

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

EBEVEYN TUTUMLARI VE OBSESİF KOMPULSİF  
BOZUKLUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE BİLİŞSEL  
ESNEKLİK VE DUYGUSAL ZEKANIN ARACI  
ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Büşra ESEN

İstanbul

Haziran - 2025

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**EBEVEYN TUTUMLARI VE OBSESİF KOMPULSİF  
BOZUKLUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE BİLİŞSEL  
ESNEKLİK VE DUYGUSAL ZEKANIN ARACI  
ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

Büşra ESEN

İstanbul

Haziran – 2025

## TEZ ONAYI

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 (İmza)

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ALTUNKAYA (İmza)  
ERDOĞMUŞ

Üye

Doç. Dr. Yıldız BİLGE (İmza)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Ebeveyn Tutumları ve Obsesif Kompulsif Bozukluk Arasındaki İlişkide Bilişsel Esneklik ve Duygusal Zekanın 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.

Büşra ESEN

## ÖN SÖZ

Yüksek lisans ders dönemim boyunca ve tez yazım süresince yardımlarını ve desteğini esirgemeyen kıymetli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN hocama,

Yüksek lisans yapmamı en çok isteyen, bu konuda her zaman teşvik eden, destek veren, arkamda duran, her işimizi kolaylaştırmak için çabalayan, benimle okul kaydına bile gelen kıymetli babam Osman ACUN'a,

Bu yola çıkmamda en büyük destekçim, sen başla ben yanındayım diyerek cesaret veren, tüm yorgunluklarına rağmen torunlarıyla en güzel şekilde ilgilenen, bizi büyüttüğü sevgi ve ilginin daha fazlasını torunlarına veren biricik annem Hacer ACUN'a,

Her daim yanımda olan maddi, manevi destekçim, eşim Hayrullah Esad ESEN'e

Ders dönemleri, sınav haftaları, ödev yetiştirme ve tez yazma derken vakitlerinden çaldığım ama bana hep anlayış gösteren tatlı kızlarım Nesibe Sare, Amine Betül ve Hanne Zeynep'e,

İşlerimi kolaylaştırmada elinden gelen çabayı gösteren, ihtiyacım olduğunda yanımda olan, verilerimi toplama sürecinde özveriyle destek olan kardeşim Abdullah ACUN'a,

Eğitim hayatım boyunca yüksek lisans hariç hep aynı okulları paylaştığım, bilgileriyle yol gösteren bir adım önde giderek beni hep aydınlatan, her daim yanımda olan hem arkadaşım hem ablam Fatma Betül HASBAL'a,

Desteğini üzerimden eksik etmeyen, bana kendimi iyi hissettiren, güven verip destekleyen, kendime olan inancımı artıran ve bu yolu bana kolay kılmak için elinden geleni yapan, çocuklarımla sevgiyle ilgilenen canım kardeşim Merve POLAT'a,

Canım arkadaşlarım Hacılara,

Uzun bir aradan sonra döndüğüm okul hayatımın verimli geçmesine vesile olan, derslerine keyifle katıldığım tüm hocalarıma,

Yüksek lisansım boyunca her konuda yardımcı olan her soruma yorulmadan cevap veren, tez sürecinde kaygılarımı yatıştıran arkadaşım Esra BELGELİ'ye ve tüm arkadaşlarıma,

Çalışmama katkı sağlayan katılımcılara sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

## ÖZET

# **EBEVEYN TUTUMLARI VE OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK ARASINDAKİ İLİŞKİDE BİLİŞSEL ESNEKLİK VE DUYGUSAL ZEKANIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**Büşra ESEN**

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BALABAN

Haziran, 2025 –118 Sayfa

Psikopatolojilerin ortaya çıkışında birçok etken rol oynamaktadır. Bu etkenlerden biri olarak ebeveyn tutumları da hem risk faktörü hem de koruyucu unsur olarak değerlendirilmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı sevecen, hoşgörülü, anlayışlı; aynı zamanda kurallı ve disiplinli bir tutum sergilemeleri bireylerin ileriki yaşamlarında olumlu etkileri olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan sevginin ve ilginin yoksunluğu sert ve katı disiplin uygulamalarının da olumsuz etkileri olduğu söylenmektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmada, obsesif kompulsif bozukluk (OKB) belirtilerinin ortaya çıkışında ebeveyn tutumlarının etkisi ve bu ilişkide bilişsel esneklik ile duygusal zekanın olası aracılık rolleri incelenmiştir. Araştırma, 18-65 yaş arası 177'si (%56) kadın, 139'u (%44) erkek olmak üzere toplam 316 katılımcı ile yürütülmüştür. Veriler; Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği, Ana-Baba Tutum Envanteri, Bilişsel Esneklik Ölçeği ve Schutte Duygusal Zeka Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Korelasyon analizleri, ebeveyn tutumu alt boyutları ile OKB belirtileri arasında beklentilerle örtüşen ilişkiler olduğunu göstermiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre otoriter tutum ve sorumluluk boyutu arasında, demokratik tutum ve kabul edilmez düşünceler ve simetri arasında anlamlı yordayıcı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca bilişsel esnekliğin obsesif kompulsif belirtilerini yordama gücüne sahip olduğu belirlenmiştir. Ancak yapılan aracılık analizine göre, ebeveyn tutumlarının OKB belirtilerini yordayıcı etkisi anlamlı bulunmamıştır. Yapılan analiz sonucunda beklenenin aksine koruyucu-istekçi tutumun obsesif kompulsif bozukluk gelişmesinde önleyici etkileri olabileceği düşünülmüştür. Kültürel farklılıklar, katılımcıların bireysel özellikleri veya ölçek seçiminin bu durumu açıklayabileceği düşünülmüştür.

Elde edilen sonuçlara göre duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolü tespit edilememiştir. Bununla birlikte, bilişsel esnekliğin OKB belirtileri üzerinde koruyucu bir etki sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerde bilişsel esnekliği artırmak için gereken çalışmalar yapıldığı takdirde psikolojik rahatsızlıkların artmasının önlenilebileceği, buna uygun tedaviler geliştirilebileceği düşünülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveyn tutumları, obsesif kompulsif bozukluk, duygusal zeka, bilişsel esneklik



## **ABSTRACT**

# **THE MEDIATING ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COGNITIVE FLEXIBILITY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL ATTITUDES AND OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER**

**Büşra ESEN**

Master, Clinical Psychology

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Gülşah BALABAN

June, 2025 - 118 Pages

Many factors play a role in the emergence of psychopathologies. As one of these factors, parental attitudes are considered as both a risk factor and a protective factor. It is thought that parents' loving, tolerant, understanding; at the same time, ruleful and disciplined attitudes towards their children have positive effects on the future lives of individuals. On the other hand, it is said that the lack of love and care, harsh and strict discipline practices have negative effects. In this study, the effect of parental attitudes on the emergence of obsessive-compulsive disorder (OCD) symptoms and the possible mediating roles of cognitive flexibility and emotional intelligence in this relationship were examined. The study was conducted with a total of 316 participants, 177 (56%) females and 139 (44%) males, aged 18-65 years. Data were collected using the Dimensional Obsession Compulsion Scale, Parental Attitude Inventory, Cognitive Flexibility Scale and Schutte Emotional Intelligence Scale. Correlation analyses showed that there were relationships between the sub-dimensions of parental attitude and OCD symptoms in line with expectations. According to the results of regression analyses, significant predictive relationships were found between authoritarian attitude and responsibility dimension, democratic attitude and unacceptable thoughts and symmetry.

In addition, it was determined that cognitive flexibility has the power to predict obsessive-compulsive symptoms. However, according to the mediation analysis, the predictive effect of parental attitudes on OCD symptoms was not significant. As a result of the analysis, contrary to what was expected, it was thought that protective-demanding attitude may have preventive effects on the development of obsessive-compulsive disorder. It was thought that cultural differences, individual characteristics of the participants or scale selection could explain this situation. According to the results obtained, the mediating role of emotional intelligence and cognitive flexibility could not be determined. However, it was concluded that cognitive flexibility provided a protective effect on OCD symptoms. It was thought that carrying out the necessary studies to increase cognitive flexibility in individuals could be used as a preventive treatment in the increase of psychological disorders.

**Key words:** Parental attitudes, obsessive compulsive disorder, emotional intelligence, cognitive flexibility

# İÇİNDEKİLER

<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ .....</b>	<b>i</b>
<b>ÖN SÖZ .....</b>	<b>iii</b>
<b>ÖZET .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER .....</b>	<b>viii</b>
<b>TABLO LİSTESİ.....</b>	<b>xii</b>
<b>ŞEKİL LİSTESİ .....</b>	<b>xiii</b>
<b>KISALTMALAR.....</b>	<b>xiv</b>

## BİRİNCİ BÖLÜM

<b>GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1. Tezin Amacı .....	3
1.2. Tezin Kapsamı ve İçeriği .....	3
1.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	4
1.4. Tezin Önemi ve Özgün Değeri .....	5
1.5. Tezin Araştırma Yöntemi.....	6
1.6. Tezin Düzeni/Dizayn .....	7

## İKİNCİ BÖLÜM

<b>LİTERATÜR .....</b>	<b>8</b>
2.1. Anne Baba Tutumları.....	8
2.2 Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	12
2.2.1. Obsesyonlar .....	14
2.2.2. Kompulsiyonlar .....	15
2.2.3. OKB'nin Klinik Özellikleri .....	18
2.3. Bilişsel Esneklik.....	19
2.4. Duygusal Zekâ .....	21

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

<b>YÖNTEM .....</b>	<b>25</b>
3.1.Araştırmanın Modeli .....	25
3.2.Katılımcılar .....	26
3.3.Veritoplama Araçları .....	26
3.3.1. Anne-Baba Tutumları Ölçeği .....	26
3.3.2. Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği .....	26
3.3.3. Gözden Geçirilmiş Duygusal Zeka Ölçeği .....	27
3.3.4. Bilişsel Esneklik Ölçeği .....	27
3.4. Veritoplama Süreci .....	27
3.5. Veri Analizi .....	28
3.6. Etik Konular .....	28

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

<b>ARAŞTIRMA BULGULARI .....</b>	<b>29</b>
4.1. Sosyodemografik Bulgular .....	29
4.2. Betimsel Bulgular .....	31
4.3. Cinsiyete Göre Karşılaştırma Analizine İlişkin Bulgular .....	33
4.4. Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırma Analizine İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Bulguları .....	35
4.5. BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve Alt Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizine Yönelik Bulgular .....	37
4.6. Ebeveyn Tutumları, Bilişsel Esneklik ve Duygusal Zekanın OKB Alt Ölçeklerini Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	39
4.7. OKB Bulaş Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	39
4.8. OKB Sorumluluk Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	41
4.9. OKB Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	42
4.10. OKB Simetri Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	43
4.10. Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	45

4.10.1. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	45
4.10.2. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	46
4.10.3. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	48
4.10.4. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	49
4.10.5. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	51
4.10.6. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	52
4.10.7. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	54
4.10.8. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	55
4.10.9. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	57
4.10.10. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	58
4.10.11. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	59
4.10.12. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular .....	61

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>63</b>
5.1. Demografik Bulguların Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi .....	63
5.2. BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve Alt Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi .....	66
5.3. Ebeveyn Tutumları, Bilişsel Esneklik ve Duygusal Zekanın Obsesif Kompulsif Bozuklukların Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi.....	70
5.4. Aracılık Analizine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	76

## **ALTINCI BÖLÜM**

<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>88</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>91</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>109</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>118</b>

## TABLO LİSTESİ

Tablo 4.1: Sosyodemografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı.....	30
Tablo 4.2: BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve BE Alt Ölçeklerinin Güvenirlilik Katsayıları, Ortalama, Standart Sapma ve Normallik Katsayı Değerleri .....	32
Tablo 4.3: Alt ölçeklerin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin t-testi analizi sonuçları .....	34
Tablo 4.4: Yaş gruplarına göre one way ANOVA analizi sonuçları .....	36
Tablo 4.5: Alt Ölçekler Arasında Korelasyon Değerlerine İlişkin Analiz Sonuçları	38
Tablo 4.7: OKB Bulaş Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	40
Tablo 4.10. OKB Simetri Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	44

## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 3.1: Araştırma Modeli.....	25
Şekil 4.1: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	46
Şekil 4.2: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	48
Şekil 4.3: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	49
Şekil 4.4: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	50
Şekil 4.5: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular..	52
Şekil 4.6: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	53
Şekil 4.7: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	55
Şekil 4.8: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	56
Şekil 4.9: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	58
Şekil 4.10: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	59
Şekil 4.11: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular..	61
Şekil 4.12: Otoriter İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular.....	62

## KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
ABTÖ	: Anne Baba Tutum Ölçeği
BEÖ	: Bilişsel Esneklik Ölçeği
BOKÖ	: Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği
DZÖ	: Duygusal Zeka Ölçeği
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk
Ark	: arkadaşları
Çev	: Çeviren
Ed	: Editör
N	: Örneklem
Ort.	: Ortalama
SH	: Standart Hata
Ss	: Standart Sapma

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Sosyal, biyolojik ve psikolojik sistemler, bağlamsal faktörlerle etkileşime girerek yaşam boyu sağlığı şekillendirir (Lehman, David ve Gruber, 2017: 2-3). Bu model biyopsikososyal (BPS) model olarak adlandırılmaktadır. BPS modelin psikolojik dinamikleri, sağlığı etkileyen bilişsel, duygusal, motivasyonel, tutumsal ve davranışsal sistemleri içermektedir. Sosyal dinamikler ise gerçek veya algılanan sosyal temasların sağlık üzerindeki etkilerini içermektedir (Korucu, Söylemez ve Oksay, 2021). Sosyal sistemler kişinin etkileşim içinde olduğu aile bireyleri, akranları, okul ve iş arkadaşları gibi toplumsal birimleri içerir. Sosyal sistemlerden olan ailenin yaklaşımı bireyin gelişimi açısından önem arz etmektedir çünkü ebeveyn tutumları ile çocukların kişilik gelişimleri ve ruhsal açıdan sağlıklı bireyler olmaları arasında ilişki olduğu görülmüştür (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999). Ebeveyn tutumları anne babaların çocuklarına karşı sıcak tutum ve kontrolcü yaklaşım olmak üzere iki boyutlu bir şekilde ele alınarak incelenmiştir (Dinn ve Sunar, 2017). Düşük sıcaklık yüksek kontrol otoriter/katı ebeveynlikle; yüksek sıcaklık düşük kontrol izin verici ebeveyn tutumuyla; dengeli sıcaklık ve kontrol demokratik ebeveyn tutumuyla; düşük sıcaklık düşük kontrol ihmalkar ebeveyn tutumuyla nitelendirilmektedir. Katı veya ihmalkar tutumların çocukların gelişim sürecinde davranış problemleri, psikolojik rahatsızlıklarla karşılaşma gibi olumsuz etkileri olacağı; destekleyici tutumların sağlıklı gelişim, davranış problemleri ve psikolojik rahatsızlıkların önlenmesine olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Eşkisu ve Kapçı, 2022). Yapılan çalışmalarda ebeveyn tutumlarının bahsedilen psikopatolojik rahatsızlıklar ile ilişkili düzeyi merak edilmekte ve alan yazıda incelenmesi hedeflenmektedir. Psikososyal etkenlerden olan ebeveyn tutumlarının kişilerin obsesif kompulsif bozukluk göstermeleri arasındaki ilişkiye bakılacaktır. Literatürde bu tezi destekleyen çalışmalar olduğu görülmüştür. Örneğin Brander ve arkadaşları (2016) yapmış olduğu çalışmada olumsuz ebeveyn tutumlarının obsesif kompulsif bozukluk geliştirilmesinde risk faktörü olarak görüldüğü belirtmişlerdir. Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) DSM 4'te kaygı bozuklukları sınıflandırmasında yer alan daha sonra çıkan DSM'5'te ayrı başlık altında açıklanan bir psikopatolojidir (Şahin ve Ediboğlu, 2022). Bozukluğun temelinde kaygı, korku ve stres duyguları yer almaktadır (Jacoby ve Abramowitz, 2016). Obsesyon ve kompulsiyonlarla karakterize olan bu bozukluk kişinin zihnini

sürekli meşgul etmekte ve işlevselliğini önemli ölçüde azaltmaktadır (Akbulut ve Barışkın, 2020). Obsesyonlar istemsizce zihne gelen, tekrarlayıcı, kişiye sıkıntı veren düşünceler; kompulsiyonlar kişinin zihnine gelen düşüncelerin verdiği sıkıntıyı gidermek için başvurduğu tekrarlayıcı davranış örüntüleri olarak tanımlanmaktadır (Hollander, 1997). Obsesif kompulsif bozukluk belirtileri çocukluk çağında kendini gösterebildiği gibi başlangıç yaşı ergenlik veya genç yetişkinlik olarak görülmektedir (Strom ve ark., 2021). OKB'nin etiyojisine bakıldığında çok çeşitli risk faktörleri olduğu görülmektedir. Çevresel, psikososyal, nörobiyolojik, genetik, aile öyküsü gibi faktörlerin yanı sıra travmatik öykü, stresli yaşam, çocukluk çağı olumsuz yaşantılar olduğu düşünülmekte; ebeveyn tutumlarının da etkisi üzerinde durulmaktadır (Özcaner ve Karaaziz, 2025). Alanyazında yetişkinlerin büyüme süreçlerinde ebeveynlerinin kendilerine karşı olan tutumlarını nasıl algıladıklarının ve bu algılamaya biçiminin DSM 5'te tanımlanmış Obsesif kompulsif bozukluk ile aralarındaki ilişki ve bu bağlamda bilişsel esneklik ve duygusal zekanın aracı rolünün incelenmesi hedeflenmektedir. Bilişsel esneklik zihnin yönetici fonksiyonlarının bir bileşeni olarak karşımıza çıkmakta ve tıpkı obsesif kompulsif bozukluk gibi bireylerin yaşamlarının ilk dönemlerindeki ilişkilerden etkilenmektedir (Gündüz, 2013). Kişinin temas ettiği, ilk iletişim kurduğu kimselerin aile bireyleri olduğu düşünülürse ebeveynlerin yaklaşımlarının bilişsel esneklik üzerinde etkisi olduğu söylenebilir. Yapılan çalışmalara göre katı ve otoriter tutumun bilişsel esnekliği zayıflattığı görülmektedir (Bilgin, 2009). Bilişsel esnekliğin bu çalışmaya dahil edilmesinin sebeplerinden biri ebeveyn tutumları ile ilişkisinin var olmasıdır. Çalışmanın bir diğer değişkeni olan duygusal zeka kişinin duygusal süreçlerin doğru ve verimli bir şekilde işlenmesi, duruma uygun duygunun algılanması, kişinin kendi duygularını düzenleyebilmesi ve diğerlerinin duygularını anlama kapasitesi olarak tanımlanır (Salovey ve Mayer, 1995). Duygusal zekanın temelinde kişilerin duygularını tanıması, anlaması ve kullanması vardır. Tolerans ve empati olarak da açıklanabilecek bu kavramlar bireyin toplumsal yaşamdaki varlığı için önemli görülmektedir (Gayathri, 2013). Bu beceriler duygusal gelişimin birer parçalarıdır. Duygusal gelişimin en güçlü etkileyicilerinden biri bireyin anne babaları ile kurmuş olduğu ilişki ve iletişimidir (DiTommaso ve ark., 2003). Bu bağlamda e duygusal zeka ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin kişinin yaşamını etkileyebileceği düşünülmekte ve bu ilişki çalışma kapsamında değerlendirilecektir.

## **1.1. Tezin Amacı**

Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı 5. Baskısı (DSM-5)' nda yer alan psikopatolojik rahatsızlıklardan olan Obsesif kompulsif bozukluğun etiolojisinde birçok etken bulunmaktadır. Bunlar nöroanatomik, nörokimyasal, nöroimmünolojik, genetik, çevresel-kişisel, psikodinamik, bilişsel ve davranışsal faktörlerdir (Gökçen ve Karadağ, 2016). Ebeveyn tutumları da çevresel faktörlerden biri olarak görülmekte ve bu çalışmada obsesif kompulsif bozukluk ile arasındaki ilişkiye bakılması hedeflenmektedir. Kişinin mizacının yanı sıra dışı etkileşimlerle şekillenen bir karakteri vardır. Bu şekillendirmeyi başlatan ilk adımlar ebeveynler tarafından atılmaktadır. Ebeveynlerin bu süreçteki tutumlarının kişilerin fiziksel- ruhsal gelişimlerine ve sosyal hayata dair önemli izler bıraktığı düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda demokratik/destekleyici tutum sergileyen ailelerin çocuklarının sosyal ve psikolojik iyi oluşlarının sağlandığı, ihmalkar ve katı tutum sergileyen ailelerin çocuklarının sosyal ve psikolojik uyum sorunu yaşadıkları ortaya konulmuştur (Sümer, Gündoğdu ve Helvacı, 2010). Bu çalışmada ebeveyn tutumlarının yol açtığı psikolojik uyumun olumsuz sonuçları üzerinde durulması, psikopatolojik rahatsızlıklardan olan obsesif kompulsif bozukluk ile ilişkisi araştırılacaktır.

Bu tezin amacı ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasında duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolünün incelenmesidir. Elde edilen bulguların araştırmacılara yeni bakış açısı kazandırması, terapi süreçlerinde ailelere destekleyici bilgiler sunması, tedavi süreçlerinde etkin olması hedeflenmektedir. Bilişsel esneklik ve duygusal zekanın gelişmiş olması kişinin psikolojik sağlamlığının artırabileceği düşünülmektedir.

## **1.2. Tezin Kapsamı ve İçeriği**

Bu çalışma, yetişkinlerde obsesif kompulsif bozukluğun gelişmesinde algıladıkları ebeveyn tutumlarının yordayıcı rolünün olup olmadığını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın modeli ilişki düzen üzerinedir. Bu çalışmada ilişki tarama modelinin kullanılmasının temel amacı; obsesif kompulsif bozukluk bağımlı değişkeni ve ebeveyn tutumları bağımsız değişkeni arasındaki var olan ya da olduğu düşünülen ilişki derecelerini, değişkenlerin birbirlerini etkileme durumlarını ve değişimlerini

incelemektir. Bu desende bilişsel esneklik ve duygusal zeka aracı değişkenler olarak belirlenmiştir. Bu bölümde araştırmanın hipotezlerine yer verilmiştir.

### **1.3.Araştırmanın Hipotezleri**

Tez kapsamında aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

H.1 Ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.1.1. Otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

H.1.2. Demokratik aile tutumu ile obsesif kompulsif bozukluk arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.2. Ebeveyn tutumları ile duygusal zeka gelişimi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.2.1. Otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile duygusal zeka gelişimi arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

H.2.2. Demokratik aile tutumu ile duygusal zeka gelişimi arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.3. Ebeveyn tutumları ile bilişsel esneklik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.3.1. Otoriter ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile bilişsel esneklik arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.

H.3.2. Demokratik aile tutumu ile bilişsel esneklik arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.4. Duygusal zeka gelişimi ile obsesif kompulsif bozukluk arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.5. Bilişsel esneklik ile obsesif kompulsif bozukluk arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H.6. Ebeveyn tutumlarıyla obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve duygusal zekanın yordayıcı rolü vardır.

