişkilendirilmiş (Benatti ve ark., 2020:80) olduğu da göz önünde bulundurulursa, klinisyenlerin hangi OKB alt boyutunda hangi aleksitimi alt boyutunun aracılık yaptığını bilmeleri oldukça yüksek sayıdaki hasta popülasyonunda klinik müdahalelerde daha fazla verim almaları noktasında yardımcı olabilir. Yapılan analizler sonucunda DİS, Kaç, Don sistemlerini fazla kullanan OKB'li hastalarda sergilenen aleksitmik özelliklerin Negatif Duyguları Tanıma Zorluğu üzerinden gerçekleştiği bilgisi oldukça önemlidir. Hastalarda uygulanacak tedavi planını bu yönde atılacak adımlar üzerinden şekillendirmek zaman, maddiyat ve ruh sağlığı açısından hasta ve klinisyenler için oldukça faydalı olabilir.

Ayrıca alan yazındaki diğer başlıca çalışmalar OKB hastaları arasında aleksitimi ve intihar düşüncesi arasındaki ilişkiyi araştırmış ve bu popülasyondaki intihar riskini anlamada aleksitimi değerlendirmenin önemini vurgulamış olduğu (Berardis ve ark., 2009:72). Bununla birlikte aleksitiminin OKB semptom boyutlarına katkıda bulunduğunu göstererek OKB'nin değerlendirilmesi ve tedavisinde aleksitiminin dikkate alınmasının önemini vurgulamıştır (Pozza ve ark., 2015: 28). İntihar, kendine zarar verme ve OKB patolojik süreçlerin önemi dikkate alındığında, bu yapının anlaşılmasına dair yapılmış olan bu tez çalışmasında elde edilen verilerin klinik müdahaleler için oldukça kıymetli olabilir.

Araştırmaya, Türkiye popülasyonundaki yetişkin bireyler dahil edilmiştir. Veriler online bir form üzerinden katılımcılara ulaştırılmış, ölçek maddelerini doldurmaları sağlanmıştır. Bununla birlikte katılımcıların çoğunluğunun kadınlardan oluşması çalışmanın kısıtlılıklarından biri olarak belirtilebilir. Bu doğrultuda araştırmanın cinsiyet dağılımının eşit olduğu bir örneklem üzerinden yapılması daha kesin sonuçlar için önerilebilir.

Ayrıca bu tezde yer alan sınırlılıklardan biri ölçümler için kullanılan ölçeklerdeki verilerin katılımcıların kişisel görüşlerine dayalı olmasıdır. Bireylerin sosyal kabul görme isteği kapsamında bazı cevapları yanlış vermiş olma ihtimalleri bulunabilir.

Araştırmanın bir başka sınırlılığı, klinik örneklemin araştırmaya dâhil edilmemesi olduğu belirtilebilir. Klinik örneklemin araştırmanın örneklem havuzuna dahil edilememesi, sonuçların psikolojik bozukluk tanısı almış bireylerde genellenmesi hususunda sınırlılık göstermektedir. OKB'ye sahip klinik örneklemin sahip oldukları pekiştireç duyarlılık sistemleri ile olan ilişkisinde aleksitiminin aracı rolünün incelenmesini sağlamak alan yazına katkı sağlayacaktır.

Araştırmada bulunan sınırlılıklarla beraber, bu çalışma ile OKB alt boyutlarının birçok psikolojik bozukluklarda transdiagnostik bir şekilde bulunan aleksitimi ve pekiştireç duyarlılık sistemleri ile olan bağlantılı nedenleri açıklanmaya çalışılmış ve daha etkili tedavi protokollerinin geliştirilmesine yönelik önemli bilgiler sunulmuştur.



## KAYNAKÇA

- Abramovitch, A., Abramowitz, J. S., & Mittelman, A. (2013). The neuropsychology of adult obsessive-compulsive disorder: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33 (8), 1163–1171.
- Abramowitz, J. S., Deacon, B. J., & Whiteside, S. P. (2009). *Exposure therapy for anxiety: Principles and practice*. Guilford Press. 85-96
- Abramowitz, J. S., Deacon, B. J., & Olatunji, B. O. (2012). The psychology of compulsive hoarding. *Clinical Psychology Review*, 32 (5), 344–355.
- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58 (1), 5–14.
- Aghajani, M., Izadi, M., Farrokhi, N., & Hassani, F. (2021). Investigation of relationships between sensitivity to reinforcement traits and emotion dysregulation. *Practice in Clinical Psychology*, 9 (4), 293-302. <https://doi.org/10.32598/jpcp.9.4.771.2>
- Alves-Pinto, A., Rus, O., Reeb, T., Wohlschläger, A., Wagner, G., Berberich, G., ... & Koch, K. (2019). Altered reward-related effective connectivity in obsessive-compulsive disorder: An fMRI study. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 44 (6), 395-406. <https://doi.org/10.1503/jpn.180195>
- American Psychiatric Association. (2013). *Mental Disorders Diagnostic and Statistical Manual (DSM-V)*. (E. Köroğlu, Trans.). Hekimler Yayın Birliği: Ankara.: 103-130
- Aydın, Ç. P. ve Öyçekin, G. D. (2013). Obsesif kompulsif bozukluk'ta bilişsel işlevler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 1-9. doi: 10.5080/u7172
- Bagheri, M., Mahani, K., & Amrollahi, M. (2021). The mediating role of alexithymia in the relationship of coping strategies and personality traits with obsessive-compulsive disorder. *Quarterly of Horizon of Medical Sciences*, 27 (1), 62-81. <https://doi.org/10.32598/hms.27.1.3355.1>