H.7. Bilişsel esnekliğin obsesif kompulsif bozukluk için yordayıcı rolü vardır.

H.8. Duygusal zekanın obsesif kompulsif bozukluk üzerinde yordayıcılık rolü vardır.

H.9. Ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik ve duygusal zeka ve obsesif kompulsif bozukluk ortalama puanları cinsiyete göre farklılaşacaktır.

#### **1.4. Tezin Önemi ve Özgün Değeri**

Obsesif kompulsif bozukluk kişinin günlük yaşamını sürdürmesini zorlaştırmakta, işlevselliği düşürmekte, sosyal ilişkilerini olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle tedavisi çok önemli olmakla beraber koruyucu önlemler de göz önünde bulundurulmalıdır. Hastalığın etiyojisine bakıldığında çevresel etkenlerin varlığı görülmektedir. Çocukların ilk temas ettiği kişilerin ebeveynlerinin olması ilk sosyal ilişkilerini ebeveynleri ile kurması bu konuya dikkat edilmesi gerektiğini düşündürmektedir. Çocukların yetiştirilme dönemlerinde ebeveyn tutumlarının kişinin hayatının şekillenmesine sebep olduğu (Baumrind, 1971); zihinsel, bedensel psikososyal gelişimini etkilediği (Afat, 2013); bakış açısını, algısını biçimlendirdiği görülmüştür. Hatta yapılan çalışmalarda kişinin psikopatoloji geliştirmesine sebep olduğu birçok hastalığın etiyojisinde ebeveyn tutumlarının tartışıldığı görülmüştür (Kızılpınar, Çolak, Atak ve Öncü, 2019). Bu çalışmada ülkemizde görülme sıklığı en yüksek olan psikopatolojilerden obsesif kompulsif bozukluğun ortaya çıkmasında ebeveyn tutumlarının yordayıcı etkisi incelenecektir. Bu incelemenin sonucunda ortaya çıkan bulguların epidemiyolojik çalışmalarda ve hastalığın prognoz sürecinde yapılan çalışmalar da etkili olacağı düşünülmektedir.

Literatür taraması yapıldığında ebeveyn tutumlarının sebep olduğu psikopatolojik rahatsızlıklar üzerine yapılmış araştırmalar olduğu görülmüştür. Bu çalışmayı özgün kılan unsur ebeveyn tutumu ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiye

bakarken bilişsel esneklik ve duygusal zekanın aracı rolünün araştırılmasıdır. Bilişsel esneklik ve duygusal zeka düzeyleri yüksek olan bireylerin otoriter veya ihmalkar ebeveynleri olması durumunda kişilerin yaşamlarına etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bilişsel esneklik ve duygusal zeka düzeyi arttıkça obsesif kompulsif bozukluk puanlarında düşüş olup olmadığının incelenmesi hedeflenmektedir. Literatürde çocuk ve ergenlerle yapılmış çalışmalar bulunmakta fakat yetişkinlerin algıladıkları ebeveyn tutumlarına ve buna bağlı olarak ortaya çıkan psikopatolojilere dair çalışmalarda eksiklikler olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda bu çalışma ile alana katkı sunulması hedeflenmektedir.

### **1.5. Tezin Araştırma Yöntemi**

Örneklem, ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre olasılık temelli kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılan 18 yaş ve üzeri kişilerden oluşmuştur. Çalışmada uygulama öncesi uygun örneklem büyüklüğünü belirlemek amacıyla G-power programı (Erdfelder ve ark., 1996) kullanılarak istatistiksel güç analizi yapılmıştır. İstatistiksel güç analizinde anlamlılık düzeyi 0.05 ve testin gücü 80 olarak belirlenmiştir. Analiz sonucunda örneklem büyüklüğü için 181 katılımcının yeterli olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların anketlere erişimi, sosyal medya aracılığıyla Google formda hazırlanan ölçeklerin linkine ulaşımı ile sağlanmıştır. Verilerin istatistiksel analizleri için uygunluğu belirlemek amacıyla normallik ve homojenlik varsayımları test edilmiştir. Sonuçlar verilerin normal dağılıma sahip olduğunu ve parametrik testler için uygun olduğunu göstermiştir ve parametrik testler kullanılmıştır. Demografik verilere ilişkin analizlerde bağımsız gruplar için “t-testi” uygulanmıştır. Ölçekler ve alt ölçekler arasındaki korelasyonu belirlemek amacıyla “Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Yöntemi” uygulanmıştır. Obsesif kompulsif bozukluğu yordayan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla “Stepwise Regresyon Analizi” yapılmıştır. Ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve duygusal zekanın aracı role sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla “PROCESS Macro V.3.4” programında yer alan “Model 4” uygulanarak aracılık test edilmiştir (Hayes, 2017). Analizler SPSS v.25 ile gerçekleştirilmiştir.

## 1.6. Tezin Düzeni/Dizayn

Tez çalışması dört bölüm olarak tasarlanmıştır. Giriş bölümünün ardından birinci bölümde ebeveyn tutumları, obsesif kompulsif bozukluk, bilişsel esneklik ve duygusal zeka konularında literatür taramasına yer verilmiştir. İkinci bölümün içeriği araştırmanın yapıldığı örneklem grubu, verilerin toplandığı ölçek bilgilendirmesi, araştırma yapılırken hangi yöntemlerin kullanıldığı konusunda bilgilendirme yapılmıştır. Üçüncü bölümde araştırma sonucunda elde edilen bilgiler sunulmuştur. Dördüncü bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular değerlendirilmiştir, beşinci bölümde bulguların tartışması yapılmıştır. Altıncı bölümde sonuç ve öneriler sunulmuştur.



## İKİNCİ BÖLÜM

### LİTERATÜR

#### 2.1. Anne Baba Tutumları

Ebeveyn tutumları bakım verenin çocukların büyüme ve gelişme süreçlerindeki yönelim ve davranışlarını ifade etmektedir. Bu süreçte ebeveynlerin yaklaşımları çocukların yalnızca fiziksel gelişimlerini değil psikososyal gelişim alanlarını da etkilemektedir (Yavuzer, 1988). Bu tutumlar doğrultusunda kişinin hem çocuklukta hem de yetişkinlikte kuracağı yakın ilişkiler etkilenmekte, edineceği sosyal çevre oluşmakta, geliştireceği kişilik özellikleri şekillenmekte, psikolojik iyi oluşları güçlenmekte ya da psikopatolojik bozukluklar ortaya çıkmaktadır (Saydam ve Gençöz 2005). Saygı, sevgi ve sevecen tutum içinde olan ailelerin çocuklarının gelişim alanları desteklenirken aksi tutum içinde olan ailelerin çocukları olumsuz etkilenmektedir (Afat, 2013). Çocuğun dünyaya geliş anından başlayarak sağlıklı bir gelişim sürdürebilmesi için sevgi gördüğü, olumlu tavırlarla karşılandığı, kural ve sınırların tutarlı olduğu bir aile ortamında büyümesi önemli görülmektedir (Özyürek ve Şahin, 2005). Koşulsuz sevgi, kural ve sınırların olmadığı ailelerin çocuklarının yaşamlarında karşılaşılabilecekleri sorunlar üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Örneğin şiddete meyilli olan çocukların psikolojik nedenleri araştırıldığında anne baba tutumlarının bu davranışların artışı konusunda etkili olduğu görülmüştür (Özgür, Yörükoğlu ve Arabacı, 2011). Ebeveyn tutumlarının etkilediği alanlardan biri de çocukların benlik algısı ve kişilikleridir (Özkan ve Tösten, 2011). Çocukta güven duygusunun gelişmesi için gelişimsel sürecine uygun sorumluluklar verilmelidir; böylece bağımlı bir kişilik geliştirmesi ve beceriksiz bir birey olmaları önlenabilir (Yavuzer, 2003: 13). Çocukların gelişimsel süreçlerinde yeni kazanımlar elde ederken aynı zamanda keyif alması anne babalarının destekleyici tutum ve davranışlarına bağlıdır. Eğer çocuklar sürekli eleştiri ve azara maruz kalırsa değersizlik ve suçluluk gibi duygular geliştirir (Morris ve Maisto, 2005:385). Diğer taraftan sevgi, dengeli bakım ve beslenme ihtiyaçları giderilen çocuklarda güven duygusu gelişir ve sağlamlaşır (Kulaksızoğlu, 2003: 108). Çocuğun ilk iletişim kurduğu kişiler anne ve babalarıdır. Onlarla kurduğu iletişim, geliştirdiği ilişki sosyalleşme adına atılmış ilk adımlardır. Bu sebeple bireyin toplumsal hayata hazırlığı açısından ebeveyn tutumlarına gereken önem verilmelidir. Aile çocuklar için toplumun bir modellemesidir (Şanlı ve Öztürk, 2015). Yapılan

araştırmalarda otoriter veya ihmalkar tutumlar gibi çocuğa karşı olumsuz yaklaşımlar çocuklarda olumlu duyguların gelişmesini engellemekte ve yıkıcı davranışlar sergilemelerine sebep olmaktadır. (Ülker ve Aydos, 2024). Demokratik tutum gibi olumlu ebeveyn tutumu geliştiren aileler çocuklarıyla vakitlerini kaliteli geçirmeye çalışır, olumlu davranışlar sergilemeleri konusunda çaba gösterir, olumsuz davranışları ortadan kaldırmak için gereken sınır ve disiplin kurallarını uygular (Ekşisu ve Kapçı, 2022).

Anne baba tutumları üzerine birçok çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalar ebeveyn tutumlarını sorumluluk, duygusal yakınlık, hoşgörü, ihmal, reddetme, kabul etme, demokratik, otoriter olma gibi farklı açılardan incelemiştir (Spera,2005). Anne baba tutumları incelenirken göz önünde bulundurulan unsurlar vardır. Bunlar çocuğun ihtiyaçlarının karşılanma derecesi; anne-babaların çocuklar konusunda istekleri, onları kontrol etmeleri ya da çocuğun karşılmasını istedikleri beklentileridir (Sak ve ark., 2015).

Baumrind (1966)'da yayımlamış olduğu makalesinde ebeveyn tutumlarının ilk tanımlarını yapmış ve üç başlık altında tanımlamıştır. Bunlar otoriter (authoritarian), demokratik (authoritative) ve izin verici (permissive) aile modelleridir.

*İzin verici (hoşgörülü) model* cezalandırıcı olmayan, kabullenici, çocuğun istek ve dürtülerini olumlu karşılayan; çocuğa sorumluluk vermeyen sınırlar koymayan ebeveynleri tanımlamaktadır. Bu tutum çocuğa yapılacak herhangi bir yönlendirmeyi gereksiz bulmakta çocuğun kendini gerçekteşirme anlamında doğal bir eğilimi olduğunu savunmaktadır (Duy ve şahin, 2021). İzin verici modelde ebeveynler çocuklarının dürtülerine karşı kabul edici bir tutum sergilemekte ve olgunluk gerektiren davranışlar konusunda düşük beklenti için bulunmaktadırlar; diğer taraftan çocuğun kayda değer bir öz düzenlemeye sahip olmasına olanak tanımamaktadırlar (Dornbusch ve ark., 1997). Baumrind'e (1967) göre izin verici ebeveynlerin çocukları olgunlaşmamış, dürtü kontrolü ve özgüvenden yoksun, sosyal sorumluluk ve bağımsızlık yoksunluğu kanıtlanmış çocuklar olmaktadır. Bu yaklaşım modeli ebeveynler tarafından iyi niyetli gözükse de çocuğun gelişimini olumsuz etkilemektedir (Uykan, Akkaynak, 2019). Yapılan çalışmalar sonucu sınır konulmadan yetişen bir çocukta sınır problemleri, akranlarına karşı olumsuz tutum ve davranışlar, yetersiz sosyal gelişim gibi durumların ortaya çıktığı görülmüştür (Can ve Kutlu, 2021).

*Otoriter (yetkeci) ebeveynler* çocuklarını kesin ve katı kurallar çerçevesinde şekillendirmektedir. Çocuklarının davranışlarını sürekli kontrol etme ve değerlendirme eğilimindedirler. Çocukların hatalarına karşı cezalandırıcı bir tutum sergiledikleri belirtilmiştir (Sezer ve Oğuz, 2010). Çocukların istek ve görüşleri dikkate alınmaz, anne baba kendi uygun gördüğü kural ve davranışları çocukların uygulamasını ister. Bu kural ve davranışların ifade edilmesi kesin ve soğuk bir tavır içerisindedir. Uyulmadığı takdirde çocuklara ceza uygulanır veya baskıcı bir tarzda yaklaşılır (Aytaç, 2020). Bu tutumla büyüyen çocuklar özellikle öfke ve kızgınlık gibi duygularını ifade etmekte güçlük çekerler (Sezer, 2010). Çocukların ebeveynleri ile olan ilişkisinde baskın olan duygu korkudur (Erbil, Divan&Önder, 2006). Cezanın ve baskının temel olduğu bu tutumda çocukta endişe ve kaygının da yoğun olduğu gözlenmektedir (Yağmurlu, Sanson & Köymen, 2005).

*Demokratik tutum* modeli en uygun ebeveynlik tarzı olarak görülmekte ve çocukların gelişimi açısından en sağlıklı ebeveynlik olarak kabul edilmektedir (Sümer, 2012). Bu modelde anne baba ve çocuk arasında etkili bir iletişimin var olduğu kabul edilir, çocuğun sınırları ve kuralların nedenlerini bilmesine olanak sağlanır (Kızılpınar ve ark., 2019). Çocuklar ebeveynleri tarafından desteklenir, cesaretlendirilir. Anne babalar çocukların isteklerini değerlendirip saygı duyarlar; aynı zamanda kendi beklentilerini de iletirler (Gürgan, 2019:181-182). Çocukların ilgi, ihtiyaç ve davranışları toplumsal sınırlar, aile kuralları ve mantık çerçevesinde kabul görür. Bu ilgi ve ihtiyaçlar değerlendirmeden geçerek kontrol altında tutulur (Cizrelioğulları ve Kilili, 2021) çocuklar sınırlar dahilinde özgürdür; aileleri onlara karşı sıcak ve sevecen bir tutum içerisindedir. Bu tutumla yetişen çocuklar koşulsuz şekilde sevilirler ve ailelerine güven duyarlar (Dokuyan, 2016).

Baumrind (1971) anne babaları çocuklarının ihtiyaçlarına karşılık vermeleri ve onlara karşı destekleyici tutum içinde olmaları veya çocuklarından beklentileri ve onları davranışları konusunda yönlendirme çabalarına göre değerlendirmiştir. 1971 yılında yapmış olduğu bu çalışmalar sonucunda konuya ilgi çekmeyi başarmıştır (Sümer, 2012). Baumrind 1980-1991 yıllarında yaptığı çalışmalarda anne baba tutumlarına ihmalkar tutumu da ekleyerek dört başlık olarak yeniden yayımlamıştır (Baumrind,1989). İhmalkar yetiştirme tutumu en olumsuz ve riskli görülen yetiştirme tarzı olarak kabul edilmektedir. Burada anne babalar tamamen ilgisizdir. Çocuk yetiştirmede disiplini ya hiç kullanmazlar ya da çok tutarsız bir disiplin yaklaşımları

vardır. Karşılaşılan problemler bir çatışma içerisinde veya tartışarak çözülmeye çalışılmaktadır (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010). Yavuzer (1990:118)'da yaptığı çalışmada bu tutumu reddedi model olarak tanımlamakta ve ebeveynin öfkesinin sevgi ve şefkatini bastırdığını dile getirmektedir. Çocukla fiziksel temasın olmadığı, sarılma ihtiyacının karşılanmadığı bir tutum olduğundan bahsetmektedir. İhmalkâr tutum içinde yetişen çocuklarda bağımlılık sorunları olduğu; fiziksel, sosyal ve bilişsel alanlarda gelişmelerinin yetersiz olduğu görülmektedir (Kars ve ark. 2019).

Kuzgun (1972) yaptığı çalışmada bu tutumlara ek olarak reddedici ve koruyucu ebeveyn tutumları olduğunu belirtmiştir. Otoriter ailelerin çocuklarında sınır koyma ve sevginin bir arada bulunması sebebiyle özgüvenlerinin yüksek olduğu, başarı yönelimlerinin arttığı ve davranış problemlerinin azaldığı; reddedici, ilgisiz ve aşırı koruyucu tutumda olan ebeveynlerin çocuklarının öz saygılarının, akademik ve sosyal becerilerinin düşük olduğu görülmüştür (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999). Kuzgun' un yapmış olduğu bu çalışmada bahsettiği reddedici ebeveyn tutumu Baumrind'in ihmalkâr ebeveyn tanımı ile; koruyucu ebeveyn tutumu ise izin verici ebeveynlerin tanımı ile eşleşmektedir. Bu bağlamda ihmalkâr olan ebeveynlerin çocuklarının talep ve ihtiyaçlarına karşı duyarsız ve reddedici bir tutum içinde oldukları belirtilmiştir (Sarı ve Çiftçi, 2023). Koruyucu ebeveynler ise çocuklara karşı ilgili bir tavır içindedirler fakat çocuklarının sorumluluk almalarına müsaade etmeyen tutum sergilemekte; sınır ve kuralların net olmadığı bir ilişki geliştirmektedirler (Subaşı ve Özçelik, 2019). Aşırı koruyucu tutum sergileyen ailelerin genelde tek çocuklu olduğu veya çocuklarından sadece biriyle beraber yaşadığı gözlemlenmektedir (Demirli ve Kendir, 2016).

Dornbusch ve arkadaşları (1987) yapmış oldukları çalışmada anne baba tutumlarının etkilerini araştırırken araştırılırken bu tutumların kültürel bağlamda değerlendirilmesinin anlamlı olacağını dile getirmişlerdir. Avrupa toplumlarında demokratik tutum çocukların akademik başarısı için daha etkili olurken Afrika-Amerika veya Asya kültürlerinde demokratik tutumun akademik başarı alanında o kadar etkili olmadığını ifade etmişlerdir. Ebeveyn tutumlarının kültürel bağlamda ele alınması konusunda ülkemizde de yürütülen çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalarda Türkiye'nin batısı ve kırsal kesim arasında farklılar bulunmaktadır. Bu çalışmalara göre eğitim seviyesi yüksek olan, iş hayatında aktif olan ve kentsel alanda yaşayan ebeveynler kendilerini daha demokratik olarak tanımlarken; kırsal alanda yaşayan,

eđitim ve gelir seviyesi daha dūřuk olan ebeveynler disiplin ve kontrol odaklı olan otoriter tutumu benimsediklerini ifade etmiřlerdir (řanlı ve Őztürk, 2015). Ebeveyn tutumlarını etkileyen kűltűrel etmenler dıřında bařka faktűrler de vardır. Belsky (1984)'e gűre anne baba tutumlarını etkileyen űc temel belirleyici vardır. Bunlar; 1) ebeveynin bireysel kűkenleri ve psikolojik kaynakları, 2) çocuđun bireysel űzellikleri 3) stres ve destek kaynaklarının bađlamı olarak tanımlanmıřtır. Afrika, Amerika ve Asya toplumlarında olduđu gibi, iűinde yařanılan kűltűrűn anne babanın çocuđa yűnelik tutumlarını etkilemesi, ebeveyn davranıřlarının kűltűrel kűkenlerine bir űrnek olarak gűsterilebilir. Çocuđun cinsiyeti gibi bireysel űzelliklerinin anne babanın tutumunu etkilediđine dair çalıřmalar bulunmaktadır. Baumrind ve Black (1967) okul öncesi çocuklarla yaptıkları çalıřmalarda anne babalarla gűrűřmeler gerçekleřtirmiř ve annelerin erkek çocuklarına karřı temizlik, dűzen ve kibarlık konusunda daha katı olduklarını, itaat beklentilerinin daha yűksek olduđunu, çocukların itirazlarını kontrol altında tutmaya çalıřtıklarını ve bir disiplin yűntemi olarak sevgiyi geri çekmeyi kullandıklarını bildirmiřlerdir. Çocuđun bireysel űzelliklerinin anne babaların tutumunu etkilemesi gibi bakım verenlerin stres seviyelerinin dűřuk olması, yeterli sosyal destek gűrmeleri de çocuklarına karřı yaklařımlarını etkilemektedir. (Belsky, 1984). Yapılan çalıřmalarda annelerin algıladıkları sosyal destek arttıkça depresyon puanlarının azaldıđı gűrűlműřtűr (Bűyűkkoca, 2001). Bu tanımlamalara gűre ebeveynlik anne babanın geliřimsel sűrecinden, kiřiliđinden, evlilik uyumundan, iř hayatından, sosyal desteklerinden, çocuklarının karakteristik űzelliklerinden ve çocuklarının geliřimsel sűre lerinden etkilenmektedir (Belsky, 1984). Ebeveyn tutumlarını řekillendiren etkenlerin farkında olmak, ebeveynlik yaklařımlarını dođru anlamak, arařtırmaların analizlerini dođru deđerlendirmek aűısından önem tařıdıđı dűřűnűlmektedir. Ebeveynliđi etkileyen yaklařımlar gűz  nűne alındıđında çocuklar iűin en etkili olacak tutumun benimsenmesi konusunda ailelere destek verilmesi sađlanabilir. Psikolojik olarak sađlıklı olan anne babaların sađlıklı çocuklar yetiřtirmesi beklenmektedir.