- Bankier, B., Aigner, M. ve Bach M. (2001). Alexithymia in DSMIV disorder: comparativ evaluation of somatoform disorder, panic disorder, obsessive-compulsive disorder, anddepression. *Psychosomatics*, 42, 235-400.
- Barrett, L. F., Mesquita, B., Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2007). The experience of emotion. *Annual Review of Psychology*, 58, 373–403.
- Barbosa, F., Mota, C., Alves, M., Alcántara, C., Rossiñol, B., Patrício, P., ... & Ferreira, C. (2009). Alexithymia in systemic lupus erythematosus patients. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1173 (1), 227-234. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04640.x>
- Barrós-Loscertales, A., Ventura-Campos, N., Sanjuán-Tomás, A., Belloch, V., Parcet, M., & Ávila, C. (2010). Behavioral activation system modulation on brain activation during appetitive and aversive stimulus processing. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5 (1), 18-28. <https://doi.org/10.1093/scan/nsq012>
- Berardis, D., Campanella, D., Gambi, F., Sepede, G., Salini, G., Carano, A., ... & Ferro, F. (2005). Insight and alexithymia in adult outpatients with obsessive–compulsive disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 255 (5), 350-358. <https://doi.org/10.1007/s00406-005-0573-y>
- Berardis, D., Serroni, N., Campanella, D., Rapini, G., Olivieri, L., Feliziani, B., ... & Giannantonio, M. (2015). Alexithymia, responsibility attitudes and suicide ideation among outpatients with obsessive-compulsive disorder: An exploratory study. *Comprehensive Psychiatry*, 58, 82-87.
- Berent, D. (2013). Alexithymia and OCD: Compulsions, obsessions, and pathology of self. *Psychiatry Research*, 205 (1–2), 103–107.
- Besiroglu, L., Cilli, A. S. ve Askin, R. (2004). The predictors of health care seeking behavior in obsessive-compulsive disorder. *Compr Psychiatry*, 45, 99–108
- Bilge, Y., & Sertel Berk, H. Ö. (2018). Gray’s reinforcement sensitivity theory and psychopathology. *Güncel Psikoloji Araştırmaları*.

- Carpita, B. (2024). Autistic traits and somatic symptom disorders: What is the link?. *Brain Sciences, 14* (3), 274. <https://doi.org/10.3390/brainsci14030274>
- Chaplin, T. M., & Aldao, A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 139* (4), 735–765.
- Cisler, J. M., Brady, R. E., Olatunji, B. O., & Lohr, J. M. (2010). Disgust and obsessive beliefs in contamination-related OCD. *Cognitive Therapy and Research, 34* (5), 439–448.
- Conner, B. T., Rahm-Knigge, R. L. ve Jenkins, A. L. (2018). Revision and clarification of the sensitivity to punishment sensitivity to reward questionnaire. *Pers Individ Dif., 121*, 31–40.
- Corcos, M., Guilbaud, O., Speranza, M., Paterniti, S., Loas, G., Stephan, P., ve ark. (2000). Alexithymia and depression in eating disorders. *Psychiatry Res, 93*(3), 263-266.
- Craske, M. G., Kircanski, K., Zelikowsky, M., Mystkowski, J., Chowdhury, N., & Baker, A. (2008). Optimizing inhibitory learning during exposure therapy. *Behaviour Research and Therapy, 46* (1), 5–27.
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: Self-construals and gender. *Psychological Bulletin, 122* (1), 5–37.
- De Berardis, D., Campanella, D., Gambi, F., Sepede, G., Salini, G., Carno, A., ve ark. (2005). Insight and alexithymia in adult outpatients with obsessive-compulsive disorder. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci, 255*, 350-358.
- De Castella, K., Platow, M. J., & Tamir, M. (2019). Happiness in top-down and bottom-up careers: The role of agency and communion in shaping alexithymia and subjective well-being. *European Journal of Personality, 33* (4), 457–479.
- Dinç, P., Oktay, S., & Batigün, A. (2021). Mediation role of alexithymia, sensory processing sensitivity and emotional-mental processes between childhood trauma and adult psychopathology: A self-report study. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-605863/v1>

- Dockree, S. (2024). Dissociating the impact of alexithymia and impaired self-awareness on emotional distress and aggression after traumatic brain injury. *Neuropsychology*, 38 (2), 134-145. <https://doi.org/10.1037/neu0000926>
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*, 2, 458–476. Sage Publications Ltd.
- Elisabetta Burchi, Eric Hollander, Stefano Pallanti. (2018). From treatment response to recovery: A realistic goal in OCD. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 21(11), 1007–1013. <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyy079>
- Elmas, H. G., Cesur, G. ve Oral, E. T. (2017). Alexithymia and pathological gambling: the mediating role of difficulties in emotion regulation. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(1), 17-24.
- Franken, I. H. ve Muris, P. (2005). Individual differences in reward sensitivity are related to food craving and relative body weight in healthy women. *Appetite*, 45(2), 198–201.
- Fullana, M. A., Mataix-Cols, D., Caseras, X., Alonso, P., Manuel Menchón, J., Vallejo, J., ve ark. (2004). High sensitivity to punishment and low impulsivity in obsessive-compulsive patients with hoarding symptoms. *Psychiatry Res*, 129(1), 21–7.
- Grabe, H. J., Frommer, J., Ankerhold, A., Ulrich, C., Groger, R., Franke, G. H., ... & Spitzer, C. (2008). Alexithymia and outcome in psychotherapy. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 77(3), 189-194.
- Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Grabe, H., Rainermann, S., Spitzer, C., Gänssicke, M., & Freyberger, H. (2000). The relationship between dimensions of alexithymia and dissociation. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69 (3), 128-131. <https://doi.org/10.1159/000012380>

- Grassi, G., Pallanti, S., Righi, L., Figeo, M., Mantione, M., Denys, D., ... & Stratta, P. (2015). Think twice: Impulsivity and decision making in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Behavioral Addictions, 4* (4), 263-272. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.039>
- Gu, L., Yang, R., Zhang, Q., Zhang, P., & Bai, X. (2020). Reinforcement-sensitive personality traits associated with passion in heterosexual intimate relationships: An fNIRS investigation. *Frontiers in Behavioral Neuroscience, 14* . <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2020.00126>
- Hadjas, L., Lüscher, C., & Simmler, L. (2019). Aberrant habit formation in the sapap3-knockout mouse model of obsessive-compulsive disorder. *Scientific Reports, 9* (1). <https://doi.org/10.1038/s41598-019-48637-9>
- Harrison, B., Pujol, J., Soriano-Mas, C., Hernández-Ribas, R., López-Solà, M., Ortiz, H., ... & Cardoner, N. (2012). Neural correlates of moral sensitivity in obsessive-compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry, 69* (7). <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2011.2165>
- Hemming, L., Haddock, G., Shaw, J., & Pratt, D. (2019). Alexithymia and its associations with depression, suicidality, and aggression: An overview of the literature. *Frontiers in Psychiatry, 10* . <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00203>
- Hess, U., Adams, R. B., Jr., & Kleck, R. E. (2000). The role of gender and emotion in social judgments. *Journal of Social Psychology, 140* (3), 309–333.
- Hillus, J., Moseley, R., Röepke, S., & Mohr, B. (2019). Action semantic deficits and impaired motor skills in autistic adults without intellectual impairment. *Frontiers in Human Neuroscience, 13* . <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00256>
- Honkalampi, K., Hintikka, J., Tanskanen, A., Lehtonen, J. ve Viinamaki, H. (2000). Depression is strongly associated with alexithymia in the general population. *J Psychosom Res, 48*, 99-104.