## **2.2 Obsesif Kompulsif Bozukluk**

Obsesif kompulsif (OKB) bozukluk Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının 5. Baskısı'nda (DSM-5) gerçek dışı ve mantıksız dűřűnceler ile birlikte gelen, kişide aşırı derecede gerginlik yaratan ve işlevselliği engelleyen bir bozukluk

olarak tanımlanmıştır (Karşlıoğlu ve Yüksel, 2007). Obsesif kompulsif bozukluk erken yaşlarda ortaya çıkabilen, ilerleyici bir seyir gösteren ve kronik bir bozukluk olarak görülmekte aynı zamanda işlevsellikte büyük ölçüde bozulmalara sebep olmaktadır (Şahin ve Ediboğlu, 2022). OKB tanısı almış hastaların çoğunluğunun iç görüsü olduğu görülmektedir (Akdağ, 2024), fakat azımsanamayacak kısmında da bazı zamanlarda iç görü kaybı olduğu düşünölmektedir (Gelegen ve Tamam, 2013). Mental bozukluklarının sınıflandırılmasında anksiyete bozuklukları başlığı altında yer alan obsesif kompulsif bozukluk, DSM-5’ te bu başlık altından çıkarılıp Obsesif Kompulsif Bozukluk olarak ayrıca tanımlanmıştır. Çünkü obsesyonlar günlük endişelerden, ciddi hastalık korkusu veya dış görünüşle ilgili endişelerden farklıdır (Veale ve Roberts, 2014). Bireyler genelde obsesyonları anlamsız bulur ve karşı koymaya çalışır. Sorumluluk, tehlikenin abartılması, kontrol içeren düşönceler ve mükemmeliyetçilik gibi işlevsel olmayan inançlar karşı koymayı olanaksız kılmaktadır (Doron ve ark., 2009). OKB’ye sebep olan temel inancın kişinin kendisine ve başkasına karşı hissettiği yoğun sorumluluk duygusu olduğu öne sürölmektedir (Gillan ve Robins, 2014). Yapılan çalışmalarda “Bebeğime zarar verebilirim”, “Keşke annem ölse”, “Tanrı olmasa gibi” istenmeyen düşöncelerin herkesin aklına gelebileceği fakat toplumun büyük bir kısmının bu düşönceleri önemsemediği ve dikkatlerini vermedikleri görölmüştür (Shafran, 1997). Obsesif hastalarda olumsuz otomatik düşöncelerle etkileşim içine giren bir inanç sistemi vardır ve bu inanç sistemi kişiye olabilecek her türlü kötü olaydan sorumlu olma hissi vermektedir (Salkovskis, 1998). Salkovskis’in “Abartılı Sorumluluk Algısı” olarak adlandırdığı bu modele göre kişi kendisine ve çevresine gelebilecek herhangi bir zarardan dolayı aşırı derecede sorumlu hissetmekte ve zihninde buna dair obsesyonlar oluşmaktadır; kişi bu sorumluluğun verdiği sıkıntıdan uzaklaşabilmek için kompulsif davranışlara başvurmaktadır. Bu döngünün de OKB belirti ve şiddetinin artmasına neden olduğu söylenmektedir (Pişgin ve Özen, 2010). Salkovskis’in obsesif kompulsif bozukluk için geliştirdiği bilişsel modele göre probleme yol açan zihne gelen istemsiz düşöncelerin varlığı değil kişinin ortaya çıkan bu düşünceye verdiği değer ve yaptığı hatalı yorumlamadır (Salkovskis ve ark., 2000). Salkovskis’in teorisini test etmek amacıyla yapılmış çalışmalarda da abartılı sorumluluk algısını destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre OKB bozukluğu tanısı almış bireylerin sorumluluk algısı puanları kontrol grubuna göre yüksek çıkmıştır. Obsesif kompulsif belirtilerle

sorumluluk içeren takıntılı düşünceler arasında bağlantı vardır. Artmış sorumluluk algısı kişide kaygıyı ve anlamsız davranışları artırmaktadır (Barret ve Healy, 2003).

Obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış iki birey birbirinden tamamen farklı ve hiçbir şekilde örtüşmeyen semptomlar gösterebilir (Leckman ve ark.,1997). Raines ve arkadaşlarına (2017) göre obsesif kompulsif bozukluk dört yaygın semptom boyutuyla tanımlanmıştır. Bunlar;

1. Bulaşma obsesyonları/ temizlik kompulsiyonları
2. Zarar verme konusunda sorumluluk obsesyonları/ kontrol kompulsiyonları
3. Kabul edilmez düşünceler/ nötrleştirme veya güvence arayışları
4. Simetri, sayma, sıralama obsesyonları/ düzenleme kompulsiyonlarıdır.

### **2.2.1. Obsesyonlar**

Obsesyonlar kişinin isteği dışında zihnine gelen, yineleyici, zorlayıcı düşüncelerdir (Demir ve Kaya, 2016). Obsesyonlar istemsizce akla gelen, kişide rahatsızlığa sebep olan, kişinin kendi isteğiyle veya çabasıyla uzaklaştırılamadığı, ısrarlı bir şekilde devam eden benliğe yabancı (ego-distonik) düşüncüler, dürtüler ve zihne gelen imgelerdir. (Zayman, 2016). Obsesyonlar kişide abartılı bir biçimde tehdit edici his uyandıran, belirsizliğe karşı tahammülsüz olan, mükemmeliyetçi ve tekrar eden düşünceler olarak da tanımlanır (Konkan ve ark., 2012). Bu sebeple kişiye yoğun sıkıntı verir ve günlük yaşantısını sürdürmekte güçlük çekmesine sebep olur. Obsesyonları bastırmaya çalışmak genellikle başarısızlıkla sonuçlanmakta ve düşünmeyi daha çok arttırmaktadır (Wegner, 1994). Rachman (1997)'a göre obsesyonlar bireyin stres verici bir duruma maruz bırakılmasıyla ortaya çıkmakta ve stres verici durum devam ettikçe artmaktadır.

Obsesyonlar genelde bulaş, simetri, kendine ya da başkasına zarar gelmesi konusunda aşırı sorumluluk duyma, cinsel/dini içerikli düşüncelerdir. Bulaş kişinin kendisine veya kendisinden başkalarına hastalık, kir, kan bulaşmasına dair sahip olduğu uygunsuz düşüncelerdir. Bulaş içeren obsesyonların tiksinti duygusu ile bağlantılı olduğu bulunmuştur (İnözü ve Eremsoy,2013). Bulaş obsesyonuna sahip kişiler daha önce nötr olan uyarılara, tiksinti uyandıran uyarıların aktarma eğilimindedir (McKay, 2006). Sempatik büyü olarak adlandırılan bu bulaşma korkusu kişinin kirli

veya tiksindirici olarak gördüğü şeyle temas eden her şeyin kirlendiğine inanmasıdır. Örneğin otobüs koltuklarının kirli olduğunu düşünen biri, oraya oturduğunda kıyafetlerinin de kirlendiğini düşünür. OKB'nin genel yapısında olduğu gibi kişi burada da her şeyin kirlenmeyeceği mantığına sahip olsa da zihinsel olarak bunu engelleyememektedir (Clark ve Purdon, 1993). Kişinin kendisine veya başka birine gelecek zararlardan dolayı aşırı derecede sorumluluk duyması obsesif kompulsif bozukluğun diğer semptomlarından biridir. Buradaki aşırı sorumluluk duygusu kişinin kendi düşünceleri üzerinde kontrolü olmasını çok önemli görmesi ve buna ilişkin düşünceleri/inançları aşırı önemsemesi olarak tanımlanmaktadır (İkiz ve ark., 2013). Kontrolü kaybedip kendisine zarar geleceğine ya da başkasına zarar vereceğine inanan kişi bu zararı önlemek için aşırı sorumluluk duymakta ve kontrol davranışlarına başvururlar; kişi kendisini tehdit altında gördükçe de bu obsesif düşünceleri devam ettirmektedir (Rachman, 1998). Kabul edilmez düşünceler olarak adlandırılan cinsel ve dini içerikli düşünceler de OKB'nin semptomlarından biridir. Dini obsesyonlar Allah'a, peygambere veya dini anlamda önemli bir kişi hakkında sahip olunan şiddet, hakaret, cinsel içerikli düşünceleri içermektedir. Dini ritüelleri yerine getirilmesi noktasında şüphe içeren düşünceleri ve ibadet ederken akla gelen uygunsuz düşünceleri kapsamaktadır (Angın ve Kızılgeçit, 2020). Kişinin ibadetleri yerine getirirken kabul olup olmaması konusunda yaşadığı sıkıntılı düşüncelerdir. Örneğin abdest aldıktan sonra abdestinden emin olamama, namaz kıldıktan sonra namazın kabul olmadığı gibi düşüncelerdir. Cinsel obsesyonlar ise toplumsal olarak yanlış, yasaklı veya sapkınlık olarak değerlendirilecek cinsel birlikteliklere dair düşünceleri içerir. Kişinin çocuğuyla veya kendi cinsiyle ilişkiye girme şüphesi gibi düşünceler bulunmaktadır; sıklıkla yıkanma veya kontrol kompulsiyonları ile birlikte görülmektedir (Sayar ve ark., 1999). Cinsel obsesyonlarda var olan düşünceler çoğu insanın sahip olabileceği partneri ile ilgili şüphe duyma, suçluluk verici cinsel düşünceleri içermekte; fakat OKB'nin tüm alt boyutlarında olduğu gibi obsesif bireylerde yoğun rahatsızlık verici ve aşırı ahlaksızlık olarak algılama durumu olduğu görülmektedir (Gordon, 2022).

### **2.2.2. Kompulsiyonlar**

Kompulsiyonlar zihne istemsizce gelen ve sıkıntı veren bu düşünceler doğrultusunda kişinin rahatlamak amacıyla, tekrar tekrar yaptığı ritüeli andıran davranışları ve

zihinsel eylemleri içerir. Kişi eğer bu özgün ritüeli yerine getirmese kötü bir şeyler yaşayacağı önsezisine sahiptir (Karşlıoğlu ve Yüksel, 2007). Kompulsiyonlar daha çok fiziksel hareket içeriyor gibi gözükse de bir takım mental ritüeller veya tik şeklinde de kendini gösterebilir. Kompulsiyonlar kişide huzursuzluk giderilene kadar veya tam rahatlanma sağlanana kadar sürdürülmeye devam edilebilir. (Swedo ve Snider 2003). saatler süren ev temizliği, devamlı el yıkama davranışı, tekrar tekrar banyo yapmak gibi rahatlama çabaları uzun süre devam edebilir (Yılmaz, 2018). Kişinin zorlayıcı ritüellere devam etmesinin sebebi obsesif düşünceleri yoğun uğraşlarına rağmen kontrol edemeyeceği inancı ve bu düşüncelerin verdiği sıkıntıyla baş edememe durumudur (Karaca ve ark. 2020). Kompulsiyonların amacı obsesyonlardan kaynaklanan kaygının azaltılmaya çalışılmasıdır; haz almak veya doyum sağlamak gibi bir amacı bulunmamaktadır (Tezcan ve Faraji, 2022). Kompulsiyonlara yıkama, güvenlik, sayma, dua okuma, dokunma, utandırıcı davranışlar örnek olarak verilebilir (Sayar, Uğurad ve Acar, 1999). Yıkama ve kontrol etme en yaygın kompulsiyonlar olarak görülmektedir; çünkü bulaşma korkusu ve sonrasında görülen yıkama davranışı basit fobilerin edinilmesi ve sürdürülmesiyle ilgili davranışçı kurama yakın bulunmaktadır (Tallis, 1995). Bu davranışçı kurama göre kirli bir nesneyle olumsuz deneyim yaşayan kişi klasik koşullanma ile korkuyu öğrenmiş olur ve edinilmiş olan bu korkudan kaçmak için kompulsif davranışlar geliştirirken korkuyu pekiştirerek davranışı sürdürür (Mowrer, 1952). Rachman ve Hodgson (1980)'ın çalışmaları sonucu elde ettiği sonuca göre bulaşma korkusu olan kişiler bir tetikleyici olduğundan bahsetmiş ve sonrasında kaygı seviyelerinin yükseldiğini fakat yıkama davranışı sonrasında kaygının azaldığını ifade etmişlerdir; öte yandan kontrol etme davranışı sergileyen bireylerde tetikleyicinin varlığı daha az söz konusu olmuş ve kontrol etme sürdükçe de rahatsızlık hissinin devam ettiği bildirilmiştir (Tallis, 1995). Kontrol etme davranışını sürdürürken kişi her ne kadar rahatsızlık seviyesini azaltmayı amaçlasa da abartılmış sorumluluk hissi ve belirsizliğe tahammülsüzlük bunu imkansız kılmaktadır (Erguvan-Eryılmaz ve Tosun, 2013). OKB hastalarının sıklıkla başvurduğu kompulsiyonlardan biri aşırı güvence arayışıdır; böylece kişi kaygı uyandıran tehditlerden kaçınma, belirsizliği azaltma, güvenlik duygusunu artırma, korktuğu sonuçları önlemeye çalışma ve sorumluluğu başkalarıyla paylaşmayı amaçlamaktadır (Rector ve ark., 2019). Dini kompulsiyonlar yaygın olarak aşırı ibadet etme, dini ritüelleri tekrar etme, bitene kadar veya mükemmel olduğuna inanana kadar zikir

çekme, kutsal kitapları okuma, dini lider olduğunu düşündüğü birinden gereksiz güvenlik arayışı (cennete gideceğinden emin olmaya çalışma, günahkar olmadığına ikna olma, dini ritüellerini tam olarak yerine getirdiğini teyit ettirme) olarak tanımlanmaktadır (Abramowitz ve Jacoby, 2014). Türk toplumu üzerinde yapılmış olan çalışmalarda dini kompulsiyonların tam olmadığı şüphesiyle tekrar tekrar abdest ve gusül abdesti alma, yapmış olduğu ibadetlerin kabul olmadığı obsesyonuyla namazları, oruçları tekrar etme, dini olarak kendisine güven duyduğu kişilerden imanının yerinde olduğunu, günahkar olmadığını onaylatma gibi davranışları içerdiği bulunmuştur (Toprak, 2018).

DSM 5'te Obsesif kompulsif bozukluk tanı kriterleri bu şekilde verilmiştir. (APA 2014:129)

A. Takıntılar (obsesyonların), zorlantıların (kompulsiyonların) ya da her ikisinin birlikte varlığı:

Takıntılar (obsesyonlar) (1) ve (2) ile tanımlanır:

1. Kimi zaman zorla ve istenmeden geliyor gibi yaşanan, çoğu kişide belirgin bir kaygı ya da sıkıntıya neden olan, yineleyici ve sürekli düşünceler, itkililer ya da imgeler.
2. Kişi, bu düşüncelere, itkililere ya da imgelere aldırılmamaya ya da bunları baskılamaya çalışır ya da bunları başka bir düşünce ya da eylemle yüksüzleştirme (bir zorlantıyı yerine getirerek) girişimlerinde bulunur.

Zorlantılar (kompulsiyonlar) (1) ve (2) ile tanımlanır:

1. Kişinin takıntısına tepki olarak ya da katı bir biçimde uyulması gereken kurallara göre yapmaya zorlanmış gibi hissettiği yinelemeli davranışlar (örn. el yıkama, düzenleme, denetleyip durma) ya da zihinsel eylemler (örn. dinsel değeri olan sözler söyleme, sayı sayma, sözcükleri sessiz bir biçimde yineleme).
2. Bu davranışlar ya da zihinsel eylemler, yaşanan kaygı ya da sıkıntıdan korunma ya da bunları azaltma ya da korkulan bir olay ya da durumdan

sakınma amacıyla yapılır; ancak bu davranışlar ya da zihinsel eylemler, yüksüzleştirileceği ya da korunulacağı tasarlanan durumlarla gerçekçi bir biçimde ilişkili değildir ya da açıkça aşırı bir düzeydedir.

B. Takıntılar ya da zorlantılar kişinin zamanını alır (örn. günde bir saatten çok zamanını alır) ya da klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

C. Takıntı-zorlantı belirtileri, bir maddenin (kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojisiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

D. Bu bozukluk, başka bir ruhsal bozukluğun belirtileriyle daha iyi açıklanamaz.

### **2.2.3. OKB'nin Klinik Özellikleri**

OKB ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde kademeli olarak başlamaktadır (Bouvard ve ark. 2004). Bununla birlikte obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış yetişkinler çocukluk dönemlerinde semptomların varlığından söz etmişlerdir (Heyman ve ark. 2006). Bu veriler OKB'nin yaşamın her döneminde görülebileceğini göstermektedir. OKB'nin yaşam boyu yaygınlık oranı %2-3 ve başlama yaşı ise 19.5 olarak belirtilmiştir (Ruscio ve ark., 2010). 2023 yılında Türkiye ruh sağlığı araştırması sonucuna göre obsesif kompulsif bozukluğun ülkemizde yıllık yaygınlık oranı %5,5'tur. Obsesif kompulsif bozukluğun etiyolojisi araştırıldığında çoklu risk etmenleri karşımıza çıkmaktadır. Hem genetik hem çevresel etmenlerin, stresli yaşam olaylarının obsesif kompulsif bozukluğa sebep olduğu düşünülmektedir (Şahin ve Ediboğlu, 2022). Obsesyonların etiyolojisine bakıldığında bilişsel çarpıtmaların varlığı görülebilmektedir. Zihne istemsizce gelen bu düşüncelere hastalar aşırı önem göstermektedirler (Aydın ve Öyekçin, 2013). Devamlı olarak obsesyonlar hakkında düşünme olarak da ifade edilebilecek olan bu durum üstbilis kavramı ile anlatılmaya çalışılmaktadır (Öztürk ve ark. 2020). OKB'nin Bilişsel Modeli olarak adlandırılan bu modelde zihne gelen girici düşüncelerin üzerinde çok fazla düşünme gerçekleştiği için obsesyonlara döndüğü ifade edilmektedir (Janeck ve ark. 2003). Başka bir deyişle OKB üzerinde çok fazla düşünmek obsesif düşüncelerin daha yoğun bir şekilde devam etmesine sebep olabilmektedir (Yörük ve Tosun, 2015). OKB'nin etiyolojisi nörobiyolojik olarak incelendiğinde dopaminerjik ve serotonerjik nörosistemlerde

bozulmalar olduğu görülmüştür (Yılmaz ve ark.2019). Obsesif kompulsif bozukluk üzerinde yapılan diğer çalışmalar sonucu biyolojik bir yatkınlık olduğu ve bu tanıyı alan hastaların birinci derece yakınlarında OKB'nin varlığı gözlemlenmiştir (Demet ve ark. 2005). OKB tedavisinde genel yaklaşım olarak ilaç ve psikoterapinin bir arada kullanılmasının daha etkili olacağı benimsenmekte; etkili psikoterapi yöntemi olarak bilişsel davranışçı terapi ve EMDR kullanılmaktadır (Cengiz ve Peker, 2020). Bilişsel davranışçı terapide bilişsel kısımda anlamsız düşüncelerin değiştirilmesi, yanlış inanışlar ve artmış kaygı düzeyi üzerinde; davranışçı kısımda kompulsiyonların ortadan kaldırılması üzerinde çalışılır. Kaygının derecesi azaldıkça da kompulsiyonlar da azalma görülmektedir (Freeston ve ark., 1992).

### **2.3. Bilişsel Esneklik**

Bilişsel esnekliği anlayabilmek için önce biliş kavramını tanımlamak gerekir. Biliş klasik manada bilme kavramı ile alakalıdır, bildiğini bilmek olarak da ifade edilebilmektedir (Bayne ve ark. 2019). Biliş, bilinç akışında yer alan kelimelerle ifade edilen ya da zihinde canlandırılan imgeler olarak da açıklanmaktadır. (Biçer,2023:125). Biliş insanların yapabildiği her şey olarak da tanımlanmaktadır (Solso ve Maclin,2016:2). Problem çözmeye, konuşabilme, anlamlı bir şekilde davranma, bir duruma verilen motor tepkiler bilişe örnek olarak verilebilir. Beynin prefrontal korteksi tarafından kontrol edilen yönetici fonksiyonlardan biri de bilişsel esnekliktir (Boz, 2023). Yönetici fonksiyonların davranış kontrolü, yeni durumlara uyum sağlanması, dürtü kontrolü gibi işlevleri vardır. Bilişsel esneklik yönetici fonksiyonların son bileşeni olup içsel kontrol ve çalışan bellek üzerine inşa edilerek gelişimini diğerlerine göre daha geç tamamlar (Ekerer ve ark. 2021). Bilişsel esneklik bireyin bilişsel gelişimi süresince edinmesi gereken önemli becerilerden biridir. Bilişsel esneklik de bilişsel gelişim gibi bebeklik döneminde ortaya çıkarak gelişim gösterir ve etkisinin en üst düzeyde olduğu dönem geç ergenlik veya genç yetişkinlik olarak görülür (Zelazo ve ark., 2004). Davranışçı kurama göre bireyler doğal ortamlarında gözlemlene yoluyla öğrendikleri davranışları gerçekleştirirler. Bu kuramın zihinsel süreçleri göz ardı ettiğini dile getiren Bandura sosyal bilişsel öğrenme kuramını ortaya çıkartmıştır (Yıldız, 2014). İnsanların birtakım becerileri elde edebilmesi veya davranışları öğrenebilmesi, yönetmesi sadece çevreden gördükleriyle değil kendi deneyimleri ve öğrendikleriyle birlikte bir bilgi yapısı

geliştirmesiyle mümkün olur. Bu bilgi yapıları sonraki karar verme süreçlerinde yol gösterici olur (Bandura, 1999). Bandura'nın sosyal öğrenme kuramıyla birlikte düşüncelerin ve zihinsel süreçlerin davranışlar üzerindeki etkileri daha dikkat çekici olmuştur.

Bilişsel esneklik bireyin sınıflandırma ve anlamlandırma gibi zihinsel yapılarına, çevresel uyaranlara uygun yanıtı verebilmek için hazır olabilme durumu olarak tanımlanabilir (Scott, 1962). Martin ve Rubin 1995'te yaptıkları çalışmada bilişsel esnekliği; herhangi bir durumda uygun seçeneklerin ve alternatiflerin *farkında olma*, duruma uyum sağlama ve esneklik konusunda *istekli olma*, kişinin esneklik yeteneği konusunda *öz yeterliliği olması*, herhangi bir durumda kişinin nasıl davranacağı konusunda seçeneklerinin olması olarak açıklamışlardır. Her zaman doğru ve uygun davranışları kabul etmek bilişsel esnekliğin varlığının göstergesi değildir. Durumun gerekliliklerine göre alternatif davranış seçeneklerini kabul eden kişiler; sadece uygun ve doğru davranışları değerlendiren kişilerden daha yüksek düzeyde bilişsel esnekliğe sahiptir. (Martin ve Anderson, 1998). Bilişsel esneklik kişinin herhangi bir durumla karşılaştığında seçeneklerinin farkında olması durumudur (Bilgin, 2009). Seçeneklerin farkında olup onları gerçekleştirecek yeterliliğe de sahip olmak gerekmektedir. Öz yeterlilik algısının yüksek oluşu bilişsel süreçleri olumlu etkilemekte ve kişilerin öğrenmelerini de kolaylaştırmaktadır (Laçın ve Yalçın 2018). Bilişsel esnekliğe sahip bir birey daha önce işe yaradığını fark ettiği bir çözümü yeni duruma uymaması halinde onu ısrarla kullanmaya çalışmak yerine yeni çözümler geliştirme becerisine sahiptir (Aslan ve Türk, 2022). Bu beceri bilişsel esnekliğin alternatifler alt boyutu ile açıklanabilir. Alternatifler alt boyutu insanın karşılaştığı zorluklar karşısında alternatif çözümler veya davranışlar üretebilmesi ve buna dair algısını içermektedir (Dağ ve Gülüm, 2013). Bilişsel esneklik bir düşünceden diğerine özgürce geçebilme yeteneğini, kişinin karşılaştığı yeni durumlara uyum sağlayabilmesini, çeşitli problemlere farklı çözüm önerileri geliştirmesini içerir (Stevens, 2009). Yapılan çalışmalar bilişsel esnekliğin problem çözme, hoşgörülü olma, agresif olmayan tutum sergileme, stres verici durumların üstesinden gelebilme, karar verme süreçleri ile pozitif bir ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur (Çelikkaleli, 2014).