- Himle, J. A., Van Etten, M. L., Janeck, A. S., Fischer, D. J., & Muroff, J. R. (2006). Preliminary investigation of obsessive–compulsive disorder in African American and White American youth. *Depression and Anxiety, 23* (4), 204–213.
- Hogeveen, J., & Grafman, J. (2021). Alexithymia. In K. M. Heilman & S. E. Nadeau (Eds.), *Disorders of emotion in neurologic disease: 47–62*. Elsevier <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-822290-4.00004-9>
- Jung, W., Lee, T., Kim, M., Lee, J., Oh, S., Lho, S., ... & Kwon, J. (2021). Sex differences in the behavioral inhibition system and ventromedial prefrontal cortex connectivity. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, 17* (6), 571-578. <https://doi.org/10.1093/scan/nsab118>
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy, 44* (9), 1301–1320.
- Katz, B., Matanky, K., Aviram, G., & Yovel, I. (2020). Reinforcement sensitivity, depression and anxiety: A meta-analysis and meta-analytic structural equation model. *Clinical Psychology Review, 77* , 101842. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101842>
- Katz, B., & Yovel, I. (2022). Reinforcement sensitivity predicts affective psychopathology via emotion regulation: Cross-sectional, longitudinal and quasi-experimental evidence. *Journal of Affective Disorders, 301* , 117-129. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.017>
- Kim, S., Seo, J., Park, C., Boo, Y., Kim, H., Jeon, S., ... & Kim, S. (2022). Core clinical symptoms and suicidal ideation in patients with obsessive–compulsive disorder: A network analysis. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 77* (2), 110-117. <https://doi.org/10.1111/pcn.13503>

- Koh, M., Kang, J., Namkoong, K., Lee, S., & Kim, S. (2016). Association between the catechol-o-methyltransferase (COMT) val158met polymorphism and alexithymia in patients with obsessive-compulsive disorder. *Yonsei Medical Journal*, 57 (3), 721. <https://doi.org/10.3349/ymj.2016.57.3.721>
- Krupić, D., Banai, B., & Corr, P. (2018). Relations between the behavioral approach system (BAS) and self-reported life history traits. *Journal of Individual Differences*, 39 (2), 115-122. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000256>
- Kret, M. E., & De Gelder, B. (2012). A review on sex differences in processing emotional signals. *Neuropsychologia*, 50 (7), 1211–1221.
- Kring, A. M., & Gordon, A. H. (1998). Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (3), 686–703.
- Kumbhani, S. R., Roth, R. M., Kruck, C. L., Flashman, L. A., & McAllister, T. W. (2010). Nonclinical obsessive-compulsive symptoms and executive functions in schizophrenia. *The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 22 (3), 304–312.
- La Paglia, F., La Cascia, C., Rizzo, R., Cangialosi, F., Sanna, M., Riva, G., ve ark. (2014). Cognitive assessment of OCD patients: NeuroVR vs neuropsychological test. *Studies in Health Technology and Informatics*, 199, 40–44.
- Laurent, R. (2024). Intercalated amygdala dysfunction drives extinction deficits in the sapap3 mouse model of obsessive-compulsive disorder. <https://doi.org/10.1101/2024.02.12.578709>
- Lesser, I. M. (1981). A Review of the Alexithymia Concept. *Psychosomatic Medicine*, 43(6), 531-543.
- Li, S., & Zhang, B. (2021). The relationship between alexithymia and anxiety symptoms in patients with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 77 (1), 197–204.

- Li, S., Zou, H., Chen, D., Lv, W., Zhang, W., Tian, Y., and Zhang, B. (2015). Relationship between childhood trauma and alexithymia in patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 230 (3), 846–850.
- Lyvers, M., Kohlsdorf, S. M., and Edwards, M. S. (2009). Alexithymia and mood: Recognition of emotion in self and others. *American Journal of Psychology*, 122 (3), 449–459.
- Lyvers, M., & Thorberg, F. (2023). Alexithymia and alcohol use: Evaluating the role of interoceptive sensibility with the revised multidimensional assessment of interoceptive awareness. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 46 (2), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s10862-023-10015-y>
- Mataix-Cols, D., Fernández de la Cruz, L., Nordsetten, A. E., Lenhard, F., Isomura, K., and Simpson, H. B. (2016). Towards an international expert consensus for defining treatment response, remission, recovery and relapse in obsessive-compulsive disorder. *World Psychiatry*, 15 (1), 80–81.
- McNamara, J. P., Reid, A. M., Balkhi, A. M., Bussing, R., Storch, E. A., Murphy, T. K., ... and Geffken, G. R. (2014). Self-regulation and other executive functions relationship to pediatric OCD severity and treatment outcome. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36, 432–442.
- Meades, T., & Silva, K. (2013). Differentiating between emotional distress and alexithymia in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 2 (1), 99-106. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2012.11.005>
- Myers, C., Balsam, P., & Guarino, K. (2016). Estimating the behavioral inhibition system's sensitivity using reinforcement learning and hierarchical Bayesian parameter estimation. *Frontiers in Neuroscience*, 10 . <https://doi.org/10.3389/fnins.2016.00247>
- Nemiah, J. C. ve Sifneos, P. E. (1970). Psychosomatic illness: A problem in communication. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 18(1-6), 154 160. <https://doi.org/10.1159/000286074>

- NIHM. (2000). *A real illness: obsessive–compulsive disorder*. Bethesda: National Institute of Mental Health, National Institutes of Health, US Department of Health and Human Services (NIHM Publication No. 00-4676).
- Nikčević, A., & Spada, M. (2010). Metacognitions across the continuum of drinking behaviour. *Personality and Individual Differences*, *49* (4), 425-429. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.04.012>
- Pauls, D. L., Abramovitch, A., Rauch, S. L., and Geller, D. A. (2014). Obsessive-compulsive disorder: An integrative genetic and neurobiological perspective. *Nature Reviews Neuroscience*, *15* (6), 410–424.
- Pennebaker, J. W., and Roberts, T. A. (2013). Toward a his and hers theory of emotion: Gender differences in visceral perception. *Journal of Social Issues*, *69* (1), 181–198.
- Pietrefesa, A., & Coles, M. (2008). Moving beyond an exclusive focus on harm avoidance in obsessive-compulsive disorder: Considering the role of incompleteness. *Behavior Therapy*, *39* (3), 224-231. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2007.08.002>
- Pino, M., Tuffano, L., Ronzoni, P., & Clementi, M. (2022). The BAS and BIS theory: New perspectives on bipolar disorder. *Current Topics in Medicinal Chemistry*, *22* (21), 2025-2035. <https://doi.org/10.2174/156802662266622117115453>
- Pringle, A., Harmer, C. J., and Cooper, M. J. (2017). Investigating vulnerability to depression: An animal model approach. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *73*, 74–88.
- Purves, K., Coleman, J., Meier, S., Rayner, C., Davis, K., Cheesman, R., ... & Eley, T. (2019). A major role for common genetic variation in anxiety disorders. *Molecular Psychiatry*, *25* (2), 329-346. <https://doi.org/10.1038/s41380-019-0559-1>
- Rector, N., Richter, M., & Bagby, R. (2005). The role of the five-factor model of personality and the response styles theory in predicting episodes of major depression in the transition to adulthood. *Psychological Medicine*, *35* (8), 1109-1119. <https://doi.org/10.1017/s0033291705004411>

- Ree, M., & Craigie, M. (2007). Outcomes following treatment of comorbid obsessive-compulsive disorder and alcohol dependence with cognitive behavioural therapy. *Journal of Clinical Psychology, 63* (8), 785-793. <https://doi.org/10.1002/jclp.20390>
- Reid, R., Thorne, C., Ragsdale, K., & Berman, E. (2005). Personality factors, affect regulation, and treatment response in young adults undergoing residential substance use treatment: A preliminary analysis. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse, 31* (2), 247-257. <https://doi.org/10.1081/ada-200047890>
- 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*(1), 53–63. <https://doi.org/10.1038/mp.2008.94>
- Schwam, D. M., King, T. Z., and Greenberg, D. (2015). Characteristics of executive functioning in a small sample of children with Tourette syndrome. *Applied Neuropsychology: Child, 4* (4), 297–308.
- Schredl, M., & Goeritz, A. (2019). Dream recall, attitude toward dreams, and subjective well-being: A positive psychology perspective. *Imagination, Cognition and Personality, 39* (1), 58-70. <https://doi.org/10.1177/0276236619868305>
- Shields, S. A. (2002). *Speaking from the heart: Gender and the social meaning of emotion*. Cambridge University Press.
- Siev, J., Steketee, G., Fama, J. M., and Wilhelm, S. (2014). Cognitive and clinical characteristics of sexual and religious obsessions. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 28*(3), 215-226.
- Smillie, L. D., Pickering, A. D. ve Jackson, C. J. (2006). The new reinforcement sensitivity theory: implications for personality measurement. *Pers Soc Psychol Rev, 10*(4), 320–35.

- Smith, A. H., Wetterneck, C. T., and Hart, J. M. (2018). A review of obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *14*, 1337–1343.
- Smit, N., Garnefski, N., Spinhoven, P., & Panhuysen, M. (2004). Effects of life events, addition and family support, and cognitive emotion regulation strategies on depression and anxiety in adolescents. *Anxiety, Stress, and Coping*, *17* (1), 15-27. <https://doi.org/10.1080/10615800310001630476>
- Storch, E. A., Merlo, L. J., Bengtson, M., Murphy, T. K., Lewis, M. H., Yang, M. C., & Goodman, W. K. (2007). Symptom dimensions in OCD: Item-level factor analysis and heritability estimates. *Behavior Genetics*, *37*(2), 163-176.
- Struthers, C. W., Perry, R. P., and Menec, V. H. (2008). An examination of the relationship among academic stress, coping, motivation, and performance in college. *Research in Higher Education*, *49* (7), 1–18.
- Tallis, F., Pratt, P. ve Jamani, N. (1999). Obsessive compulsive disorder, checking, and non verbal memory: aneuropsychological investigation. *Behav Res Ther*, *37*, 161-6.
- Tamam, L. ve Demirkol, M. E. (2019). Obsesif Kompulsif Bozukluk ve İlişkili Bozukluklar. *Bütüncül Tıp: Birinci Basamakta ve Aile Hekimliğinde Güncel Tanı-Tedavi*, *1*, 1644 1646
- Tanzer, M., Schmidt, R., Abler, B., & Weisbrod, M. (2023). Externally guided sequence learning in unmedicated patients with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Psychiatric Research*, *159*, 57-63. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2023.03.030>
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., and Parker, J. D. (2016). The 20-item Toronto Alexithymia Scale: III. Reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research*, *60* (3), 311–317.

- Taylor, G. J., Bagby, R. M., Parker, J. D. A., and Levitt, A. J. (1997). *Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge University Press.
- Taylor, G. J. (1992). Is Alexithymia And Somatic Complaints Psychiatric Out Patients, *Journal of Psychosomatic Research*, 36(5), 417-424
- Taylor, G. J., Bagby, R. M. ve Parker, J. D. (1991). Alexithymia Construct, A Potential Paradigm for Psychosomatic Medicine, *The Academy of Psychosomatic Medicine*, 32 (2), 153-163
- Taylor, G. J. ve Bagby, R. M. (2000). An overview of the alexithymia construct. R Baron-On, JDA Parker, (Eds.), *Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School and in the Workplace*. San Francisco: Jossey-Bass, pp.40-67.
- Veale, D. (2004). Advances in a cognitive behavioural model of body dysmorphic disorder. *Body Image*, 1 (1), 113-125. [https://doi.org/10.1016/s1740-1445\(03\)00009-3](https://doi.org/10.1016/s1740-1445(03)00009-3)
- Vitale, J., & Newman, J. (2008). Using the Psychopathy Checklist—Revised with female samples: Reliability, validity, and implications for clinical utility. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9 (2), 192-212. <https://doi.org/10.1093/clipsy/9.2.192>
- Watson, D., & Naragon-Gainey, K. (2010). Personality, emotions, and the emotional disorders. *Clinical Psychological Science*, 2 (4), 422-442. <https://doi.org/10.1177/2167702614536162>
- Whiteside, S., & Jacobson, J. (2021). Extending the role of exposure and response prevention in the treatment of obsessive-compulsive disorder. *Cognitive and Behavioral Practice*, 28 (2), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.10.003>
- Willemsen, J., & Marcelis, L. (2015). Autonomic reactivity in obsessive-compulsive disorder and its subtypes. *Journal of Anxiety Disorders*, 39 , 52-58. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.002>

Wilson, L., Horton, L., Kunzmann, K., Sahakian, B. J., Newcombe, V. F., Stamatakis, E. A., ve ark. (2021). Understanding the relationship between cognitive performance and function in daily life after traumatic brain injury. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 92 (4), 407–417.