Bilişsel esneklik düzeyinin yüksek olması psikolojik iyi oluş ve işlevsel bir baş etme becerisi ile ilişkilendirilirken, düşük bilişsel esneklik birçok psikopatoloji ile eşleştirilmiştir (Johnson, 2016). Bilişsel esneklik kişilerin sağlıklı bir hayat tarzı

geliştirme konusunda kendilerinin yeterli olduğu inancı geliştirmelerinde büyük öneme sahiptir (Gündüz, 2013). Bilişsel esnekliğin olmadığı durumlarda sağlıklı bir yaşam tarzı gelişmeyebileceği, bazı psikopatolojilerin görülebileceği söylenmektedir. Obsesif kompulsif bozukluk da bilişsel esneklik ile ilişkilendirilen psikopatolojilerden biridir (Francazio ve Flessner, 2015). Bilişsel davranışçı terapi ile yeni dönem psikoterapi yöntemlerinden olan kabul ve kararlılık terapileri bilişsel esnekliğin geliştirilmesi üzerinde çalışmalar yapmaktadır. Bilişsel esnekliğin düşük olduğu durumlar bilişsel çarpıtmalara veya düşüncelerin yanlış yorumlanmasına sebep olabilmektedir (Aslan ve Türk, 2022). Bu sebeple bilişler üzerine çalışarak bilişsel esnekliğin artırılmasının kişinin psikolojik iyi oluşu için önemli olduğu düşünülmektedir (Türkçapar ve Sargın, 2012).

#### **2.4. Duygusal Zekâ**

Duygu ve his birbirinin yerine kullanılan iki kavram olmasına rağmen farklı durumları ifade ederler. His bedenini deneyimlediği fiziksel durumu ifade ederken duygu hissetme, düşünme ve fiziksel deneyimi içeren daha kapsamlı bir terim olarak karşımıza çıkmaktadır (Gayathri ve Meenakshi, 2013). Goleman (1996) biri düşünen diğeri hissedeni iki zihne sahip olduğumuzu söylemektedir. Bu iki zihni düşünen; akılcı zihin ve hissedeni; duygusal zihin olarak tanımlamaktadır. Düşünme görevini üstlenen akılcı zihin bizlere zeka kavramını sunmaktadır. Zeka kavramı ise uzun süredir üzerinde çalışılan ve tartışılan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır ve zekanın farklı birçok tanımı yapılmıştır. Stern'e göre zeka zihinsel olarak yeni koşullara uyum sağlama olarak tanımlanmıştır (Piaget, 2016). Erken dönem teorisyenleri zekayı "genel" olarak tanımlamış ve bir alanda başarılı görülen bir insanın diğeri alanlarda da başarılı olabileceğini düşünmüşlerdir (Morris ve Maisto, 2005:292-299). Entelektüel zeka (IQ) olarak kabul gören bu tanım zekayı açıklama konusunda yetersiz görülmüştür. Çünkü zekanın bilişsel olarak zihinsel süreçlerden net bir şekilde ayrımı yapılmamaktadır. Zeka farklı alanlarda bir bütün olarak denge halindedir. (Piaget, 2016). Zekanın farklı bilişsel alanları olduğuna dair çalışmalar yapan Gardner 1983'te başarı için tek tip zekanın şart olmadığını ileri sürerek Çoklu Zeka Kuramını ortaya atmış ve zekanın 8 farklı yetenekten oluştuğunu savunmuştur (Sivrikaya, 2010). Bu zeka türleri Gardner tarafından şu şekilde tanımlanmıştır:

- *Sözel/Dilsel Zeka,*
- *Mantıksal/Matematiksel Zeka,*
- *Görsel/Uzamsal Zeka,*
- *Müziksel/Ritmik Zeka,*
- *Bedensel/Kinestetik Zeka,*
- *Kişilerarası/Sosyal Zeka,*
- *Kişisel/İçsel Zeka,*
- *Doğacı/Varoluşçu Zeka*

Gardner'a göre (1983) bu zeka türlerini genel zekadan ayıran özellik zihinsel imgeler ya da mekânsal ilişkiler gibi kendine özgü çalışma yollarının olmasıdır. Gardner'ın çalışmalar sonucu ortaya çıkartmış olduğu kuramın esas amacı zekanın tek bir yapıdan oluşmadığını, birbirinden bağımsız sekiz ayrı yapısının olduğunu göstermek ve eski inanışların aksine zekanın zamanla geliştirilebileceğini ispatlamaktır (Altan,2011).

Zekayı (IQ) tanımlamak için yapılan çalışmaları yetersiz bulan Salovey ve Mayer "Duygusal Zeka" başlıklı bir makale kaleme alarak akademik tanım yapmış ve kuramsal bir çerçeve sunmuşlardır. 1990 yılında yayımladıkları bu makalede duygusal zekayı kişinin kendisinin duygularını tanımlaması, başkalarının duygularını algılaması, değerlendirebilmesi ve ifade etmesi olarak açıklanmış; düşünme sürecinde duyguları kullanabilme ve düzenleyebilme yeteneği olarak ifade etmişlerdir (Salovey ve Mayer, 1990). Duygusal zeka kavramı olarak ilk ortaya atıldığı dönemde Salovey ve Mayers (1990) tarafından duyguların işlenmesi ve duyguya uyum sağlanması olarak (Schulze ve Roberts 2005); kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını gözlemesi, ayırt etmesi ve bu duyguları işleyip onlara göre davranışlarını şekillendirmesi olarak (Salovey ve Grewal 2005) tanımlanmıştır.

Gardner'ın çalışmalarından yola çıkan Goleman 1995 yılında duygusal zeka (emotional intelligence) teorisini ileri sürmüştür. Goleman 1996 basımlı kitabında duygusal zeka tanımını şu şekilde yapmaktadır "*Kişinin kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut besleme...*" Goleman kişinin hayatta başarılı olmasını için akademik başarının veya IQ düzeyinin yüksek olmasını yetersiz görmektedir. Ona göre hayatta karşılaşılan zorlukların üstesinden gelmek

veya yeni durumlarla başa çıkabilmek için kişinin duygusal zeka seviyesinin yüksek olması gerekmektedir. Çünkü yüksek IQ seviyesi ancak yüzde yirmi oranında başarıyı arttırmakta yüzde seksen başka faktörler etkili olmaktadır. (Goleman,1996). Okul yıllarında akademik başarısı çok yüksek olan öğrencilerin iş hayatı ve sosyal yaşamlarında başarısız olması bu teoriyi desteklemektedir (Şen, 2018).

Duygusal zeka duygusal bilgileri işleyebilme becerileri ve stratejileri ile ilgilidir ve aynı zamanda bireyin uyum sağlama işlevine olanak tanıyan duygu ve biliş etkileşimini veya duygu ve zekânın ortak bir bileşimini içermektedir (Tatar, Tok ve Saltukoğlu, 2011). Başka bir deyişle duygusal zeka yalnızca duygunun varlığının bilince olmak değil duyguların üstesinden gelebilmek olarak da tanımlanır (Greenberg,2002/2020:33). Tuğrul'a (1999) göre duygusal zekâ; duygularının farkında olma, onlarla başa çıkabilme, öz motivasyon, empati becerisi ve ilişkileri yönetebilme yeteneklerini kapsamaktadır. Duygusal zeka duyguları algılama, kullanma, anlama ve işleme olmak üzere dört kısımdan oluşmaktadır.

1. Duyguları algılama; kişinin insanların yüzünden resimlerinden seslerinden duygunun ne olduğunu bilme yeteneğidir.
2. Duyguları kullanma; kişinin duygularını içinde bulunduğu bilişsel duruma uygun olarak kullanabilme becerisidir.
3. Duyguları anlama; kişinin duyguları fark edebilmesi ve duyguların zaman içindeki değişimlerini tanımlayabilmesidir.
4. Duyguları işleme; kişinin kendi içinde ve başkalarıyla ilişki içindeyken duygularını düzenleyebilme becerisidir (Salovey ve Grewal, 2005).

Duygusal düzenleme ve psikolojik iyi oluş birbirleri ile yakın ilişkide olan kavramlardır (Kapucu ve Pala,2024). Bu sebeple duygusal zeka düzeyi yüksek kişilerin duygu kontrolü konusunda başarılı olmaları, karşılaştıkları durumlarla daha etkili başa çıkmalarını sağlamakta ve psikopatoloji geliştirme risklerini azaltmaktadır. Psikolojik sağlamlık, iyi oluş; bireyin kaygı, stres gibi durumların işlevselliği bozacak semptom ve bulgularını göstermemesi, sosyal yaşantısında üstlendiği rolleri yerine getirmesi, duygularını günlük yaşantısını devam ettirebilecek şekilde yaşaması olarak tanımlanabilir (Budak,2000). Bu tanıma göre duygularını algılama, fark etme, düzenleme konusunda başarılı olan bireylerin psikolojik sağlamlığının da yüksek olması beklenmektedir. Goleman'ın araştırması da bu bilgiyi destekler niteliktedir. Goleman'a göre, yüksek duygusal zekaya sahip bireyler stresle baş etme, empati

kurabilme, iletişimde etkili olabilme ve doğru kararlar verme konusunda daha başarılıdır. Bu başarı doğuştan gelip geliştirilemez bir seviyede değildir. Gelişimsel yaklaşımlara göre sosyal süreçlerin duygu düzenleme becerisi üzerinde katkıları vardır. (Yurdakul, Beyazıt ve Ayhan, 2021).

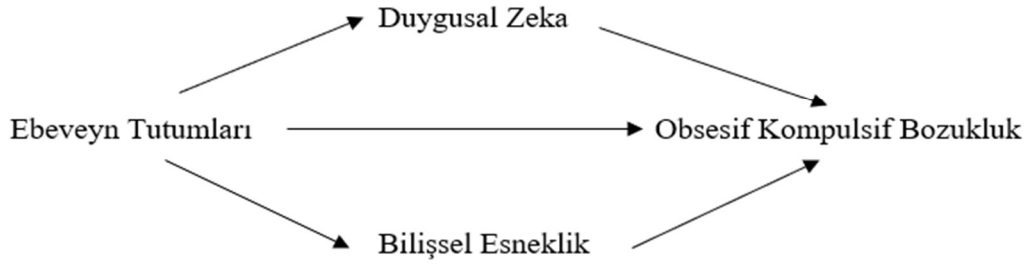


## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve duygusal zekanın aracı rolünü incelemek amacıyla yapılan araştırmanın yöntemi ile ilgili hangi araştırma modeli kullanıldığı, katılımcıların özellikleri, kullanılan veri toplama araçları, veri toplama sürecinin nasıl olduğu ve veri analizleri gibi bilgiler verilecektir.

#### 3.1.Araştırmanın Modeli



#### Şekil 3.1: Araştırma Modeli

Araştırmanın türü ilişkisel desen olarak belirlenmiştir. İlişkisel desenin tercih edilmesinin sebebi araştırmanın değişkenleri olan ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiye bakmak; yordayıcı değişkenler olan duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin bu ilişki üzerindeki aracı rolünü incelemektir. Bu modelde ebeveyn tutumları bağımsız değişken, obsesif kompulsif bozukluk bağımlı değişken olarak yer almaktadır. Duygusal zeka ve bilişsel esneklik aracı değişkenler olarak tanımlanmıştır. İlişkisel desen kullanılması ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünün belirlenmesine olanak sağlamıştır. Bu model doğrultusunda ebeveyn tutumlarının obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin yordayabileceği varsayılmaktadır. Literatürde bunu destekleyen çalışmaların mevcut olduğu görülmüştür. Çalışma bu model üzerine kurulmuştur. Örneğin demokratik tutum arttıkça bilişsel esneklik ve duygusal zeka aracılığıyla bulaş görülme sıklığının azalabileceği öngörülmektedir.

### **3.2.Katılımcılar**

Örnekleme, ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre olasılık temelli kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılan 18-65 (ort. = 34.21, ss= 11.78) yaş arası kişilerden oluşmuştur. Araştırmaya 177'si (%56) kadın, 139'u (%44) erkek olmak üzere toplam 316 kişi katılmıştır.

### **3.3.Veri Toplama Araçları**

#### **3.3.1. Anne-Baba Tutumları Ölçeği**

Anne baba tutumlarını ölçmenin en ekonomik yönteminin kişiye önceden hazırlanmış sorularla anne babalarının davranışlarını yansıttığını düşündükleri seçenekleri işaretlemelerini istemek olduğunu düşünen Kuzgun 1972'de ilk ana baba tutumları ölçeğini geliştirmiştir (Bacanlı ve Kuzgun, 2005). "Ana Baba Tutum Envanteri" olarak hazırlanan bu ölçekte güvenilirlik düzeyi yetersiz olduğu gerekçesiyle Kuzgun ve Eldeleklioğlu (1999) tarafından revize edilmiştir. Ana Baba Tutum Ölçeği olarak adlandırılan bu çalışma 40 madde olarak hazırlanmıştır. Demokratik, Koruyucu ve Otoriter olmak üzere 3 alt boyutu vardır. Cronbach Alpha değerleri Demokratik Alt Ölçeği için 0.90, Koruyucu Alt Ölçeği için 0.82, Otoriter Alt Ölçeği için 0.79 olarak bulunmuştur. 5'li Likert tipi olarak tasarlanmıştır. Katılımcılardan kendilerine uygun olan seçeneklere 1= Hiç uygun değil, 2= Çok az uygun, 3= Kısmen uygun, 4= Uygun, 5= Tamamen uygun şeklinde cevap vermeleri istenmiştir.

#### **3.3.2. Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği**

2010 yılında geliştirilen bu ölçek Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği olarak isimlendirilmiştir. 20 maddelik bir öz-bildirim ölçeğidir. 2017 yılında Şafak ve arkadaşları tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Ölçeğin bütünü için Cronbach alfa katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur. Bulaş, zarar verme ve hata yapma hakkında sorumluluk, simetri ve sıralama, kabul edilemez düşünceler olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Alt boyutları için Cronbach alfa değeri sırasıyla 0.92, 0.93, 0.94, 0.92 olarak bulunmuştur. Ölçek 4'lü Likert tipidir.

### **3.3.3. Gözden Geçirilmiş Duygusal Zeka Ölçeği**

Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden ve Dornheim tarafından 1998 yılında Schutte Duygusal Zeka Ölçeği geliştirilmiştir. İlk hali 33 maddeden oluşmaktadır ve tek faktörlüdür (Schutte ve ark. 1998). İç tutarlılığı, test tekrar test güvenilirliği ve ayırt edici geçerliliğinin yüksek olması bu ölçeğin tercih edilme sebepleri arasında gösterilmiştir. (Tatar, Tok, Saltukoğlu 2011) Austin, Saklofske, Huang ve McKenney (2004) tarafından 41 madde olarak yeniden düzenlenen Schutte Duygusal Zeka Ölçeği üç faktörlü yapıya dönüştürülmüştür. Bu faktörler İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi, Duyguların Kullanımı ve Duyguların Değerlendirilmesi olarak isimlendirmişlerdir (Austin ve ark., 2004). 41 madde olarak geliştirilen bu ölçeğin Türkçe 'ye uyarlaması Tatar, Tok, Saltukoğlu tarafından 2016 yılında yapılmıştır. Ölçek 41 maddeli ve 3 boyutludur. Ölçeğin Cronbach-Alpha iç tutarlık katsayısı bütünü için 0,82, alt boyutları için ise 0,75, 0,39 ve 0,76 olarak tespit edilmiştir. Ölçek 5'li Likert tipi olarak tasarlanmıştır. (1=Kesinlikle katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3= Fikrim Yok, 4= Katılıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum)

### **3.3.4. Bilişsel Esneklik Ölçeği**

Martin ve Rubin (1995) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal hali, üniversite öğrencileri üzerinde iki farklı örnekleme uygulanmıştır. Buna göre Cronbach alfa katsayıları; 247 kişiden (142 kadın, 105 erkek) oluşan örneklem için 0.76 ve 275 kişiden (158 kadın, 117 erkek) oluşan örneklem için 0.77 olarak hesaplanmıştır. 2011 yılında Altunkol tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan Bilişsel Esneklik Ölçeğinin Cronbach alfa değeri 0.81 olarak bulunmuştur. 12 maddeden oluşan ölçek 6'lı likert tipidir Ölçeğin bütünü için Cronbach alfa katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur.

### **3.4. Veri Toplama Süreci**

Veriler, ölçeklerin düzenlenip çevrimiçi ortamda 07.10.2024 tarihinde başlanarak katılımcılara ulaştırılması yöntemiyle toplanmıştır. Veri toplama süreci yaklaşık olarak üç hafta sürerek 22.10.2024 tarihinde tamamlanmıştır. Katılımcılara araştırmaya katılmanın gönüllü olduğu bilgisi verilmiş, istedikleri zaman çalışmadan ayrılacakları ifade edilmiştir. Soruları dikkatlice okuyup kendilerine en uygun

seçenekleri işaretlemeleri istenmiştir. Araştırma öncesinde ölçek kullanımı için gerekli izinler alınmış. Araştırmaya dahil olan katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmış ve araştırma suresince hiçbir katılımcının kişisel bilgileri ihlal edilmemiştir.

### **3.5. Veri Analizi**

Verilerin istatistiksel analizleri için uygunluğunu belirlemek amacıyla öncelikle normallik ve homojenlik varsayımları test edilmiştir. Test sonuçları doğrultusunda verilerin normal dağılıma sahip olduğu görülmüş ve parametrik testler kullanılmıştır. Demografik verilere ilişkin analizler için “bağımsız gruplar t-testi” uygulanmıştır. Ölçekler ve alt ölçekler arasındaki korelasyonu saptamak amacıyla “Pearson Momentler arpımı Korelasyon Yöntemi” uygulanmıştır. Obsesif kompulsif bozukluğu yordayan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla “oklu Doğrusal Regresyon Analizi” yapılmıştır. Ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı role sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla “PROCESS Macro V.3.4” programında yer alan “Model 4” uygulanarak aracılık test edilmiştir (Hayes, 2017). Analizler SPSS v.25 ile gerçekleştirilmiştir.

### **3.6. Etik Konular**

Araştırmaya başlamadan önce etik kurul raporu hazırlanıp ilgili enstitüye sunulmuş ve gerekli onaylar alınmıştır.

Araştırma evrimii anket sistemiyle yapılmıştır. Sorulara başlamadan önce katılımcılara bilgilendirme ve onam formu verilmiş gizlilik ilkelerine dikkat edileceği belirtilmiştir. Çalışmada kişisel rahatsızlık verecek sorulara yer verilmemiştir, buna rağmen araştırmaya devam etmek istemeyen kişilerin çalışmadan ayrılabilceği bilgisi verilmiştir. Sure boyunca çalışmaya dahil olan bütün katılımcıların bilgileri gizli tutulmuştur.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular sunulmuştur. İlk olarak katılımcıların sosyodemografik bilgilerine yer verilmiş olup ardından betimsel bulgular verilmiştir.

#### 4.1. Sosyodemografik Bulgular

Araştırmanın örneklemini 16-65 yaş aralığında 177'si (%56) kadın, 139'u (%44) erkek olmak üzere 316 katılımcıdan oluşmaktadır. Tüm katılımcıların yaş ortalaması 34.21'dir (ss = 11.78). Yaş grupları incelendiğinde; katılımcıların 82'si (%25.9) 18-26 yaş grubunda, 95'i (%30.1) 27-33 yaş grubunda, 99'u (%31.3) 34-49 yaş grubunda ve 40'ı (%12.7) 50-68 yaş grubunda bulunmaktadır. Medeni durumlar incelendiğinde katılımcıların 125'i (%39.6) bekar, 185'i (%58.5) evli, 5'i (%1.6) ayrılmış, 1'i (%0.3) eşi vefat etmiş olduğu görülmüştür. Eğitim durumlarına bakıldığında katılımcıların 8'i (%2.5) ilköğretim, 21'i (%6.6) lise, 22'si (%7.0) ön lisans, 170'i (%53.8) lisans, 76'sı (%24.1) yüksek lisans, 19'u (%6.0) doktora mezundur. Katılımcılardan evinin toplam gelir miktarı 0-10.000 tl/ay olan 2 (%0.6) kişi, 10.001-30.000 tl/ay olan 40 (%12.7) kişi, 30.001-50.000 tl/ay olan 81 (%25.6) kişi, 50.001-70.000 tl/ay olan 83 (%26.3) kişi, 70.001 tl ve üstü olan 110 (%34.8) kişidir. Katılımcılara ekonomik durumlarıyla ilgili görüşleri sorulduğunda 33 (%10.4) kişi düşük, 255 (%80.7) kişi orta, 28 (%8.9) kişi yüksek cevabını vermiştir. Katılımcılardan daha önce psikolojik veya psikiyatrik destek alanların sayısı 94 (%29.7), almayanların sayısı 222'dir (%70.3). Katılımcılara şu anda psikolojik veya psikiyatrik destek alıyor musunuz sorusu sorulmuştur. Evet cevabı veren 33 (%10.4) kişi, hayır cevabı verenler 283 (%89.6) kişidir. Psikolojik veya psikiyatrik destek alma ihtiyacı hisseden 133 (%42.1) katılımcı, hissetmeyen 183 (%57.9) katılımcı vardır. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 4.1'de verilmiştir.

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

Değişkenler		Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	177	56
	Erkek	139	44
Yaş grubu	18-26	82	25.9
	27-33	95	30.1
	34-49	99	31.3
	50-68	40	12.7
Medeni durum	Bekar	125	39.6
	Evli	185	58.5
	Ayrılmış	5	1.6
	Eşi vefat etmiş	1	.3
Eğitim durumu	İlköğretim	8	2.5
	Lise	21	6.6
	Önlisans	22	7.0
	Lisans	170	53.8
	Yüksek lisans	76	24.1
	Doktora	19	6.0
Evinizin Toplam Gelir Miktarı Ne Kadardır?	0-10.000 tl/ ay	2	0.6
	10.001-30.000 tl/ay	40	12.7
	30.001-50.000 tl/ay	81	25.6
	50.001 tl-70.000 tl/ay	83	26.3
	70.001 tl ve üstü	110	34.8
Ekonomik durum	Düşük	33	10.4
	Orta	255	80.7
	Yüksek	28	8.9
Daha önce psikolojik veya psikiyatrik destek aldınız mı?	Evet	94	29.7
	Hayır	222	70.3
Şu anda psikolojik veya psikiyatrik destek alıyor musunuz?	Evet	33	10.4
	Hayır	283	89.6
Psikolojik veya psikiyatrik destek ihtiyacı hissediyor musunuz?	Evet	133	42.1
	Hayır	183	57.9

## 4.2. Betimsel Bulgular

BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve BE ölçek puanlarının normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 2$  arasında olması verilerin normal olarak dağıldığı şeklinde yorumlanmaktadır (Uysal ve Kılıç, 2022).

BOKÖ Bulaş alt ölçeği (ort. = 5.76, ss = 3.24) için çarpıklık değeri 0.12 ve basıklık değeri -0.51 olarak; Sorumluluk alt ölçeği (ort. = 5.07, ss = 3.35) için çarpıklık değeri 0.47 ve basıklık değeri -0.36 olarak; Kabul edilmez düşünceler alt ölçeği (ort. = 5.32, ss = 3.43) için çarpıklık değeri 0.48 ve basıklık değeri -0.21 olarak; Simetri alt ölçeği (ort. = 4,07, ss = 3.55) için çarpıklık değeri 0.89 ve basıklık değeri 0.38 olarak hesaplanmıştır.