Xu, M., Wang, J., Jin, Z., Xia, L., Lian, Q., Huyang, S., and Wu, D. (2021). The Behavioral Inhibition System/Behavioral Activation System Scales: Measurement invariance across gender in Chinese university students. *Frontiers in Psychology*, 12, 681753. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.681753>



## EKLER

### EK 1: Demografik Bilgi Formu

#### DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

**YAŞINIZ:**

**CİNSİYETİNİZ:**  Kadın  Erkek

**MEDENİ DURUMUNUZ:**  Bekar  Evli  Ayrılmış  Eşi Vefat Etmiş

**EĞİTİM DURUMU:**  İlköğretim (İlkokul ve Ortaokul)  Lise  Önlisans  Lisans  Yüksek lisans

Doktora

**SİZ DAHİL KAÇ KADEŞSİNİZ:**

**KARDEŞLER ARASINDA EN ÜSTTEN KAÇINCI SIRADASINIZ:**

**ANNE VE BABANIZ HAYATTA MI:**  Her ikisi de hayatta  Anne hayatta-Baba vefat etmiş  Baba hayatta-Anne vefat etmiş  Her ikisi de vefat etmiş

**EVİNİZİN TOPLAM GELİR MİKTARI NE KADARDIR**

0-30.000 tl/ay  30.000 tl- 50.000 tl/ay  50.000 -70.000 tl/ay  70.000 -100.000 tl/ay

100.000 tl ve üzeri

**SİZCE EKONOMİK DURUMUNUZ NASILDIR:**  Düşük  Orta  Yüksek

**DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK VEYA PSİKİYATRİK YARDIM ALDINIZ MI?**  Evet

Hayır

**ŞU ANDA PSİKOLOJİK VEYA PSİKİYATRİK YARDIM ALIYOR MUSUNUZ?**

Evet  Hayır

**PSİKOLOJİK VEYA PSİKİYATRİK YARDIM İHTİYACI HİSSEDİYOR MUSUNUZ?**

Evet  Hayır



## EK 2: Pekİştİreç Duyarlılık Ölçeği (PDÖ)

### PEKİşTİREÇ DUYARLILIK ÖLÇEğİ (PDÖ)

Bu ölçekte insanların davranışlarına yönelik durumlar tanımlanmıştır. Lütfen o durumları düşünerek aşağıdaki ölçek üzerinden değerlendirme yapınız. Her bir madde için **sadece bir yanıt** verebilirsiniz.

No.	Maddeler	Yanıtlar			
1.	Ne zaman tehlikeli bir durum içinde kalsam, oradan hemen uzaklaşmak için elimden geleni yaparım.	1	2	3	4
2.	Genellikle eleştirilme kaygısı taşıırım.	1	2	3	4
3.	Ne zaman bir saldırıya uğrasam tereddüt etmeden karşılık veririm.	1	2	3	4
4.	Çok korktuğumda tam anlamıyla donakalırım.	1	2	3	4
5.	Belirsiz durumlarda risk almaya hazır biriyim.	1	2	3	4
6.	Tehdit edici durumlarda donup kalmaya meyilliyim.	1	2	3	4
7.	Eğer etrafımda saldırgan birilerine denk gelirsem oradan uzaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4
8.	Yolda hoşlanmadığım birini gördüğümde, ondan uzaklaşmak için elimden geleni yaparım.	1	2	3	4
9.	Biri canımı acıttığında hemen karşılık veririm.	1	2	3	4
10.	Kışkırtıldığı zaman çabuk tartışmaya giren biriyim.	1	2	3	4
11.	Hangi seeneğin doğru olduğu konusunda hiçbir zaman emin olamadığım için bir karar vermek benim için zordur.	1	2	3	4
12.	Biri bana bağırdığı zaman zihnimin bloke olduğunu (durduğunu) hissedirim.	1	2	3	4
13.	Yeni ve heyecanlı durumlara kolayca uyarım.	1	2	3	4
14.	Biri beni aşağılamaya başladığı zaman nutkum tutulur.	1	2	3	4
15.	İki kötü şey arasında tercih yapmak zorunda kaldığım zaman altüst olurum.	1	2	3	4
16.	Nelerin ters gidebileceğini düşünmekten birçok fırsatı kaçıırım.	1	2	3	4
17.	Gücümü sınavabileceğim durumlar karşısında her zaman heyecan duyarım.	1	2	3	4
18.	Biri istediğim bir şeyi yapmama engel olursa, onunla mücadele etmek için her zaman hazırım.	1	2	3	4
19.	En ufak bir belirsizlik durumunda bile karar veremediğim için fırsatları kaçıırım.	1	2	3	4
20.	Bazı şeylerin veya bazı insanların varlığı bile benim tutuk kalmama sebep oluyor.	1	2	3	4
21.	Sokakta biri bana bağırdığında oradan kaçmak için elimden geleni yaparım.	1	2	3	4
22.	Gülünç bir hale düşme ihtimalim olan durumlarda çok gerilirim.	1	2	3	4
23.	Genellikle birçok ilginç şeyi aynı anda yapmaya başlama meyilliyim.	1	2	3	4
24.	Tanıdığım çoğu insana göre daha kaygılı biriyim.	1	2	3	4
25.	İnsanlar benimle çatışmaktan kaçınırlar, çünkü onlara karşılık vereceğimi bilirler.	1	2	3	4
26.	Hayattaki keyif alabileceğim şeyleri kaçırmamak için elimden geleni yaparım.	1	2	3	4
27.	Bir kavga ortamının içinde kalırsam oradan mümkün olduğunca çabuk kaçarım.	1	2	3	4

## EK 3: Boyutsal Obsesyon Kompülsiyon Ölçeği

### Boyutsal Obsesyon Kompülsiyon Ölçeği

Bu anket sizin 4 farklı konudaki (sizin yaşadığınız veya yaşamadığınız) endişelerinizle ilgili sorular sormaktadır. Her bir tip için: o tipe özgü düşüncelerin (bazen obsesyon olarak adlandırılır) ve davranışların (bazen ritüel ya da kompülsiyon olarak adlandırılır) tanımı vardır. Tanımların ardından bu düşünce ve davranışlarla ilgili sizin yaşadıklarınız hakkında 5 soru gelmektedir. Lütfen her açıklamayı dikkatlice okuyun ve her kategorideki sorulara son bir ay içerisindeki yaşantılarınıza dayanarak cevap verin.

#### Kategori 1: Mikroplar ve kirlenme (bulaşma) hakkındaki endişeler

Örnekler...

- Belirli bir nesne ya da kişi ile temas ettiğiniz ( ya da yakın olduğunuz) zaman kirlendiğiniz şeklindeki düşünce veya hisleriniz.
- Belirli bir yerde (banyo gibi) bulunduğunuzdaki kirlenme hissiniz.
- Mikropların, hastalığın ya da kirliliğin yayılma olasılığı hakkındaki düşünceleriniz.
- Kirlenme ile ilgili endişelerinizden dolayı el yıkama, el dezenfektanı kullanma, banyo yapma, kıyafetlerinizi değiştirme ya da nesnelere yıkama gibi davranışlarınız.
- Kirlenme nedeniyle belli bir düzeni takip etmeniz (ör.; banyoda, giyinirken).
- Kirlenme nedeniyle belli insanlardan, nesnelere ya da yerlerden kaçınmanız.

Bundan sonra gelecek sorular son bir ay içinde kirlilikle ilişkili düşünce ve davranışlarınız hakkındadır. Yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın:

Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını kirlenme hakkında düşünerek ve kirlilikten dolayı yıkama veya temizleme davranışları ile meşgul olarak geçirirsiniz?

- 0 Hiç
- 1 Her gün bir saatten az
- 2 Her gün 1 ila 3 saat arasında
- 3 Her gün 3 ila 8 saat arasında
- 4 Her gün için 8 saat ya da daha fazla

Kirlenme hakkındaki endişelerinizi önlemek için ya da yıkama, temizleme veya duş almaya zaman harcamak zorunda kalmamak için bu durumlardan ne ölçüde kaçınırsınız?

- 0 Hiç kaçınmam
- 1 Biraz kaçınırım
- 2 Orta derecede kaçınırım
- 3 Çok kaçınırım
- 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınırım

Kirlenme hakkında düşünceleriniz olsaydı ama yıkama, temizleme veya duş alma (veya başka şekilde kirleri temizleme) davranışlarını yapmasaydınız, ne kadar sıkıntılı veya kaygılı-endişeli olurduunuz?

- 0 Hiç sıkıntılı/endişeli olmam
- 1 Hafif sıkıntılı/endişeli olurum
- 2 Orta derecede sıkıntılı/endişeli olurum
- 3 Çok sıkıntılı/endişeli olurum
- 4 İleri derecede sıkıntılı/endişeli olurum

Kirlenme kaygıları ve aşırı derecede temizleme, yıkama, duş alma ya da kaçınma davranışları nedeniyle günlük işleriniz (iş, okul, öz bakım, sosyal yaşam) ne ölçüde bozulmuştur?

- 0 Hiç bozulmadı.
  - 1 Biraz bozuldu fakat çoğunlukla işlevselliğim iyi.
  - 2 Birçok şey bozuldu fakat hala idare edebiliyorum.
  - 4 Hayatım birçok yönden bozuldu ve güçlüklerle idare ediyorum.
- Hayatım tamamen bozuldu ve hiç işlevsel değilim.

Sizin için kirlenme ile ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve yıkama, duş alma, temizleme ve diğer arınma davranışlarını yapmayı bırakmak ne kadar zordur?

- 0 Hiç zor değil
- 1 Biraz zor
- 2 Orta derecede zor
- 3 Çok zor
- 4 Aşırı derecede zor

**Kategori 2: Zarardan, Yaralanmadan veya Talihsizlikten Sorumlu Olma Konusundaki Endişeler**

Örnekler...

- Zararlı ya da korkunç bir şeyin olmasına neden olabilecek bir hata yapmış olma şüphesi.
- Korkunç bir kaza, felaket, yaralanma veya başka bir talihsiz olayın meydana gelebileceği ve sizin bunu önlemek için yeterince dikkatli olmadığınız düşüncesi.
- Bir şeyleri belli bir düzende yaparak, belirli sayıları sayarak ya da uğursuz sayı ve kelimelerden kaçınarak tehlike veya talihsizliği engelleyebileceğiniz düşüncesi.
- Kaybedilmesi pek muhtemel olmayan önemli şeyleri kaybetme düşüncesi (ör; cüzdan, kimlik kartı, evraklar).
- Elektrik düğmeleri, kilit ve cüzdan gibi eşyaları gereğinden fazla kontrol etmek.
- Kötü bir şey olmadığı (veya olmayacağı) konusunda güvence almak için bazı şeyleri tekrar tekrar kontrol etmek ya da tekrar tekrar sormak.
- Yanlış bir şey yapmadığınızdan emin olmak için geçmiş olayları zihinsel olarak gözden geçirmek.
- Zarar veya felaketlerin meydana gelmesini önleyebilmek için özel bir rutini takip etmeye ihtiyaç duymak.
- Zarara yol açma korkusu nedeniyle bazı uğursuz sayılardan kaçmaya ve ya belli sayıları saymaya ihtiyaç duymak.

Bundan sonraki sorular son bir ay içinde felaket ve zararlı ilgili düşünce ve davranışlarınız hakkındadır. Sizin yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın.

Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını zarar ya da felaketlerin meydana gelme olasılığı hakkında düşünerek ve böyle şeylerin meydana gelip gelmediği ile ilgili güvence için efor sarf ederek veya kontrol ederek geçirirsiniz?