ABTÖ Demokratik alt ölçeği (ort. = 39, ss = 6.03) için çarpıklık değeri -0.65 ve basıklık değeri 1,05 olarak; Koruyucu-İstekçi alt ölçeği (ort. = 43, ss = 7.50) için çarpıklık değeri -0.21 ve basıklık değeri 0.74 olarak; Otoriter alt ölçeği (ort. = 25.10, ss=4.93) için çarpıklık değeri 0.35 ve basıklık değeri 0,05 olarak tespit edilmiştir.

DZÖ İyimserlik alt ölçeği (ort. = 46.34, ss = 6.83) için çarpıklık değeri -0.82 ve basıklık değeri 1.39 olarak; Duygu kullanımı alt ölçeği (ort. = 21.68, ss = 3.37) için çarpıklık değeri -0.56 ve basıklık değeri 0.59 olarak; Duygu değerlendirme alt ölçeği (ort. = 38.63, ss = 6.33) için çarpıklık değeri -0.66 ve basıklık değeri 0.41 olarak bulunmuştur.

BE ölçeği (ort. = 52.83 ss = 9.07) için çarpıklık değeri -0.05 ve basıklık değeri -0.44 olarak hesaplanmıştır.

Güvenirlilik analizleri için Cronbach's Alfa değeri hesaplanmıştır. Yapılan güvenirlik analizleri sonucunda BOKÖ Bulaş alt ölçeği için Cronbach's Alfa değeri 0.72, Sorumluluk alt ölçeği için 0.83, Kabul edilmez düşünceler alt ölçeği için 0.81, Simetri alt ölçeği için 0.87 olarak tespit edilmiştir. ABTÖ Demokratik alt ölçeği için Cronbach's Alfa değeri 0.50, Koruyucu-İstekçi alt ölçeği için 0.67, Otoriter alt ölçeği için 0.51 olarak tespit edilmiştir. DZÖ İyimserlik alt ölçeği için Cronbach's Alfa değeri 0.79, Duygu kullanımı alt ölçeği için 0.40, Duygu değerlendirme alt ölçeği için 0.79 olarak tespit edilmiştir. BE ölçeği için Cronbach's Alfa değeri 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçeklerin güvenirlik katsayıları, ortalama, standart sapma ve normallik katsayı değerleri Tablo 4.2'de verilmiştir.

**Tablo 4.2: BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve BE Alt Ölçeklerinin Güvenirlik Katsayıları, Ortalama, Standart Sapma ve Normallik Katsayı Değerleri**

Ölçekler	Alt ölçekler	$\alpha$	Ort	ss	Çarpıklık	Basıklık
BOKÖ	Bulaş	0.72	5.76	3.24	0.12	-0.51
	Sorumluluk	0.83	5.07	3.35	0.47	-0.36
	Kabul Edilmez Düşünceler	0.81	5.32	3.43	0.48	-0.21
	Simetri	0.87	4.07	3.55	0.89	0.38
ABTÖ	Demokratik	0.50	39	6.03	-0.65	1.05
	Koruyucu-İstekçi	0.67	43	7.50	-0.21	0.74
	Otoriter	0.51	25.10	4.93	0.35	0.05
DZÖ	İyimserlik	0.79	46.34	6.83	-0.82	1.39
	Duygu Kullanımı	0.40	21.68	3.37	-0.56	0.59
	Duygu Değerlendirme	0.79	38.63	6.33	-0.66	0.41
BE		0.83	52.83	9.07	-0.05	-0.44

*Not.* BOKÖ = Boyutsal Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği, ABTÖ = Anne Baba Tutum Ölçeği, DZÖ = Duygusal Zeka Ölçeği, BE= Bilişsel Esneklik Ölçeği

### 4.3. Cinsiyete Göre Karşılaştırma Analizine İlişkin Bulgular

Kadın katılımcılar ile erkek katılımcıların BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve alt ölçekleri toplam puanı bağımsız gruplar t-testi ile karşılaştırılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre Bilişsel esneklik ölçeği erkek katılımcıların puanlarının (Ort. = 54.65, ss = 9.12) kadın katılımcıların puanlarından (Ort. = 51.41, ss = 8.80) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $t = -3.185 (291.547), p = 0.002$ ). BOKÖ Sorumluluk alt ölçeği kadın katılımcıların puanlarının (Ort. = 5.49, ss = 3.48) erkek katılımcıların puanlarından (Ort. = 4.55, ss = 3.12) istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $t = 2.517(308.453), p = 0.012$ ). DZÖ Duygu kullanımı alt ölçeği kadın katılımcıların puanlarının (Ort. = 22.31, ss = 3.13) erkek katılımcıların puanlarından (Ort. = 20.88, ss = 3.52) yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $t = 3.769(278.348), p = 0.001$ ).

Diğer alt ölçeklerin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 4.3)

**Tablo 4.3: Alt ölçeklerin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin t-testi analizi sonuçları**

DEĞİŞKENLER	KADIN		ERKEK		t	df	p	%95 Güven Aralığı		
	N=177		N=139					Düşük	Yüksek	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.						
BE	51.41	8.80	54.65	9.12	-3.185	291.547	<b>0.002</b>	-5.246	-1.239	
BOKÖ	Bulaş	5.93	3.24	5.56	3.26	0.992	314	0.322	-0.359	1.090
	Sorumluluk	5.49	3.48	4.55	3.12	2.517	308.453	<b>0.012</b>	0.205	1.670
	Kabul Edilmez Düşünceler	5.36	3.45	5.28	3.43	0.193	314	0.847	-0.692	0.843
	Simetri	4.22	3.65	3.90	3.43	0.797	314	0.426	-0.472	1.114
ABTÖ	Demokratik	39.21	6.02	38.88	6.07	0.492	314	0.623	-1.010	1.684
	Koruyucu-İstekçi	42.82	7.45	43.26	7.59	-0.517	314	0.606	-2.114	1.235
	Otoriter	25.05	4.86	25.17	5.02	-0.228	314	0.820	-1.228	0.973
DZÖ	İyimserlik	46.02	6.42	46.76	7.35	-0.952	314	0.342	-2.264	0.787
	Duygu Kullanımı	22.31	3.13	20.88	3.52	3.769	278.348	<b>&lt;0.001</b>	0.685	2.181
	Duygu Değerlendirme	38.75	6.08	38.49	6.66	0.357	314	0.721	-1.158	1.671

#### 4.4. Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırma Analizine İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Bulguları

BOKÖ, ABTÖ, DZÖ alt ölçeklerinin ve BE ölçeğinin ortalama puanlarının yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü ANOVA analizi ve Tukey testi kullanılarak yapılan Post Hoc analizi sonuçları Tablo 4.4'te verilmiştir. Katılımcılar 18-26 yaş aralığı ( $n = 82$ ), 27-33 yaş aralığı ( $n = 95$ ), 34-49 yaş aralığı ( $n = 99$ ) ve 50-68 yaş aralığı ( $n = 40$ ) olmak üzere dört gruba ayrılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, 34-49 yaş aralığında yer alan katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanı (ort. = 54.25, ss = 9.41) ve 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanı (ort. = 55.85, ss = 9.82) 18-26 yaş aralığındaki katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanından (ort. = 50.72, ss = 7.24) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $F(3,312) = 4.205, p = 0.006$ ).

18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların sorumluluk ortalama puanı (ort. = 5.95, ss = 3.16) 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların sorumluluk ortalama puanından (ort. = 3.70, ss = 3.10) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $F(3,312) = 4.490, p = 0.004$ ).

18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların kabul edilmez düşünceler ortalama puanı (ort. = 6.16, ss = 3.56) 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların kabul edilmez düşünceler ortalama puanından (ort. = 4.20, ss = 2.91) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $F(3,312) = 3.568, p = 0.014$ ).

18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların koruyucu istekçi ortalama puanı (ort. = 44.68, ss = 7.03) 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların koruyucu istekçi ortalama puanından (ort. = 42.73, ss = 7.06) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $F(3,312) = 2.375, p = 0.070$ ).

18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanı (ort. = 22.24, ss = 3.14) ve 27-33 yaş aralığındaki katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanı (ort. = 22.19, ss = 3.47) 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanından (ort. = 20.23, ss = 3.56) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $F(3,312) = 4.489, p = 0.004$ ) (Tablo 4.4)

**Tablo 4.4: Yaş gruplarına göre one way ANOVA analizi sonuçları**

Değişkenler	(1) (18-26) N=82		(2) (27-33) N=95		(3) (34-49) N=99		(4) (50-68) N=40		F	p	Fark	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.				
BE	50.72	7.24	51.93	9.37	54.25	9.41	55.85	9.82	4.205	0.006	3>1 4>1	
BOKÖ	Bulaş	6.13	3.33	5.47	3.00	5.99	3.30	5.15	3.48	1.246	0.293	
	Sorumluluk	5.95	3.16	4.80	3.27	5.18	3.52	3.70	3.10	4.490	0.004	1>4
	Kabul Edilmez Düşünceler	6.16	3.56	5.46	3.50	4.95	3.33	4.20	2.91	3.568	0.014	1>4
	Simetri	4.63	3.83	3.82	3.51	4.23	3.40	3.18	3.32	1.772	0.152	
ABTÖ	Demokratik	39.98	6.32	39.26	5.47	38.39	6.13	38.40	6.40	1.230	0.299	
	Koruyucu-İstekçi	44.68	7.03	43.03	6.30	41.73	8.77	42.73	7.26	2.375	0.070	1>4
	Otoriter	25.96	5.07	25.34	4.66	24.44	4.76	24.40	5.49	1.779	0.151	
DZÖ	İyimserlik	45.56	6.50	45.43	6.08	47.02	6.99	48.43	8.33	2.514	0.058	
	Duygu Kullanımı	22.24	3.14	22.19	3.47	21.31	3.22	20.23	3.56	4.489	0.004	1>4 2>4
	Duygu Değerlendirme	37.88	6.21	38.75	6.47	39.30	6.39	38.25	6.18	0.815	0.486	

#### 4.5. BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve Alt Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizine Yönelik Bulgular

Araştırmanın temel değişkenleri olan BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ alt ölçekleri arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon tekniği ile hesaplanmıştır (Tablo 4.5.) Analiz sonuçlarına göre, BE ile DZÖ alt boyutlarından olan iyimserlik ( $r = .64, p < 0.001$ ), duygu kullanımı ( $r = .12, p < 0.05$ ) ve duygu değerlendirme ( $r = .48, p < 0.001$ ) ile pozitif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ alt boyutlarından bulaş ile duygu değerlendirme ( $r = -.14, p < 0.05$ ) ve bilişsel esneklik ( $r = -.16, p < 0.001$ ) arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ diğer alt boyutlarından olan sorumluluk ile duygu değerlendirme ( $r = -.13, p < 0.05$ ) ve bilişsel esneklik ( $r = -.21, p < 0.001$ ) arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ alt boyutlarından olan kabul edilmez düşünceler ile iyimserlik ( $r = -.13, p < 0.05$ ), duygu değerlendirme ( $r = -.18, p < 0.001$ ), bilişsel esneklik ( $r = -.24, p < 0.001$ ) arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ alt ölçeklerinden simetri ile iyimserlik ( $r = -.12, p < 0.05$ ), duygu değerlendirme ( $r = -.21, p < 0.001$ ) ve bilişsel esneklik ( $r = -.20, p < 0.001$ ) arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. ABTÖ alt ölçeklerinden demokratiklik ile sorumluluk ( $r = .21, p < 0.001$ ), kabul edilmez düşünceler ( $r = .17, p < 0.001$ ), simetri ( $r = .11, p < 0.001$ ) arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. ABTÖ alt ölçeklerinden koruyucu-istekçi ile iyimserlik ( $r = .26, p < 0.001$ ), bilişsel esneklik ( $r = .28, p < 0.001$ ), sorumluluk ( $r = .12, p < 0.05$ ), simetri ( $r = .12, p < 0.05$ ) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. ABTÖ alt ölçeklerinden otoriter ile duygu kullanımı ( $r = -.14, p < 0.05$ ) ve duygu değerlendirme ( $r = -.18, p < 0.001$ ) arasında istatistiksel açıdan negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Yine otoriter ölçeği ile sorumluluk ( $r = .23, p < 0.001$ ), kabul edilmez düşünceler ( $r = .14, p < 0.05$ ), simetri ( $r = .20, p < 0.001$ ) arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir (Tablo 4.5).

**Tablo 4.5: Alt Ölçekler Arasında Korelasyon Değerlerine İlişkin Analiz Sonuçları**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1.00										
2	0.16**	1.00									
3	0.48**	0.39**	1.00								
4	0.64**	0.12*	0.48**	1.00							
5	-0.06	-0.04	0.14*	-0.16**	1.00						
6	-0.11	0.00	-0.13*	-0.21**	0.45**	1.00					
7	-0.13*	0.01	-0.18**	-0.24**	0.44**	0.54**	1.00				
8	-0.12*	-0.09	-0.21**	-0.20**	0.41**	0.47**	0.37**	1.00			
9	0.11	-0.05	-0.09	0.03	0.05	0.21**	0.17**	0.11**	1.00		
10	0.26**	0.07	0.04	0.28**	0.09	0.12*	0.04	0.12*	0.52**	1.00	
11	-0.09	-0.14*	-0.18**	-0.09	0.10	0.23**	0.14*	0.20**	0.68**	0.38**	1.00

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

Not: 1 = İyimserlik, 2 = Duygu Kullanımı, 3 = Duygu Değerlendirme, 4 = Bilişsel Esneklik, 5 = Bulaş, 6 = Sorumluluk, 7 = Kabul Edilmez Düşünceler, 8 = Simetri, 9 = Demokratik, 10 = Koruyucu İstekçi, 11= Otoriter

#### **4.6. Ebeveyn Tutumları, Bilişsel Esneklik ve Duygusal Zekanın OKB Alt Ölçeklerini Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Demokratik, koruyucu-istekçi, otoriter ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik ve duygusal zeka puanlarının obsesif kompulsif bozukluk puanlarını yordama düzeyini ölçmek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinde demokratik, koruyucu-istekçi, otoriter ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik, duygu kullanımı, duygu değerlendirme, iyimserlik yordayıcı değişkenler; obsesif kompulsif bozukluk puanları (Bulaş, Sorumluluk, Kabul edilmez düşünceler, Simetri) ise yordanan değişken olarak ele alınmıştır. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinde stepwise yöntemi kullanılmıştır.

#### **4.7. OKB Bulaş Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Obsesif kompulsif bozukluğun Bulaş alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ( $B = -0.06$ ,  $sh = 0.02$ ,  $\beta = -0.16$ ,  $t = -2.82$ ,  $p = 0.005$ ) ve koruyucu istekçi ( $B = -0.06$ ,  $sh = 0.02$ ,  $\beta = 0.14$ ,  $t = -2.82$ ,  $p = 0.016$ ) ebeveyn tutum puanlarının bulaş alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %3.7'sini (düzeltilmiş  $R^2 = 0.037$ ,  $F = 6.983$ ;  $p < 0.05$ ) açıkladığı bulunmuştur (Tablo 4.7).

**Tablo 4.7: OKB Bulaş Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Model	Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz.R <sup>2</sup>	F
							Düşük	Yüksek				
1	Bilişsel Esneklik	-0.06	0.02	-0.16	-2.82	0.005	-0.10	-0.02	1.00	1.00	0.022	7.959
2	Bilişsel Esneklik	-0.07	0.02	-0.20	-3.40	0.001	-0.11	-0.03	0.92	1.08	0.037	6.983
	Koruyucu İstekçi	0.06	0.02	0.14	2.43	0.016	0.01	0.11	0.92	1.08		

#### 4.8. OKB Sorumluluk Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Obsesif kompulsif bozukluğun sorumluluk alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ( $B = -0.7$ ,  $t = -3.54$ ,  $p = <0.001$ ) ve otoriter ( $B = 0.15$ ,  $t = 4.10$ ,  $p = <0.001$ ) ebeveyn tutum puanlarının sorumluluk alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.2'sini (düzeltilmiş  $R^2 = 0.082$ ,  $F = 14.999$ ;  $p < 0.001$ ) açıkladığı bulunmuştur (Tablo 4.8).

**Tablo 4.8: OKB Sorumluluk Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

%95 Güven Aralığı												
Model	Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	Düşük	Yüksek	Tolerans	VIF	Düz. $R^2$	F
1	Otoriter	0.15	0.04	0.23	4.10	<0.001	0.08	0.23	1.00	1.00	0.048	16.814
2	Otoriter	0.14	0.04	0.21	3.83	<0.001	0.07	0.21	0.99	1.01	0.082	14.999
	Bilişsel Esneklik	-0.07	0.02	-0.19	-3.54	<0.001	-0.11	-0.03	0.99	1.01		

#### 4.9. OKB Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Obsesif kompulsif bozukluğun kabul edilmez düşünceler alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ( $B = -0.09$ ,  $t = -4.43$ ,  $p = <.001$ ) ve demokratik ( $B = 0.10$ ,  $t = 3.22$ ,  $p = .001$ ) ebeveyn tutum puanlarının kabul edilmez düşünceler alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.3'ünü (düzeltilmiş  $R^2 = 0.083$ ,  $F = 15.288$ ;  $p < .001$ ) açıkladığı bulunmuştur (Tablo 4.9).

**Tablo 4.9: OKB Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Model	Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz. R <sup>2</sup>	F
							Düşük	Yüksek				
1	Bilişsel Esneklik	-0.09	0.02	-0.24	-4.43	<0.001	-0.13	-0.05	1.00	1.00	0.056	19.618
2	Bilişsel Esneklik	-0.09	0.02	-0.25	-4.59	<0.001	-0.13	-0.05	1.00	1.00	0.083	15.288
	Demokratik	0.10	0.03	0.17	3.22	0.001	0.04	0.16	1.00	1.00		

#### 4.10. OKB Simetri Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

Obsesif kompulsif bozukluğun simetri alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ( $B = -0.06$ ,  $t = -2.44$ ,  $p = 0.015$ ), duygu değerlendirme ( $B = -0.12$ ,  $t = -3.78$ ,  $p = <0.001$ ) ve demokratik ( $B = 0.11$ ,  $t = 3.31$ ,  $p = 0.001$ ) ebeveyn tutum puanlarının simetri alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.4'ünü (düzeltilmiş  $R^2 = 0.084$ ,  $F = 10.680$  ;  $p < .001$ ) açıkladığı bulunmuştur (Tablo 4.10).

**Tablo 4.10. OKB Simetri Alt Ölçeğini Yordayan Değişkenlere Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Model	Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	%95 Güven Aralığı		Tolerans	VIF	Düz. R <sup>2</sup>	F
							Düşük	Yüksek				
1	Duygu Değerlendirme	-0.12	0.03	-0.21	-3.78	<0.001	-0.18	-0.06	1.00	1.00	0.040	14.252
2	Duygu Değerlendirme	-0.11	0.03	-0.19	-3.52	<0.001	-0.17	-0.05	0.99	1.01	0.070	12.839
	Demokratik	0.11	0.03	0.18	3.31	0.001	0.04	0.17	0.99	1.01		
3	Duygu Değerlendirme	-0.07	0.03	-0.12	-1.91	0.057	-0.13	0.00	0.76	1.32	0.084	10.680
	Demokratik	0.11	0.03	0.19	3.53	0.000	0.05	0.18	0.99	1.02		
	Bilişsel Esneklik	-0.06	0.02	-0.15	-2.44	0.015	-0.11	-0.01	0.76	1.31		

#### 4.10. Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolünü değerlendirmek amacıyla Process Macro V.4.3. programındaki model 4 kullanılmıştır. Paralel çoklu aracı modelde demokratik, koruyucu istekçi, otoriter ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluğun alt boyutları olan bulaş, simetri, kabul edilmez düşünceler, sorumluluk alt boyutları arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolü üç modelde incelenmiştir.

Modelde bağımsız değişken olan ebeveyn tutumlarının obsesif kompulsif bozukluk üzerindeki etkisi, duygusal zeka (M1) ve bilişsel esneklik (M2) aracılığıyla incelenmiştir. Bu kapsamda ebeveyn tutumlarından OKB'ye uzanan 4 farklı dolaylı yol ve 1 doğrudan yol tanımlanmıştır.

$(X \rightarrow M1 \rightarrow Y; X \rightarrow M2 \rightarrow Y; X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y; X \rightarrow M2 \rightarrow M1 \rightarrow Y; X \rightarrow Y).$

##### 4.10.1. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Çalışmada, demokratik ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığı PROCESS Macro programında bulunan Model 4 ile test edilmiştir. Analizlerde bootstrap örnekleme yöntemi (5000 tekrar) kullanılmıştır.

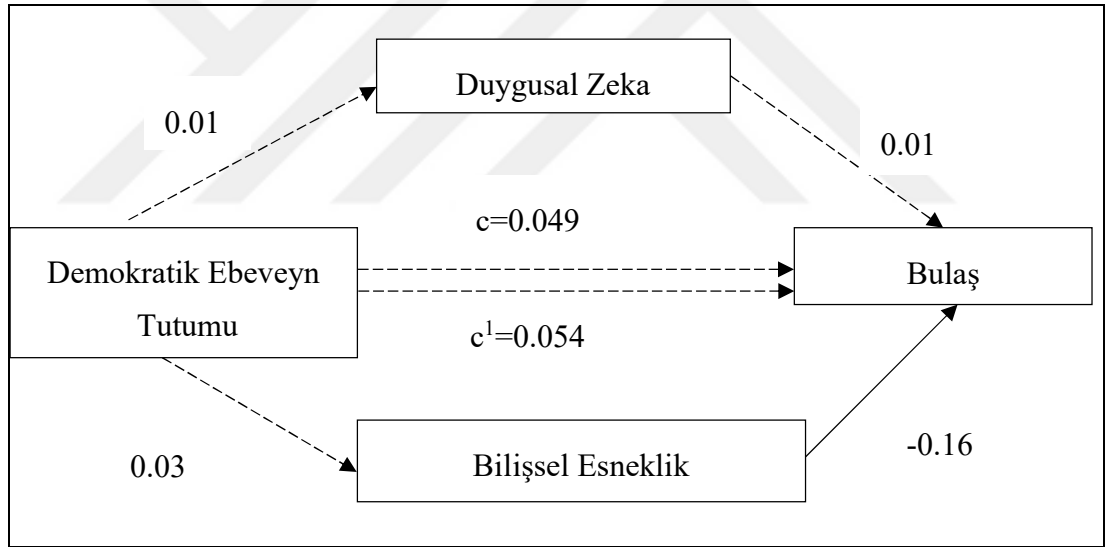
İlk olarak, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.029$ ,  $SE = 0.168$ ,  $t = 0.17$ ,  $p = .864$ , %95 CI [-0.301, 0.359]). Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir ( $b = 0.044$ ,  $SE = 0.085$ ,  $t = 0.51$ ,  $p = .607$ , %95 CI [-0.123, 0.211]).

Bağımlı değişken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde demokratik ebeveyn tutum, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 2.97$ ,  $p = .032$ ,  $R^2 = .0278$ ). Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.059$ ,  $SE = 0.025$ ,  $t = -2.37$ ,  $p = .019$ , %95 CI [-0.109, -0.010]). Demokratik ebeveyn tutumu ( $p = .331$ ) ve duygusal zeka ( $p = .871$ ) değişkenlerinin bulaş

üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam etkisi de anlamlı değildir ( $b = 0.027$ ,  $SE = 0.030$ ,  $t = 0.88$ ,  $p = .379$ , %95 CI [-0.033, 0.087]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.003$ , %95 CI [-0.014, 0.010]). Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → bulaş ( $b = 0.0001$ , %95 CI [-0,006, 0,006]) ve demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş ( $b = -0.0026$ , %95 CI [-0.016, 0.011]) yollarının da güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı olmadığı görülmüştür.

Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.1).



**Şekil 4.1: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.2. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

İlk olarak, koruyucu ebeveyn tutumunun duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş ve bu ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur ( $b = 0.4339$ ,  $SE = 0.1327$ ,  $t = 3.27$ ,  $p =$

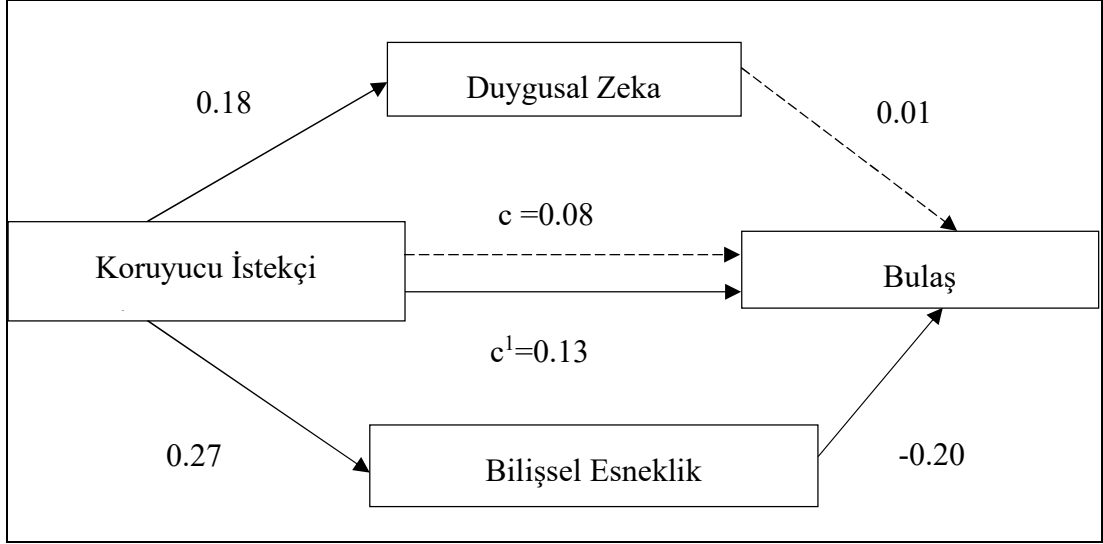
.0012, %95 CI [0.1728, 0.6950]). Aynı şekilde, koruyucu ebeveyn tutumunun bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de istatistiksel olarak anlamlıdır ( $b = 0.3336$ ,  $SE = 0.0656$ ,  $t = 5.08$ ,  $p < .001$ , %95 CI [0.2045, 0.4627]).

Bağımlı değişken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 4.64$ ,  $p = .003$ ,  $R^2 = .0427$ ). Bu modelde, koruyucu ebeveyn tutumunun bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır ( $b = 0.0604$ ,  $SE = 0.0250$ ,  $t = 2.42$ ,  $p = .0161$ , %95 CI [0.0113, 0.1095]). Bilişsel esnekliğin bulaş üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.0717$ ,  $SE = 0.0254$ ,  $t = -2.82$ ,  $p = .0052$ , %95 CI [-0.1217, -0.0216]). Buna karşın, duygusal zekanın bulaş üzerindeki etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.0013$ ,  $p = .9148$ ).

Koruyucu ebeveyn tutumunun bulaş üzerindeki toplam etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.0371$ ,  $SE = 0.0244$ ,  $t = 1.52$ ,  $p = .1290$ , %95 CI [-0.0108, 0.0850]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.0233$ ,  $BootSE = 0.0089$ , %95 CI [-0.0423, -0.0078]). Spesifik aracılık yollarına bakıldığında, koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş yolu anlamlıdır ( $b = -0.0239$ ,  $BootSE = 0.0115$ , %95 CI [-0.0505, -0.0059]), ancak koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → bulaş yolu anlamlı değildir ( $b = 0.0006$ ,  $BootSE = 0.0067$ , %95 CI [-0.0107, 0.0163]).

Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumunun bulaş üzerindeki etkisinde bilişsel esneklik değişkeninin anlamlı bir aracı rolü olduğu görülmektedir. Duygusal zeka ise bu ilişkide aracılık rolü göstermemektedir (Şekil 4.2).



**Şekil 4.2: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.3. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

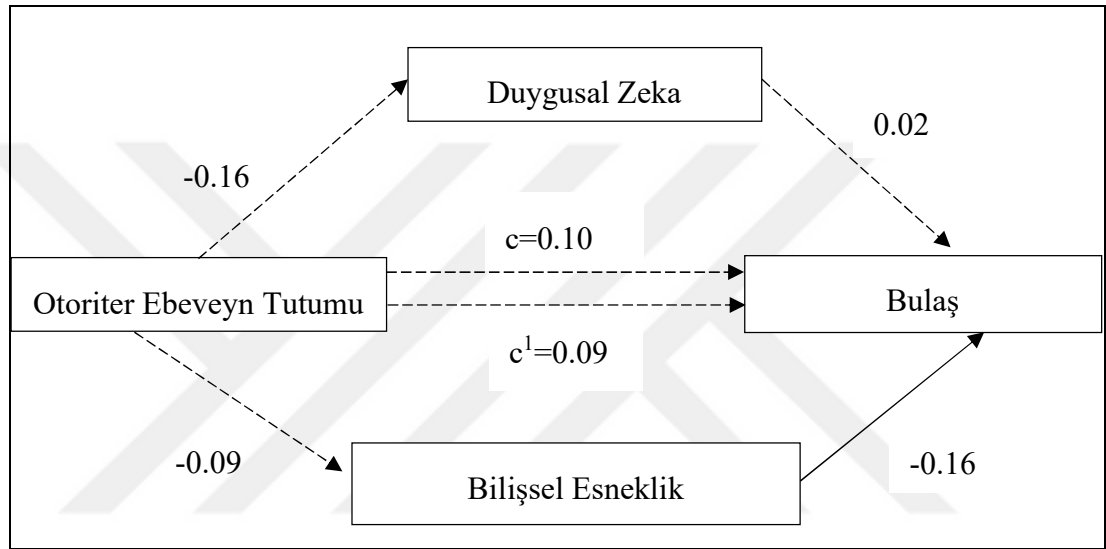
İlk olarak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zekâ üzerindeki etkisi incelenmiş, bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $b = -0.6077$ ,  $SE = 0.2026$ ,  $t = -3.00$ ,  $p = .0029$ , %95 CI [-1.0062, -0.2091]). Ancak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.1682$ ,  $SE = 0.1035$ ,  $t = -1.62$ ,  $p = .1052$ , %95 CI [-0.3718, 0.0355]).

Bağımlı değişken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zekâ ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 3.55$ ,  $p = .0149$ ,  $R^2 = .0330$ ). Bu modelde sadece bilişsel esneklik değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.0591$ ,  $SE = 0.0250$ ,  $t = -2.36$ ,  $p = .0187$ , %95 CI [-0.1083, -0.0099]). Otoriter ebeveyn tutumu ( $p = .1048$ ) ve duygusal zekâ ( $p = .7032$ ) değişkenlerinin bulaş üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Ayrıca, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam etkisi de istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $b = 0.0675$ ,  $SE = 0.0370$ ,  $t = 1.82$ ,  $p = .0690$ , %95 CI [-0.0053, 0.1404]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.0070$ ,  $BootSE = 0.0107$ , %95 CI [-0.0128,

0.0300]). Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan otoriter ebeveyn tutumu → duygusal zekâ → bulaş ( $b = -0.0030$ ,  $BootSE = 0.0100$ , %95 CI [-0.0263, 0.0143]) ve otoriter ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş ( $b = 0.0099$ ,  $BootSE = 0.0099$ , %95 CI [-0.0029, 0.0348]) yollarının da güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı olmadığı görülmüştür.

Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zekâ ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.3).



**Şekil 4.3: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Bulaş Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### **4.10.4. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

Demokratik ebeveyn tutumunun duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu etki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.029$ ,  $SE = 0.168$ ,  $t = 0.17$ ,  $p = .864$ , %95 GA [-0.301, 0.359]). Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumunun bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir ( $b = 0.044$ ,  $SE = 0.085$ ,  $t = 0.51$ ,  $p = .607$ , %95 GA [-0.123, 0.211]).

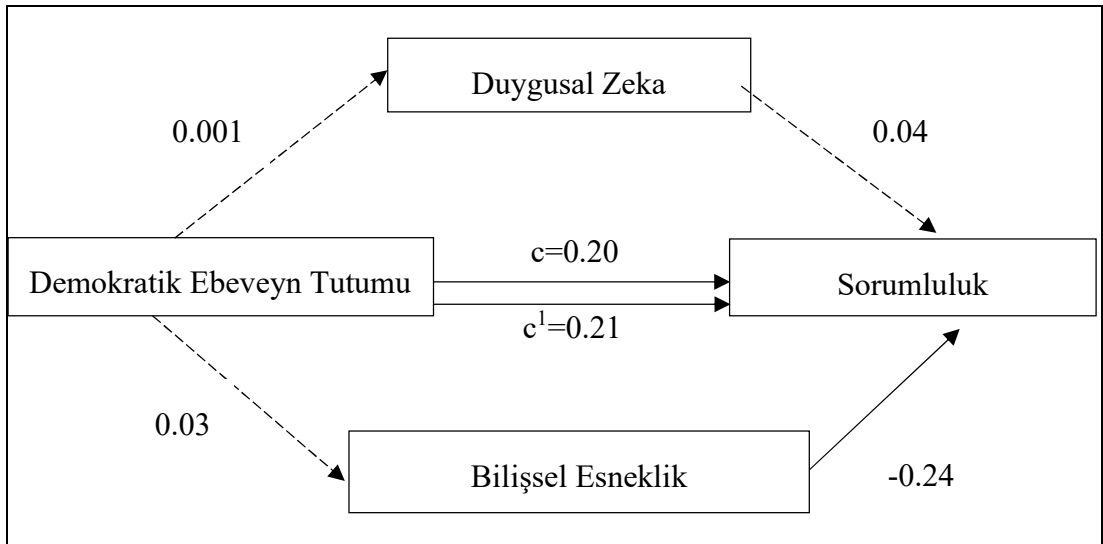
Bağımlı değişken olan sorumluluk üzerindeki etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği

regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 10.36, p < .001, R^2 = .091$ ). Bu modelde, demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır ( $b = 0.118, SE = 0.030, t = 3.92, p < .001, \%95 \text{ GA } [0.059, 0.177]$ ). Ayrıca, bilişsel esnekliğin de sorumluluk üzerinde anlamlı ve negatif yönde bir etkisi vardır ( $b = -0.091, SE = 0.025, t = -3.63, p < .001, \%95 \text{ GA } [-0.140, -0.042]$ ). Ancak, duygusal zeka değişkeninin sorumluluk üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.009, SE = 0.013, t = 0.69, p = .490, \%95 \text{ GA } [-0.016, 0.034]$ ).

Demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi de anlamlıdır ( $b = 0.114, SE = 0.031, t = 3.71, p = .0002, \%95 \text{ GA } [0.054, 0.175]$ ).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.004, \text{BootSE} = 0.008, \%95 \text{ GA } [-0.020, 0.012]$ ). Özel dolaylı etkilere bakıldığında, demokratik ebeveyn tutumu  $\rightarrow$  duygusal zeka  $\rightarrow$  sorumluluk yolunun dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.0003, \text{BootSE} = 0.0029, \%95 \text{ GA } [-0.007, 0.006]$ ); benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu  $\rightarrow$  bilişsel esneklik  $\rightarrow$  sorumluluk yolundaki dolaylı etki de anlamlı değildir ( $b = -0.0040, \text{BootSE} = 0.0091, \%95 \text{ GA } [-0.022, 0.014]$ ).

Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile sorumluluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.4).



**Şekil 4.4: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.5. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.4339$ ,  $SE = 0.1327$ ,  $t = 3.2697$ ,  $p = .0012$ , %95 GA [0.1728, 0.6950]). Bu bulgu, koruyucu ebeveyn tutumunun duygusal zekayı anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir.

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.3336$ ,  $SE = 0.0656$ ,  $t = 5.0840$ ,  $p = .0000$ , %95 GA [0.2045, 0.4627]). Bu sonuç, koruyucu ebeveyn tutumunun bilişsel esnekliği anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir.

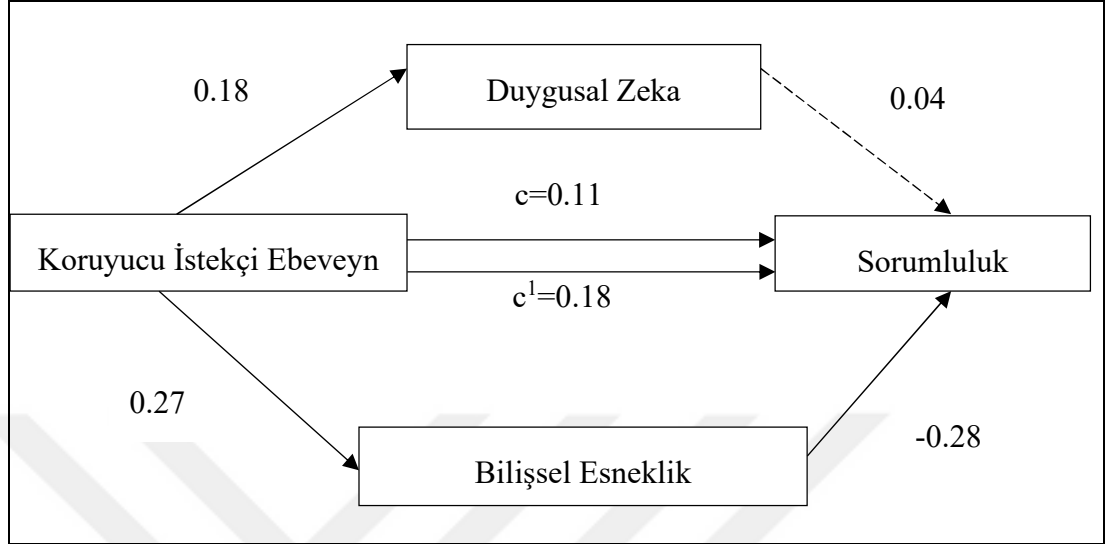
Koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte yer aldığı model, sorumluluk üzerindeki etkileri anlamlı bir şekilde yordamaktadır ( $F(3, 312) = 8.9047$ ,  $p = .0000$ ,  $R^2 = .0789$ ). Bu modelde, koruyucu ebeveyn tutumu ( $b = 0.0846$ ,  $SE = 0.0253$ ,  $t = 3.3449$ ,  $p = .0009$ ) ve bilişsel esneklik ( $b = -0.1063$ ,  $SE = 0.0258$ ,  $t = -4.1209$ ,  $p = .0000$ ) değişkenlerinin doğrudan etkileri anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, duygusal zekanın ( $b = 0.0074$ ,  $SE = 0.0128$ ,  $t = 0.5834$ ,  $p = .5601$ ) etkisi anlamlı değildir.

Toplam etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0524$ ,  $SE = 0.0251$ ,  $t = 2.0893$ ,  $p = .0375$ , %95 GA [0.0031, 0.1017]). Doğrudan etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0846$ ,  $SE = 0.0253$ ,  $t = 3.3449$ ,  $p = .0009$ , %95 GA [0.0348, 0.1344]).

Bununla birlikte, dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı olmamıştır ( $b = -0.0322$ ,  $BootSE = 0.0101$ , %95 GA [-0.0545, -0.0150]). Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → sorumluluk ( $b = 0.0032$ ,  $BootSE = 0.0058$ , %95 GA [-0.0073, 0.0164]) ve koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → sorumluluk ( $b = -0.0355$ ,  $BootSE = 0.0122$ , %95 GA [-0.0627, -0.0152]) yollarının güven aralıkları sıfırı içermediği için anlamlı olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile sorumluluk arasındaki ilişkide, duygusal zeka değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı ve bilişsel esnekliğin aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Doğrudan etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn

tutumunun ve bilişsel esnekliğin sorumluluk üzerinde anlamlı etkileri olduğu görülmüştür (Şekil 4.5).



**Şekil 4.5: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.6. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Otoriter ebeveyn tutumunun aracı değişkenler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Otoriter ebeveyn tutumunun bilişsel esneklik üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.608$ ,  $SE = 0.203$ ,  $t = -3.00$ ,  $p = .003$ , %95 GA [-1.006, -0.209]). Buna karşılık, otoriter ebeveyn tutumunun duygusal zeka üzerindeki etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.168$ ,  $SE = 0.103$ ,  $t = -1.62$ ,  $p = .105$ , %95 GA [-0.372, 0.035]).

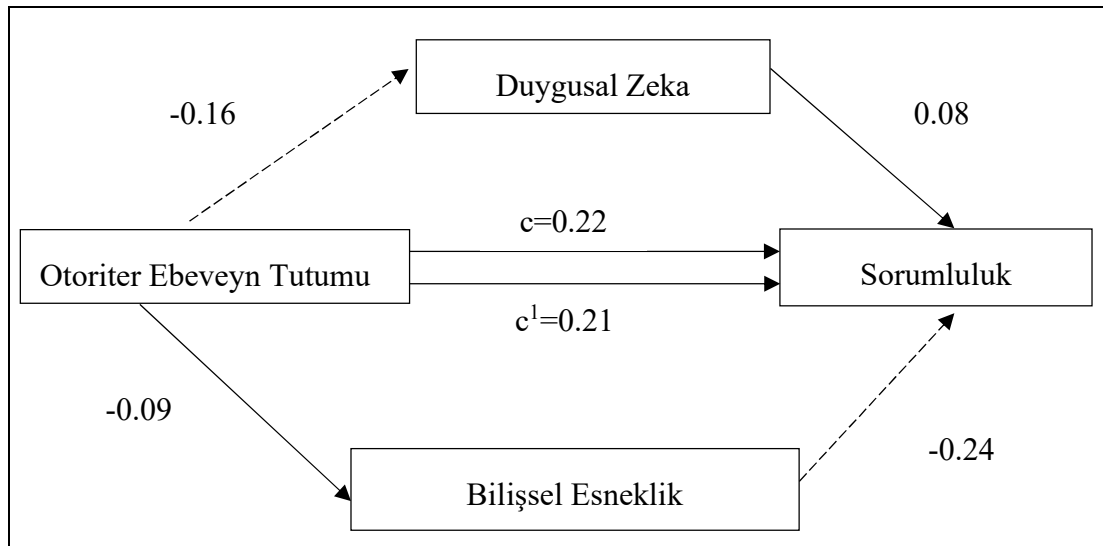
Bağımlı değişken olan sorumluluk üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, bilişsel esneklik ve duygusal zeka birlikte modele dahil edildiğinde modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $F(3, 312) = 10.50$ ,  $p < .001$ ,  $R^2 = .092$ ). Modelde, otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır ( $b = 0.148$ ,  $SE = 0.037$ ,  $t = 3.97$ ,  $p < .001$ , %95 GA [0.075, 0.221]). Ayrıca duygusal zekanın da sorumluluk üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.089$ ,

SE = 0.025,  $t = -3.56$ ,  $p < .001$ , %95 GA [-0.138, -0.040]). Ancak bilişsel esnekliğin etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.015$ , SE = 0.013,  $t = 1.21$ ,  $p = .229$ , %95 GA [-0.010, 0.041]).

Otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi anlamlıdır ( $b = 0.154$ , SE = 0.037,  $t = 4.10$ ,  $p < .001$ , %95 GA [0.080, 0.227]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = 0.006$ , BootSE = 0.012, %95 GA [-0.018, 0.029]). Spesifik aracılık yolları incelendiğinde ise, bilişsel esneklik aracılığıyla olan etki ( $b = -0.009$ , %95 GA [-0.033, 0.004]) ve duygusal zeka aracılığıyla olan etki ( $b = 0.015$ , %95 GA [-0.005, 0.041]) sıfırı içeren güven aralıkları nedeniyle istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile sorumluluk düzeyi arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve duygusal zeka değişkenlerinin aracı rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Ancak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması, bu ebeveynlik tutumunun bireylerin aşırı sorumluluk duygusunu etkileyebileceğini göstermektedir (Şekil 4.6).



**Şekil 4.6: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Sorumluluk Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.7. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiştir. Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.0288$ ,  $SE = 0.1678$ ,  $t = 0.1715$ ,  $p = .8639$ , %95 CI [-0.3013, 0.3589]).

Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.0436$ ,  $SE = 0.0848$ ,  $t = 0.5144$ ,  $p = .6073$ , %95 CI [-0.1233, 0.2106]).

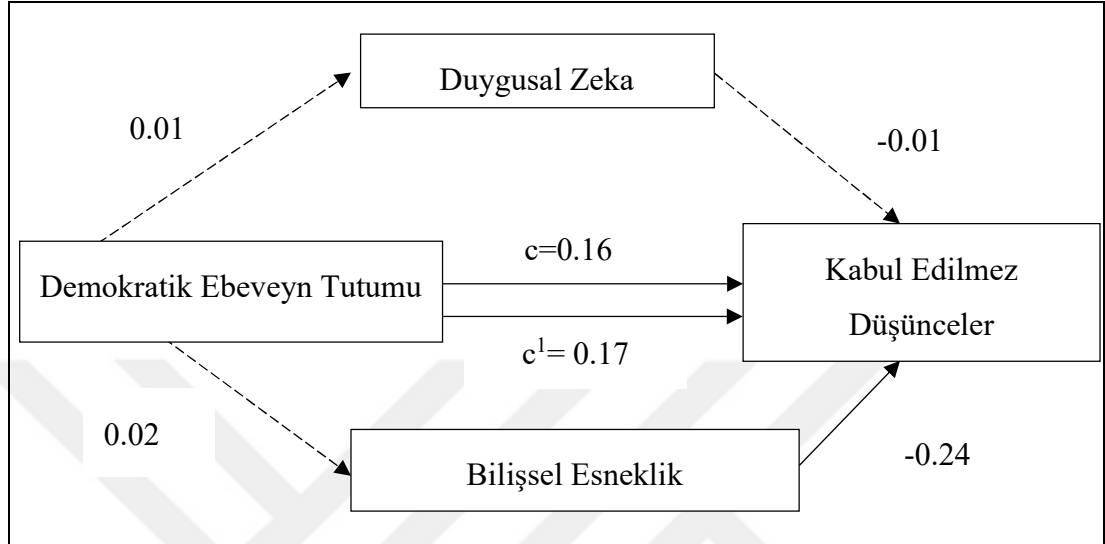
Bağımlı değişken olan kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 10.1608$ ,  $p = .0000$ ,  $R^2 = .0890$ ). Bu modelde demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0990$ ,  $SE = 0.0308$ ,  $t = 3.2149$ ,  $p = .0014$ , %95 CI [0.0384, 0.1596]). Ancak duygusal zeka değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisi anlamlı değildir ( $p = .9539$ ). Bilişsel esneklik değişkeni ise istatistiksel olarak anlamlı bir etki göstermiştir ( $p = .0003$ ).

Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0949$ ,  $SE = 0.0317$ ,  $t = 2.9949$ ,  $p = .0030$ , %95 CI [0.0326, 0.1573]).

Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0990$ ,  $SE = 0.0308$ ,  $t = 3.2149$ ,  $p = .0014$ , %95 CI [0.0384, 0.1596]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $b = -0.0041$ ,  $BootSE = 0.0093$ ,  $BootLLCI = -0.0224$ ,  $BootULCI = 0.0145$ ). Spesifik aracılık yolları olan demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → bulaş ( $b = 0.0000$ ,  $BootSE = 0.0026$ ,  $BootLLCI = -0.0054$ ,  $BootULCI = 0.0060$ ) ve demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş ( $b = -0.0041$ ,  $BootSE = 0.0093$ ,  $BootLLCI = -0.0238$ ,  $BootULCI = 0.0136$ ) güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı bulunmamıştır.

Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.7).



**Şekil 4.7: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### **4.10.8. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.334$ ,  $SE = 0.066$ ,  $t = 5.084$ ,  $p < .001$ , %95 CI [0.205, 0.463]). Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.434$ ,  $SE = 0.139$ ,  $t = 3.270$ ,  $p = .001$ , %95 CI [0.173, 0.695]).

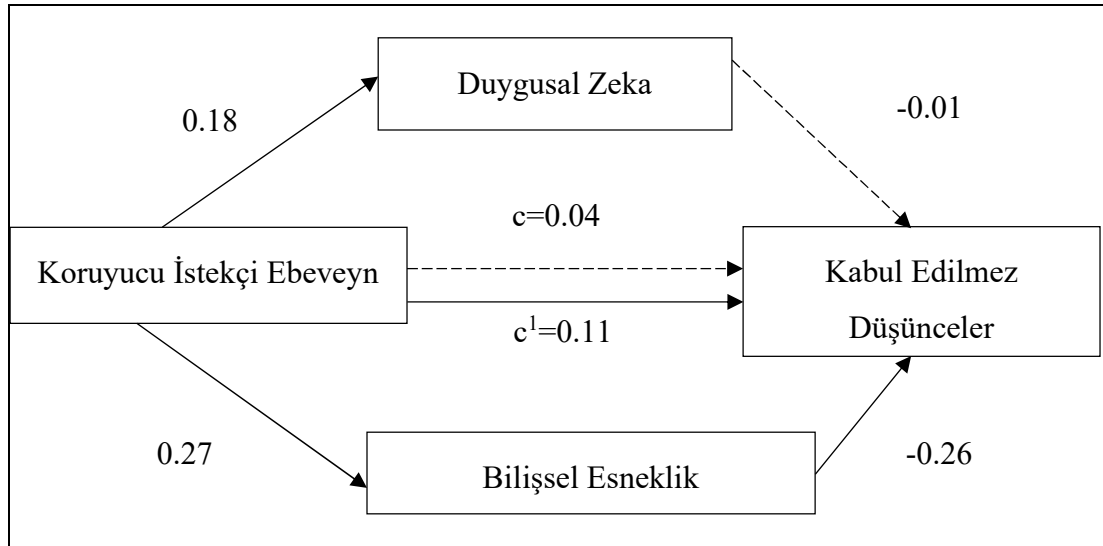
Bağımlı değişken olan kabul Edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 8.0436$ ,  $p < .001$ ,  $R^2 = .0718$ ). Bu modelde, yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki

doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.102$ ,  $SE = 0.026$ ,  $t = -3.855$ ,  $p < .001$ , %95 CI  $[-0.154, -0.050]$ ). Koruyucu ebeveyn tutumunun ( $p = .0377$ ) kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisi anlamlıdır, ancak duygusal zeka ( $p = .8970$ ) değişkeninin etkisi anlamsızdır.

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.0194$ ,  $SE = 0.0258$ ,  $t = 0.7530$ ,  $p = .4520$ , %95 CI  $[-0.0314, 0.0703]$ ).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlıdır ( $b = -0.0348$ , %95 CI  $[-0.0582, -0.0163]$ ). Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → kabul edilmez düşünceler ( $b = -0.0007$ , %95 CI  $[-0.0125, 0.0131]$ ) ve koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → kabul edilmez düşünceler ( $b = -0.0341$ , %95 CI  $[-0.0625, -0.0133]$ ) yollarının da anlamlı olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.8).



**Şekil 4.8: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

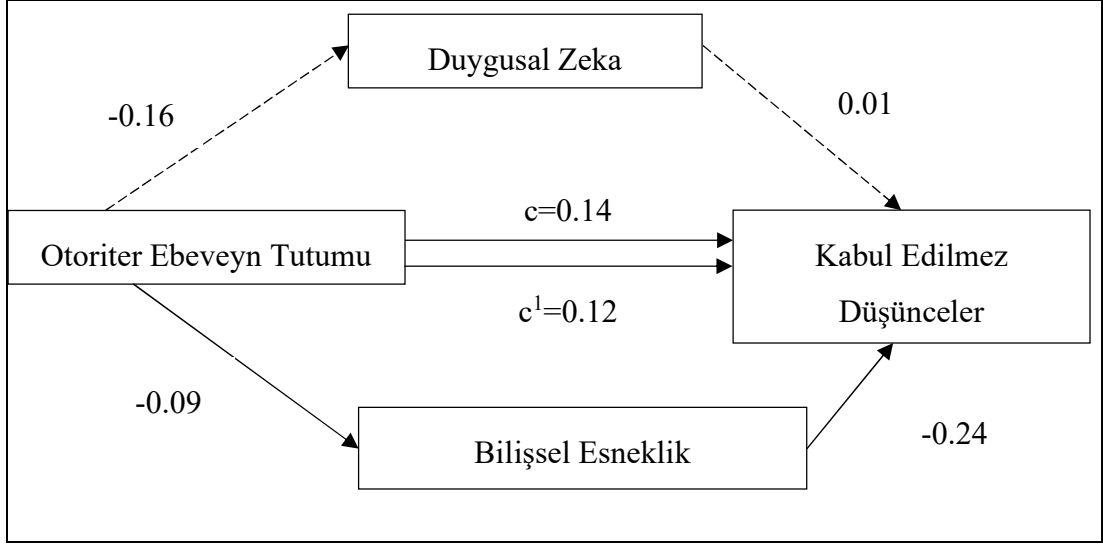
#### 4.10.9. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = -0.1682$ ,  $SE = 0.1035$ ,  $t = -1.6248$ ,  $p = .1052$ , %95 CI [-0.3718, 0.0355]). Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlıdır ( $b = -0.6077$ ,  $SE = 0.2026$ ,  $t = -3.0001$ ,  $p = .0029$ , %95 CI [-1.0062, -0.2091]).

Bağımlı değişken olan kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 8.3129$ ,  $p < .0001$ ,  $R^2 = .0740$ ). Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.0911$ ,  $SE = 0.0259$ ,  $t = -3.5230$ ,  $p = .0005$ , %95 CI [-0.1420, -0.0402]). Otoriter ebeveyn tutumu ( $p = .0244$ ) değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisi anlamlıdır, ancak duygusal zeka ( $p = .8176$ ) değişkeninin etkisi anlamlı değildir.

Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.1007$ ,  $SE = 0.0389$ ,  $t = 2.5845$ ,  $p = .0102$ , %95 CI [0.0240, 0.1773]). Ancak, bilişsel esneklik ve duygusal zeka aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etkiler incelendiğinde, bilişsel esneklik üzerinden gerçekleşen dolaylı etki anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0153$ , %95 CI [0.0065, 0.0427]), duygusal zeka üzerinden gerçekleşen dolaylı etki ise anlamlı değildir ( $b = -0.0019$ , %95 CI [-0.0246, 0.0156]).

Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide bilişsel esneklik değişkeninin aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Duygusal Zeka ise bu ilişkide bir aracılık rolü oynamamaktadır (Şekil 4.9).



**Şekil 4.9: Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Kabul Edilmez Düşünceler Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### 4.10.10. Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular

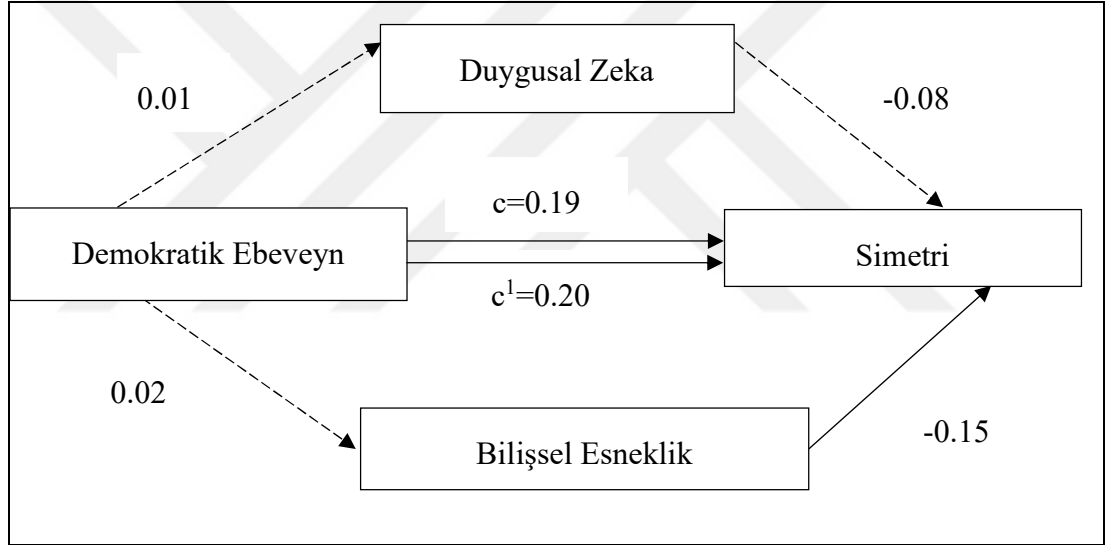
Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = 0.029$ ,  $SE = 0.168$ ,  $t = 0.17$ ,  $p = .864$ , %95 CI [-0.301, 0.359]). Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir ( $b = 0.044$ ,  $SE = 0.085$ ,  $t = 0.51$ ,  $p = .607$ , %95 CI [-0.123, 0.211]).

Bağımlı değişken olan simetri üzerindeki etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 2.97$ ,  $p = .032$ ,  $R^2 = .0278$ ). Bu modelde bilişsel esneklik değişkeninin ve demokratik ebeveyn tutumunun simetri üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.1197$ ,  $SE = 0.2033$ ,  $t = 3.75$ ,  $p = .0002$ , %95 CI [0.0570, 0.1824]). Demokratik ebeveyn tutumu ( $p = .331$ ) ve duygusal zeka ( $p = .871$ ) değişkenlerinin simetri üzerindeki etkileri anlamlı değildir.

Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.1166$ ,  $SE = 0.1979$ ,  $t = 3.57$ ,  $p = .0004$ , %95 CI [0,0525, 0.1806]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.003$ , %95 CI [-0.014, 0.010]). Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri ( $b = 0.0001$ , %95 CI [-0.006, 0.006]) ve demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri ( $b = -0.0026$ , %95 CI [-0.016, 0.011]) yollarının da güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı olmadığı görülmüştür.

Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil 4.10).



**Şekil 4.10: Demokratik Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### **4.10.11. Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

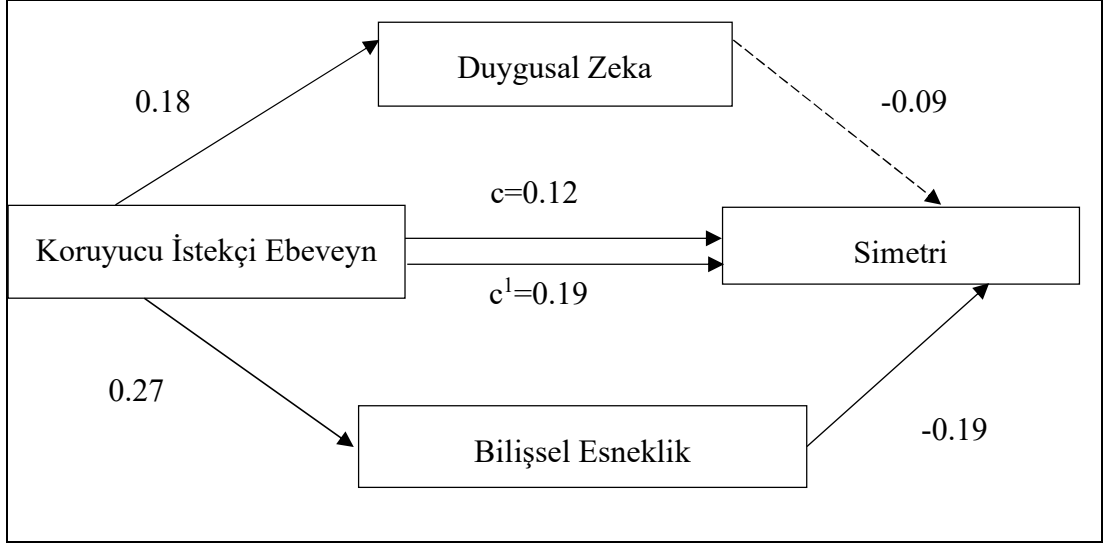
Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş ve bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.3336$ ,  $SE = 0.0656$ ,  $t = 5.0840$ ,  $p = .0000$ , %95 CI [0.2045, 0.4627]). Ayrıca, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin

bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.4339$ ,  $SE = 0.1327$ ,  $t = 3.2697$ ,  $p = .0012$ , %95 CI [0.1728, 0.6950]).

Bağımlı değişken olan simetri üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, bilişsel esneklik ve duygusal zekanın birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 9.1249$ ,  $p = .0000$ ,  $R^2 = 0.0807$ ). Bu modelde, yalnızca koruyucu ebeveyn tutumu ( $b = 0.0916$ ,  $SE = 0.0267$ ,  $t = 3.4242$ ,  $p = .0007$ , %95 CI [0.0390, 0.1442]) ve bilişsel esneklik ( $b = -0.0777$ ,  $SE = 0.0273$ ,  $t = -2.8478$ ,  $p = .0047$ , %95 CI [-0.1313, -0.0240]) değişkenlerinin simetri üzerindeki etkileri anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, duygusal zeka değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı değildir ( $b = -0.0188$ ,  $SE = 0.0135$ ,  $t = -1.3942$ ,  $p = .1642$ , %95 CI [-0.0453, 0.0077]).

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.0575$ ,  $SE = 0.0265$ ,  $t = 2.1687$ ,  $p = .0309$ , %95 CI [0.0053, 0.1097]). Bununla birlikte, dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi de anlamlı bulunmuştur ( $b = -0.0341$ , %95 CI [-0.0558, -0.0160]). Spesifik aracılık yolları incelendiğinde Koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri yolu ( $b = 0.0177$ , %95 CI [-0.0098, 0.0482]) anlamlı olmadığı, koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri yolunun ise ( $b = -0.0259$ , %95 CI [-0.0492, -0.0073]) anlamlı olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide, duygusal zeka değişkeninin aracılık rolü anlamlı bulunmazken, bilişsel esneklik değişkeninin aracılık rolü kısmi olarak anlamlıdır (Şekil 4.11).



**Şekil 4.11: Koruyucu İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

#### **4.10.12. Otoriter Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

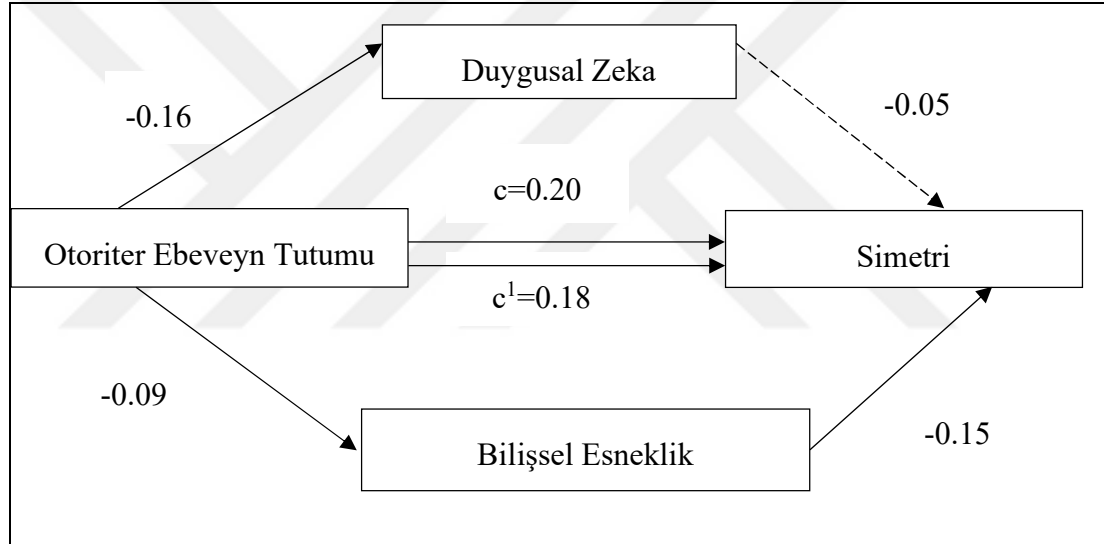
Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $b = -0.1682$ ,  $SE = 0.1035$ ,  $t = -1.6248$ ,  $p = .1052$ , %95 CI [-0.3718, 0.0355]). Öte yandan, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlıdır ( $b = -0.6077$ ,  $SE = 0.2026$ ,  $t = -3.0001$ ,  $p = .0029$ , %95 CI [-1.0062, -0.2091]).

Simetri üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur ( $F(3, 312) = 8.7527$ ,  $p = .0000$ ,  $R^2 = 0.0776$ ). Bu modelde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.1298$ ,  $SE = 0.0398$ ,  $t = 3.2650$ ,  $p = .0012$ , %95 CI [0.0516, 0.2081]). Duygusal zeka ( $p = .0281$ ) değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı; ancak bilişsel esneklik ( $p = .3949$ ) değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı değildir.

Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur ( $b = 0.1468$ ,  $SE = 0.0398$ ,  $t = 3.6849$ ,  $p = .0003$ , %95 CI [0.0684, 0.2252]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamsız bulunmuştur ( $b = 0.0170$ , %95 CI [-0.0046, 0.0427]). Ayrıca, otoriter ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri yolunun ( $b = 0.0099$ , %95 CI [-0.0042, 0.0316]) ve otoriter ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri yolunun anlamlı olmadığı ( $b = -0.0028$ , %95 CI [-0.0356, 0.0197]) tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin bazı dolaylı etkileri olsa da doğrudan etkilerin yanı sıra aracılık etkisinin yalnızca bilişsel esneklik üzerinden anlamlı olduğu gözlemlenmiştir (Şekil 4.12).



**Şekil 4.12: Otoriter İstekçi Ebeveyn Tutumu ile Simetri Alt Ölçeği Arasındaki İlişkide Duygusal Zeka ve Bilişsel Esnekliğin Aracılık Analizine İlişkin Bulgular**

*Not.* Şekilde standardize coefficient değerleri verilmiştir.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Yapılmış olan bu tez çalışmasında ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolü incelenmiştir. Analiz bulgularının değerlendirilmesi ve bulguların literatür kapsamında değerlendirilmesi bu bölümde gerçekleştirilmiştir.

#### 5.1. Demografik Bulguların Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Araştırmanın temel değişkenleri olan ebeveyn tutumları (demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter tutumlar), bilişsel esneklik, duygusal zeka ve obsesif kompulsif bozukluk (bulaş, simetri, kabul edilmez düşünceler, sorumluluk) puanlarında cinsiyet açısından farklılık olup olmadığına bakmak için analizler yapılmış ve sonuçları değerlendirilmiştir. Yapılan analiz sonuçları incelendiğinde ebeveyn tutumları puanlarında cinsiyetler arası herhangi bir farklılık görülmemiştir. Bilişsel esneklik ölçeği uygulanan erkek katılımcıların puanlarının kadın katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında erkeklerin bilişsel esneklik düzeylerinin yüksek çıktığı çalışmalar bulunmasının yanı sıra (İkiz ve Asıcı, 2015); kadın ve erkeklerin benzer ortalamaya sahip olduğu çalışmalar da mevcuttur (Demirci ve Güneri, 2020). Boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeğinin (BOKÖ) cinsiyet karşılaştırması sonucu Sorumluluk alt boyutunda farklılıklar bulunmuş ve kadın katılımcıların puanlarının erkek katılımcıların puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sorumluluk alt boyutu kendisine veya başkalarına zarar verme ve hata yapma hakkında abartılmış sorumluluk duygusunu içermektedir (Şafak ve ark., 2017). Bu bağlamda değerlendirildiğinde kadınların zarar verme obsesyonlarının daha yüksek çıkmasının literatürle uyumlu olduğu görülmüştür. Bu durum özellikle ev hanımlarında çocuklarına zarar verme obsesyonu olarak karşımıza çıkmaktadır (Sayar ve ark., 1999). Yapılan çalışmalara bakıldığında kadınlarda temizlik obsesyonları ve kirlilik kompulsiyonları; erkeklerde cinsellik, simetri, saldırganlık şeklinde obsesyonlarının daha sık görüldüğüne dair bulgular vardır (Bal ve ark., 2013). Fakat

bizim çalışmamızda bu bulgulara rastlanmamıştır. DZÖ Duygu kullanımı alt ölçeği uygulanan kadın katılımcıların aldıkları puanların erkek katılımcıların puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde erkeklerin duygu kullanımı puanlarının daha yüksek çıktığı çalışmalar da olduğu görülmüştür (Orhan ve Karagözoğlu, 2021). Çalışmalara genel olarak bakıldığında farklı ölçekler kullanılmasına rağmen kadınların duygusal zeka toplam puanından ya da alt ölçeklerinden erkeklere oranla yüksek puanlar aldığı tespit edilmiştir (İsme, 2004). Bu durum ailelerin yetiştirme sürecinde kız ve erkek çocuklarına duygusal anlamda farklı yaklaşımlarıyla; kız çocukları ile iletişimde daha fazla duygusal ifadeler kullanmalarıyla; hikaye anlatırken bile daha duygusal içerikler seçmeleriyle açıklanmaya çalışılmıştır (Tuğrul, 1999).