- 0 Hiç
- 1 Her gün bir saatten az
- 2 Her gün 1 ile 3 saat arasında
- 3 Her gün 3 ile 8 saat arasında
- 4 Her gün 8 saat ya da daha fazla

Olası zarar veya felaketler hakkında endişelenmenize ya da tehlikeyi kontrol etmenize gerek kalmaması için bu durumlardan ne ölçüde kaçınırsınız?

- 0 Hiç kaçınmam
- 1 Biraz kaçınıyorum
- 2 Orta derecede kaçınıyorum
- 3 Çok kaçınıyorum
- 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınıyorum

Zarar veya felaketlerin olma olasılığı hakkında düşündüğünüz zaman veya eğer bu konular hakkında güvence alamıyor veya kontrol edemiyorsanız ne kadar sıkıntılı veya kaygılı-endişeli olursunuz?

- 0 Hiç sıkıntılı/ endişeli olmam
- 1 Biraz sıkıntılı/ endişeli olurum
- 2 Orta derecede sıkıntılı/ endişeli olurum
- 3 Çok sıkıntılı/ endişeli olurum
- 4 Aşırı sıkıntılı/ endişeli olurum

Zarar ve ya felaketleri düşünmekten, güvence almaktan veya aşırı kontrol etmekten dolayı günlük rutin işleriniz (iş, okul, öz bakım, sosyal yaşam) ne derecede bozulmuştur?

- 0 Hiç bozulmadı.
- 1 Biraz bozuldu fakat çoğunlukla işlevselliğim iyi.
- 2 Birçok şey bozuldu fakat hala idare edebiliyorum.
- 3 Hayatım birçok yönden bozuldu ve güçlükle idare ediyorum.
- 4 Hayatım tamamen bozuldu ve hiç işlevsel değilim.

Olası zarar ve felaketle ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve güvence arama davranışlarından veya kontrol etmekten vazgeçmek sizin için ne kadar zordur?

- 0 Hiç zor değil
- 1 Biraz zor
- 2 Orta derecede zor
- 3 Çok zor
- 4 Aşırı derecede zor

<b>Kategori 3: Kabul Edilemez Düşünceler</b>
Örnekler...
➤ Cinsellik, ahlaksızlık veya şiddetle ilgili isteğiniz dışında zihninize gelen rahatsız edici düşünceler.
➤ Gerçekte yapmak istemediğiniz çirkin, uygunsuz veya utandırıcı şeylerle ilgili düşünceler.
➤ Kötü bir düşünceden dolayı özel bir rutini uygulamak veya bir eylemi tekrar etmek.
➤ İstenmeyen veya rahatsız edici bir düşünceden kurtulmak için zihinsel olarak belli işlemleri gerçekleştirmek veya dua etmek.
➤ İstenmeyen veya rahatsız edici düşünceleri tetikleyen belli kişilerden, yerlerden veya durumlardan kaçınmak.

Bundan sonraki sorular son bir ay içinde aklınıza istemeden gelen düşünceleri ve bu düşüncelerle başa çıkmak için yaptığınız davranışları değerlendirir. Sizin yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınız yanındaki numarayı yuvarlak içine alın.

Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını istenmeyen, rahatsız edici düşüncelerle ve bu düşüncelerle başa çıkmak için yaptığınız davranışsal veya zihinsel eylemlerle geçirirsiniz?

- 0 Hiç
- 1 Her gün bir saatten az
- 2 Her gün 1 ile 3 saat arasında
- 3 Her gün 3 ile 8 saat arasında
- 4 Her gün 8 saat ya da daha fazla

İstenmeyen ve rahatsız edici düşünceleri tetikleyen durumlar, yerler, nesnelere ve diğer hatırlattıcılardan (sayılar, kişi) ne ölçüde kaçınırsınız?

- 0 Hiç kaçınmam
- 1 Biraz kaçınıyorum
- 2 Orta derecede kaçınıyorum
- 3 Çok kaçınıyorum
- 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınıyorum

İradeniz dışında aklınıza istenmeyen ve rahatsız edici düşünceler geldiğinde ne kadar sıkıntı ya da kaygı-endişe yaşarsınız?

- 0 Hiç sıkıntı / endişe yaşamam
- 1 Biraz sıkıntı / endişe yaşıyorum
- 2 Orta derecede sıkıntı / endişe yaşıyorum
- 3 Çok sıkıntı / endişe yaşıyorum
- 4 Aşırı sıkıntı / endişe yaşıyorum

İstenmeyen rahatsız edici düşünceler ve bu düşüncelerle başa çıkma, kaçınma çabaları yüzünden günlük rutin işleriniz (iş, okul, öz bakım, sosyal yaşam) ne derecede bozulmuştur?

- 0 Hiç bozulmadı.
- 1 Biraz bozuldu fakat çoğunlukla işlevselliğim iyi.
- 2 Birçok şey bozuldu fakat hala idare edebiliyorum.
- 3 Hayatım birçok yönden bozuldu ve güçlüklerle idare ediyorum.
- 4 Hayatım tamamen bozuldu ve hiç işlevsel değilim.

İstenmeyen rahatsız edici düşüncelere aldırış etmemek veya bu düşüncelerle başa çıkmak için yaptığınız davranış ya da zihinsel eylemleri kullanmaktan vazgeçmek sizin için ne kadar zordur?

- 0 Hiç zor değil
- 1 Biraz zor
- 2 Orta derecede zor
- 3 Çok zor
- 4 Aşırı derecede zor

**Kategori 4: Simetri, eksiksizlik ve Bir Şeylerin "Tam Olması" Gereksinimiyle İlgili Endişeler**  
Örnekler...  
➤ Simetri, düzgünlük, eşitlik veya kesinlik ihtiyacı.  
➤ Bir şeylerin "tam" olmadığı hissi.  
➤ "Tam" veya "eşit" olduğunu hissedene kadar belli bir eylemi tekrarlamak.  
➤ Anlamsız şeyleri saymak (örn., tavan panelleri, bir cümledeki kelimeler).  
➤ Gereksiz yere eşyaları "düzenlemek".  
➤ "Tam doğru" hissettirene kadar bir şeyleri tekrar tekrar aynı şekilde söylemek.

Bundan sonraki sorular son bir ay içinde bir şeylerin tam olmadığı ile ilgili hisleriniz ve simetri, düzen ve eşitlik sağlamak üzere yaptığınız davranışlarınız hakkındadır. Sizin yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın.

Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını simetri, düzen veya eşitlik ile ilgili istenmeyen düşüncelerle ve simetri, düzen, eşitlik sağlamak amacıyla yaptığınız davranışlarla geçirirsiniz?

- 0 Hiç
- 1 Her gün bir saatten az
- 2 Her gün 1 ila 3 saat arasında
- 3 Her gün 3 ila 8 saat arasında
- 4 Her gün 8 saat ya da daha fazla

Bazı şeylerin simetrik veya tam doğru olmadığını hissettiren nesne, durum ve yerlerden ne derecede kaçınırsınız?

- 0 Hiç kaçınmam
- 1 Biraz kaçınırım
- 2 Orta derecede kaçınırım
- 3 Çok kaçınırım
- 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınırım

Bazı şeylerin "tam doğru" olmadığı ile ilgili hisleriniz olduğu zaman ne kadar sıkıntılı ve kaygılı-endişeli olursunuz?

- 0 Hiç sıkıntılı/ endişeli olmam
- 1 Biraz sıkıntılı/ endişeli olurum
- 2 Orta derecede sıkıntılı/ endişeli olurum
- 3 Çok sıkıntılı/ endişeli olurum
- 4 Aşırı sıkıntılı/ endişeli olurum

Bir şeylerin "tam doğru" olmadığı hissi nedeniyle ve tam olarak doğru olması için düzeltme ve sıraya koyma çabaları nedeniyle günlük rutin işleriniz (iş, okul, özbakım, sosyal yaşam) ne derecede bozulmuştur?

- 0 Hiç bozulmamıştır
- 1 Biraz bozulmuştur fakat çoğunlukla işlevselliğim iyidir.
- 2 Birçok şey bozulmuştur fakat hala idare edebilirim.
- 3 Hayatım birçok yönden bozuldu ve çok sıkıntılı idare ediyorum.
- 4 Hayatım tamamen bozuldu ve hiç işlevsel değilim.

Simetri ve düzenin olmadığıyla ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve düzenlemekten veya belli davranışları tekrarlamaktan vazgeçmek sizin için ne kadar zordur?

- 0 Hiç zor değil
- 1 Biraz zor
- 2 Orta derecede zor
- 3 Çok zor
- 4 Aşırı derecede zor

#### Ek 4: Perth Aleksitimi Ölçeği

PAQ		Kesinlikle katılıyorum	---	---	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	---	---	Kesinlikle Katılmıyorum
1	Kendimi kötü hissettiğim zaman ( hoş olmayan bir duygu içindeyken) bu duyguları tarif etmek için doğru kelimeleri bulamam.	1	2	3	4	5	6	7
2	Kendimi kötü hissettiğimde üzgün mü, kızgın mı yoksa korkmuş mu olup olmadığımı ayırt edemem.	1	2	3	4	5	6	7
3	Nasıl hissettiğini görmezden gelen biriyim.	1	2	3	4	5	6	7
4	Kendimi iyi hissettiğim zaman (hoş bir duygu içindeyken), bu duyguları tanımlamak için doğru kelimeleri bulamam.	1	2	3	4	5	6	7
5	Kendimi iyi hissettiğim zaman mutlu mu, heyecanlı mı yoksa neşeli mi olup olmadığımı ayırt edemem.	1	2	3	4	5	6	7
6	Duygularıma odaklanmaktansa onların arka planda kalmasını yeğlerim.	1	2	3	4	5	6	7
7	Kendimi kötü hissettiğimde, bu duygular hakkında çok detaylı ya da derinlemesine konuşamam.	1	2	3	4	5	6	7
8	Kötü hissettiğimde, yaşadığım bu duygulara anlam veremem.	1	2	3	4	5	6	7
9	Duygularıma aldırış etmem.	1	2	3	4	5	6	7
10	Kendimi iyi hissettiğimde, bu duygular hakkında çok detaylı ya da derinlemesine konuşamam.	1	2	3	4	5	6	7
11	İyi hissettiğimde, yaşadığım bu duygulara anlam veremem.	1	2	3	4	5	6	7
12	Genellikle, ne hissettiğim hakkında düşünmekten kaçınıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13	Kötü bir şey olduğunda, nasıl hissettiğimi söze dökmek benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
14	Kötü hissettiğimde, hangi duyguyu yaşadığım konusunda kafam karışır.	1	2	3	4	5	6	7
15	Duygularımdan çok gerçekten görebileceğim ya da dokunabileceğim şeylere odaklanmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
16	İyi bir şey olduğunda, nasıl hissettiğimi söze dökmek benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
17	Kendimi iyi hissettiğimde hangi duyguyu yaşadığım konusunda kafam karışır.	1	2	3	4	5	6	7
18	Duygularımla temas halinde olmaya çalışmam.	1	2	3	4	5	6	7
19	Kötü hissettiğim zaman nasıl hissettiğimi anlatmaya çalışırsam ne söyleyeceğimi bilemem.	1	2	3	4	5	6	7
20	Kötü hissettiğim zaman bu duygular beni şaşırır.	1	2	3	4	5	6	7
21	Ne hissettiğimi bilmek benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5	6	7
22	İyi hissettiğimde, nasıl hissettiğimi anlatmaya çalışırsam ne söyleyeceğimi bilemem.	1	2	3	4	5	6	7
23	İyi hissettiğim zaman bu duygular beni şaşırır.	1	2	3	4	5	6	7
24	Duygularım hakkında düşünmek bana tuhaf gelir.	1	2	3	4	5	6	7

## ÖZGEÇMİŞ

Elif Duruk

### A. EĞİTİM

**Yüksek Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bölümü (Tam Burslu),, 2022-2024, İstanbul

**Lisans:** Üsküdar Üniversitesi İngilizce Psikoloji Bölümü (ÖSYM Tam Burslu), 2014-2019, İstanbul

### B. YAYINLARI

Duruk, E. ve Balaban, G. (2024). 1. Ulusal Topkapı Psikoloji Kongresi, Sözlü Kongre Sunumu “OKB Belirti ve Alt Tiplerini Yordamada Pekiştireç Duyarlılık Sistemleri ve Aleksitimi Alt Boyutlarının Rolünün İncelenmesi”, Nisan, 2024. İstanbul – Türkiye