BOKÖ, ABTÖ, DZÖ alt ölçeklerinin ve BE ölçeğinin ortalama puanlarının yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizlerin sonuçları değerlendirildiğinde; 34-49 yaş aralığında yer alan katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanı ve 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanı 18-26 yaş aralığındaki katılımcıların bilişsel esneklik ortalama puanından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bilişsel esneklik iletişim kurmanın yeni yollarını bulma gayretinde olma, bir durumla karşılaşıldığında alternatiflerin farkında olabilme ve esneklik konusunda istekli olma şeklinde de ifade edilebilir (Martin ve Anderson, 1998). Bu bağlamda incelendiğinde 34-49 ve 50-68 yaş aralıkları kişilerin iş hayatına atıldığı, sosyal hayatlarının yoğun olduğu ve bu dönemde üstelenilen rollerden ötürü mecburi ilişkilerin sürdürülmesi gereken yaşlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilişsel esneklik de değişkenlik gösteren bu ortamlara uyum sağlanmasını mümkün kılmaktadır (Altuğ ve Ünal, 2024). Yaşla birlikte kişide bu ortamlara uyum sağlama isteği artmakta ve uyum için alternatif davranış arayışları ortaya çıkmaktadır. Çünkü yakın ve sıcak ilişki kuramamış yetişkinler bu dönem itibarıyla toplumdan soyutlanmış olabilmekte ve bu da kişide üzücü bir yalnızlığa sebep olabilmektedir (Morris ve Maisto, 2005:400-409). Bu yaş grubunun aksine 18-26 yaş grubundaki genç yetişkinler kendi doğruları konusunda katı ve ısrarcıdır; çevreye çok uyum sağlamazlar ve kendi düşünce tarzındaki insanlarla bir arada olmayı tercih ederler (Cüceloğlu, 2008). Genç yetişkinlerin uyum sağlama konusunda isteksiz olması ve alternatif davranış seçeneklerini araştırmamaları gibi nedenlerden dolayı bilişsel esneklik puanlarının daha düşük çıkmış olabileceği söylenebilir.

Boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeğinin alt boyutlarının yaşa göre karşılaştırması yapıldığında 18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların sorumluluk alt boyutu ortalama puanı ve kabul edilmez düşünceler alt boyutunun ortalama puanı 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların sorumluluk ortalama puanından ve kabul edilmez düşünceler ortalama puanından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluğun başlangıç yaşının ortalama 25 yaş öncesi olduğu bilinmektedir. Literatüre bakıldığında çok daha erken başlangıçlı belirtilerin olduğu da görülmektedir (do Rosario-Campos ve ark., 2001). Obsesif kompulsif bozukluğun başlama yaşı, belirtilerin ortaya çıkışı ve seyri göz önüne alındığında genç yetişkinleri daha çok etkilediği düşünülmektedir. OKB'nin semptomlarına bakıldığında obsesyon ve kompulsiyonların varlığı görülmektedir. Obsesyonların istem dışı gelen, kişiye huzursuzluk veren düşünceler olduğu bilinmekte ve bu düşünceler daha çok gelecek ile ilgili kaygıları içermektedir (Jacoby ve Abramowitz, 2016). Sorumluluk alt boyutunda olduğu gibi, “*Etrafımdakilere zarar verir miyim?*”, “*Onlardan bana zarar gelir mi?*” gibi düşünceler kaygı içeren obsesyonlara örnek olarak verilebilir. Obsesif kompulsif bozukluk puanları incelendiğinde 18-29 yaş grubu puanlarının daha yüksek çıkması da yaşlıların ve gençlerin gelecek algısının farklı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. 50-68 yaş aralığında bulunan bireylerin genç grupla karşılaştırıldığında daha kısa bir geleceği olduğu, bu sebeple de yaşadıkları ana odaklanma oranlarının daha yüksek olduğu dikkat çekmektedir (Özdeş, 2020). Obsesif kompulsif bozukluk puanlarının yüksek olması bireylerin odaklandıkları ana göre, dikkatlerini geleceğe yönlendirmeleriyle ve kaygı seviyelerinin artışı ile ilişkili olabileceği söylenebilir. İleri yaş grubundaki kişiler zamanlarını daha kısıtlı görmeleri sebebiyle dikkatlerini daha anlamlı hedeflere yöneltmektedirler (Carstensen ve ark., 2003). Bu davranışlarının onları OKB gibi kaygı ile ilişkili bozukluklardan koruyabilir olabileceği düşünülmektedir.

Ebeveyn tutumları alt boyutları yaş karşılaştırması yapıldığında koruyucu istekçi alt boyutu için yaş grupları arasında farklılaşmalar olduğu görülmüştür. Bu analizin sonucuna göre 18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların koruyucu istekçi ortalama puanı 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların koruyucu istekçi ortalama puanından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Türk toplumunun ataerkil yapısı göz önünde bulundurulduğunda ailelerin çocuklar adına kararlar verdiği, çocukların bağımsızlıklarını desteklemediği bilinmektedir (Çetin, 2020). 50-68 yaş arası katılımcıların yaşadığı dönemde ailelerin daha otoriter bir tutum sergiledikleri

düşünülebilir. Baskıyla ve otoriter bir tutumla yetişen bu neslin bugünkü 18-26 yaş grubunun anne babası olabileceği düşünüldüğünde; teknolojik gelişmeler, eğitim düzeyinin artması ve refah seviyesindeki iyileşmelerle birlikte çocuklarına karşı daha ılımlı yaklaşımlar sergilemiş; fakat onlar da sınır ve kurallar konusunda dengeyi kuramamışlardır (Demirtaş, 2015). Bu araştırma sonuçlarına bakıldığında 18-26 yaş grubu katılımcılarının koruyucu istekçi ebeveyn tutumlarının 50-68 yaş grubu katılımcılarının puanlarından yüksek çıkması literatür araştırmalarıyla da desteklenmektedir.

Duygusal zeka ölçeği alt boyutlarının yaşa göre farklılıkları olup olmadığına bakmak amacıyla yapılan analiz sonucunda 18-26 yaş aralığında yer alan katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanı ve 27-33 yaş aralığındaki katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanı 50-68 yaş aralığında yer alan katılımcıların duygu kullanımı ortalama puanından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Duygusal zekayı ölçmek için kullanılan Schutte duygusal zeka ölçeğinin Türkçe uyarlamasını yapan Tatar ve arkadaşları (2011) duygu kullanımı alt boyutunu dikkati odaklayabilme, mantıklı düşünebilme, etkili iletişim için duygu üretme, kullanma ve hissetmeyi gerektirdiğini söylemektedirler. 50-68 yaş aralığındaki katılımcıların yaşları itibarıyla bilişsel işlevlerinde yavaşlama olduğu bilinmektedir (Cüceloğlu, 2008). Bu verilere göre değerlendirildiğinde bilişsel işlevleri zayıflayan kişilerin dikkati odaklayabilme ve mantıklı düşünebilme konusunda genç yaş grubuna göre daha geride oldukları söylenebilir. Bu durumun sonucu olarak da 50-68 yaş aralığında olan katılımcıların duygu üretme, kullanma ve hissetme puanları 18-33 yaş grubunun puanlarına göre daha düşük çıkmıştır.

## **5.2 BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ ve Alt Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi**

Araştırmanın temel değişkenleri olan BE, BOKÖ, ABTÖ, DZÖ alt ölçekleri arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon tekniği ile hesaplanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, bilişsel esneklik ile duygusal zeka ölçeği alt boyutlarından olan iyimserlik, duygu kullanımı ve duygu değerlendirme arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Bilişsel esneklik arttıkça iyimserlik, duygu kullanımı ve duygu değerlendirmenin de artması beklenmektedir. Bilişsel esneklik yeni durumlara uyum

sağlayabilme, problem çözmede farklı yolları ve yöntemleri deneyebilme konusunda yetenekleri içeren bir kavramdır. Bilişsel esnekliği yüksek olan ve bu becerilere sahip kişilerin hayata karşı daha iyimser bir tutum içinde olması beklenebilir. Bireyin herhangi bir zorlukla karşılaştığında çözüm yolları bulma çabası ve bilişsel esnekliği sayesinde stres seviyesini kontrol edebilme becerisi (Altunkol, 2011) olması iyimserliğin artmasına yönelik bir beklenti oluşturmaktadır. Duygu kullanımı ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkiye bakıldığında yine kişinin duygularını içinde bulunduğu duruma uyum sağlamayacak şekilde düzenleyebilmesi gerektiği görülmektedir. Bilişsel esnekliği yüksek olan bireylerin uyumlanma konusunda sorun yaşamadığı ve bu sebeple duygularını da içinde buldukları duruma uygun olması konusunda beceriye sahip oldukları düşünülebilir. Salovey ve Mayer (1995) 'in ifade ettiği gibi duygusal zeka duyguların algılanması, değerlendirilmesi ve kullanılabilmesi gibi bilişsel süreçleri içermektedir. Kişinin içinde bulunduğu çevreye uyum sağlamasını içeren (Çakar ve Arbak, 2004); farklı koşullarla baş edebilme becerisi gerektiren (Bar-On, 2007) duygusal zekanın yüksek olması aynı becerileri içeren bilişsel esnekliğin de yüksek olması durumunu açıklamaktadır.

Boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği (BOKÖ) alt boyutlarından bulaş ile duygu değerlendirme ve bilişsel esneklik arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. Bu analizin sonucu değerlendirildiğinde duygu değerlendirme ve bilişsel esneklik puanları düştükçe bulaş puanlarında artış olabileceği söylenebilir. BOKÖ diğer alt boyutlarından olan sorumluluk ile duygu değerlendirme ve bilişsel esneklik arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ alt boyutlarından olan kabul edilmez düşünceler ile iyimserlik, duygu değerlendirme, bilişsel esneklik arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. BOKÖ alt ölçeklerinden simetri ile iyimserlik, duygu değerlendirme ve bilişsel esneklik arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. Analiz sonuçlarına bakıldığında duygusal zeka ve bilişsel esneklik düzeylerinin düşük olduğu durumlarda obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin görüldüğü söylenebilir. Literatür araştırması yapıldığında bireylerin bilişlerini içinde buldukları duruma uygun hale getirmedikleri durumlarda yani bilişsel esnekliğin varlığından söz edemediğimiz durumlarda psikopatolojilerin varlığından (Dağ ve Gülüm, 2013) söz edildiği görülmektedir. Bilişsel esneklik kişinin problemleri bir durum karşısında ısrarla aynı çözüm yöntemini kullanmaması yerine alternatif çözümler üretmesini içerir (Aslan ve Türk, 2022). Obsesif kompulsif bozuklukta ise aynı düşüncenin veya davranışın ısrarcı

şekilde varlığından söz edilmesi, alternatif yolların bulunmaması bilişsel esnekliğin olmadığına göstergesi olarak düşünülebilir. Olumsuz düşüncelerine faydası olmadığını bilmesine rağmen kişinin ellerini tekrarlayıcı bir şekilde yıkamaya devam etmesi bu duruma örnek olarak verilebilir. Yapılan çalışmalarda obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan bireylerin bilişsel esneklik gerektiren çalışmalarda düşük performans gösterdikleri bulunmuştur (Francazio ve Flessner, 2015). Yapılan analizler sonucu boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeğinin alt boyutları ile duygusal zeka ölçeği alt boyutları arasında da negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Bu analizin sonucu değerlendirildiğinde duygusal zekanın azalış gösterdiği durumda obsesif kompulsif belirtilerde artış görülme olasılığının artacağı söylenebilir. Literatüre bakıldığında obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış kişilerin motivasyon sahibi olma, duygulara erişim, kişisel tercihler, fizyolojik haller gibi içsel durumlara erişim konusunda güçlükler yaşadıkları görülmektedir (Lazarov ve ark., 2022). Lazarov ve arkadaşlarına (2022) göre duygular da bizim içsel süreçlerimizin çok önemli bir parçasıdır ve karar verme mekanizmalarımızı yönlendirir; başkalarının ve kendimizin duygularını/ tecrübelerini anlamamıza yardımcı olur; bizi amaçlarımız doğrultusunda bilgilendirir. Bu noktada duygulara erişim konusunda yaşanan kısıtlamaların içsel süreçlerle bağlantıyı aksatması nedeniyle obsesif kompulsif davranışlar gibi bozukluklara sebep olduğu söylenebilir. İstenmeden zihne gelen obsesyonların vermiş olduğu rahatsızlık duygusundan kurtulmak için başvurulmuş kompulsiyonların duyguları düzenleme görevi görmeye çalıştığı söylenmektedir (Faraji ve ark., 2023). İçsel sistemlerine ulaşma imkanı istenilen düzeyde olan sağlıklı bireylerde zihne gelen istemsiz düşüncelerle baş etmenin daha kolay olacağı ve düşüncelerin sıkıntı verecek seviyeye gelmeyeceği ve obsesif kompulsif bozukluk gibi patolojilere yol açamayacağı düşünülebilir. OKB ve duygusal zeka arasındaki ilişkinin değerlendirilmesine dair yapılan literatür araştırmasında duygusal zekanın yüksek sosyal beceriler geliştirme ve insanlar arası iletişimi artırma becerisi ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Kişinin iyi ilişkiler kurabilmesi sayesinde obsesif kompulsif bozukluk gösterme oranının düşeceği söylenmektedir (Kashavarz ve Fazel, 2018). Sosyal desteğin psikopatoloji gelişiminin önlenmesi noktasında önem arz etmesi (Kılıç, 2003) bu çalışmayı destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Anne baba tutum ölçeği (ABTÖ) demokratiklik alt boyutu ile boyutsal obsesyon kompulsiyon ölçeği alt boyutlarından sorumluluk, kabul edilmez düşünceler, simetri

arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. ABTÖ alt ölçeklerinden koruyucu-istekçi ile sorumluluk ve simetri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. Anne baba tutum ölçeği otoriter alt boyutu ile sorumluluk, kabul edilmez düşünceler, simetri arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. Ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiye bakıldığında demokratik tutum ile OKB belirtileri arasında negatif yönlü bir ilişki çıkması ön görülmekteydi. Literatürde önceki yapılmış çalışmalara bakıldığında demokratik tutum artıkça psikopatolojilerin azalması beklenmektedir (Sak ve ark., 2015). Demokratik tutumda anne babanın çocuğa sevgiyle ve ilgiyle yaklaşması, sınırlar çerçevesinde kendi kararlarını vermeleri noktasında destekleyici olması sonucunda özgüvenli ve bağımsız çocuklar yetişmesi söz konusudur. Böyle bir tutum içinde yetişmiş bireyin yaşamın getirdiği stres ve olumsuz duygularla başa çıkabilmesi beklenmekte; psikolojik iyi oluş içinde olması umulmaktadır. Sonuç olarak da obsesif kompulsif bozukluk gibi kaygı temelli psikopatolojilerin görülmeyeceği düşünülmektedir (Saydam ve Gençöz 2005). Koruyucu-istekçi tutum içinde yetişmiş bireyler ailesinden sevgi ve ilgi görmüş fakat özgüven ve bağımsızlık noktasında desteklenmemiştir. Bu tutumla yetişmiş bireylerin sosyal hayatın getirileri karşısında savunmasız kaldığı; problem çözme becerilerini geliştirmemiş olduğu ve karşılaştığı stres verici yaşam olayları ile baş edemeyeceği düşünülebilir. Bunun sonucunda psikopatolojik belirtiler göstermesi beklenebilir. Koruyucu-istekçi tutum ile BOKÖ ölçeği simetri ve sorumluluk alt boyutları arasında çıkan pozitif yönlü ilişki bu savı destekler niteliktedir. Koruyucu-istekçi tutum artıkça sorumluluk ve simetri belirtilerinde artış görülmesi beklenmektedir. Otoriter ebeveyn tutumu ile BOKÖ alt boyutlarının hemen hepsinin arasında görülen pozitif yönlü ilişki olumsuz ebeveyn tutumu ile psikopatoloji gelişimi arasındaki ilişki hakkında bilgiler vermektedir. Olumsuz ebeveyn tutumu çocukların psikolojik gelişimlerini olumsuz yönde etkilemektedir (Bilge ve ark.,2019).

ABTÖ alt ölçeklerinden koruyucu-istekçi tutum ile iyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi ve bilişsel esneklik arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Koruyucu istekçi tutum ile iyimserlik alt ölçeği arasında görülen pozitif yönlü ilişki bireylerin ailelerinden gördüğü ilgi ve sevgi ile açıklanmaya çalışılsa da sınırsız ve cezasız bir tutum olan koruyucu istekçi tutumda (Cüceloğlu,2008) aşırı koruyucu bir ortamda yetişen bireylerin varlığı söz konusudur ve bu bireylerin duygularını kontrol edebilmesi beklenmemektedir (Atalay ve Özyürek, 2021). Bilişsel esnekliğin de

iyimserlik alt boyutunda olduğu gibi kişinin özgüven ve bağımsızlık duygusunun gelişmiş olması ile ilişkili olduğu düşünülmektedir; bilişsel esnekliği olan bir bireyin problem çözme becerisinin gelişmiş olması, sosyal yetkinliğinin varlığı beklenmektedir (Bilgin, 2009). Fakat koruyucu-istekçi tutumla yetişmiş bireylerde bu yetilerin gelişmiş olduğu görülmemektedir (Altıntaş ve Öztapak, 2016). Koruyucu-istekçi tutum arttıkça bilişsel esneklik ve iyimserlik boyutlarında artış görüleceği yönündeki analiz sonuçları literatürle uyumsuzdur. ABTÖ alt ölçeklerinden otoriter tutum ile duygu kullanımı ve duygu değerlendirme arasında istatistiksel açıdan negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Otoriter tutum arttıkça kişide duygu kullanımı ve duygu değerlendirmenin azalması beklenen bir durumdur. Baskıcı ve cezalandırıcı tutum olan otoriter tutuma maruz kalan bireyler duygularını tanıma, kullanma ve duruma uygun davranışlar sergileme konusunda başarısız olabilmektedirler (Atalay ve Özyürek, 2021). Yapılan çalışmalarda çocukların duyguları tanıma, anlama ve kullanma bilgisi aile ile ilişki içerisinde elde edilen kazanımlar olarak görülmektedir (Morris ve ark., 2007). Eğer çocuk bu kazanımları aile içinde elde edemediyse yaşamının ilerleyen dönemlerinde duygu kullanımı, duygu değerlendirme gibi duygularını düzenlemesi gereken durumlarda düşük performans sergileyeceği düşünülmüştür ve yapılan çalışmalar da bunu destekler niteliktedir.

### **5.3. Ebeveyn Tutumları, Bilişsel Esneklik ve Duygusal Zekanın Obsesif Kompulsif Bozuklukların Alt Boyutlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi**

Demokratik, koruyucu-istekçi, otoriter ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik ve duygusal zeka puanlarının obsesif kompulsif bozukluğu yordama düzeyini ölçmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik ve duygusal zeka yordayıcı değişkenler olarak modele dahil edilmiştir. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinde stepwise yöntemi kullanılmıştır.

Obsesif kompulsif bozukluğun bulaş alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ve koruyucu istekçi ebeveyn tutum puanlarının bulaş alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %3.7'sini açıkladığı bulunmuştur. Bireyin düşünce

tarzını yeni durumlara göre değiştirebilme kapasitesi olarak bilinen bilişsel esnekliğin dūřuk olması durumunun bulaş obsesyonlarının yūksək olmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluğun sorumluluk alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ve otoriter ebeveyn tutum puanlarının sorumluluk alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.2'sini açıkladığı bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluğun kabul edilmez dūřünceler alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik ve demokratik ebeveyn tutum puanlarının kabul edilmez dūřünceler alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.3'ünü açıkladığı bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluğun simetri alt ölçeğinin yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; bilişsel esneklik, duygu değerlendirme ve demokratik ebeveyn tutum puanlarının simetri alt ölçeğini istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve buna ait varyansın %8.4'ünü açıkladığı bulunmuştur.

Literatürde bilişsel esneklik düzeyinin obsesif kompulsif bozukluk belirtilerini yordaması ile ilgili çalışmalar yapılmış ve benzer sonuçlar elde edilmiştir. Biliřsel esnekliğin bulunmadığı kişilerde psikopatolojilerin bulunabileceği söylenmektedir (Daę ve Gülüm, 2013). Kaygı bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk gibi psikopatolojilerin bilişsel esneklik ile ilişkili olduğu dūřünölmektedir. Obsesif kompulsif bozuklukların temelinde zihne istemsizce gelen dūřüncelerin kontrol edilememesi ve bu rahatsızlığı gidermek için aynı davranışın defalarca tekrarlanması söz konusudur. Biliřsel esneklik ise dūřüncelerin istenilen duruma uygun bir şekilde değişmesi veya fayda vermeyen bir davranış için alternatif çözümlerinin aranmasını içerir. Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde bilişsel esnekliğin dūřuk olması durumunda obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin açığa çıkması olası gözökmektedir. Yapılan çalışmalarda OKB'nin bulunduğu kişinin var olan dūřünceden dikkat odağını uzaklaştırması ve değiştirmesi gerektiği durumlarda bilişsel esneklik bozukluğunun ortaya çıktığı görölmüştür (Chamberlain, 2006). Bařka bir deyişle bilişsel esneklik bozulduğu için kişinin dikkat ve odağını takıntılı dūřünce/davranıştan değiştirmesinin zorlaştığı görölmüştür. Biliřsel esneklik düzeyinin bulaş belirtileri için yordayıcı olması kişinin kendisine hastalık bulaşması, mikrop kapması gibi tekrarlayıcı dūřünceleri daha anlamlı ya da çözümler içeren

düşüncelerle değiştirememesi olarak düşünülmektedir. Bilişsel esneklik düzeyinin düşük olması, kabul edilmez düşüncelerin yüksek olmasıyla ilişkili bulunmuştur. Bu durum bilişsel olarak yeterince esnekliğe sahip olmayan bireylerin istemsizce gelen düşüncelerle baş etmesini zorlaştırabilir. Kişinin ahlaki normlarına ve sosyal kabullerine aykırı olduğunu düşündüğü cinsel, dinsel ya da saldırganlık içeren kabul edilmez düşünceler dediğimiz bu obsesyonları daha fazla tehdit edici olarak algılamasına sebep olabilir ya da esnek bir şekilde değerlendirmesini zorlaştırabilir. Aynı şekilde bilişsel esneklik düzeyinin obsesyon kompulsiyon alt boyutlarından olan simetri belirtilerini yordadığı görülmüştür. Obsesyonların genel olarak anlamsız olduğunun farkında olmasına rağmen kişinin ısrarla yapmaya devam ettiği bilinmektedir. Bu düşüncelerin anlamsız olduğunun farkında oldukları için nedenlerini ve sonuçlarını anlamaya fazla çaba gösterirler ve bu da daha fazla istenmeyen düşüncenin varlığına ve daha fazla sıkıntıya yol açabilmektedir. Ruminasyon adı verilen tekrarlanan düşünceler etkili problem çözme becerilerini de engellemektedir (Raines ve ark., 2017). Düzenleme, tekrar etme ve sayma boyutları olan simetri düşük bilişsel esneklik ile ilişkili bulunmuştur (Vellozo ve ark., 2021). Obsesif kompulsif bozukluğun en sık görülen obsesyonlarından biri olan simetri kişinin işlevselliğini önemli oranda azaltmaktadır (Tamam ve Demirkol, 2019). Simetri boyutuyla birlikte OKB tanısı almış bireyler bir eşyanın tam olarak doğru yerde olduğundan emin olana kadar ve onun verdiği sıkıntı seviyesini düşürene kadar saatler harcadıklarını bildirmişlerdir (Radomsky ve Rachman 2004). Literatüre bakıldığında simetri boyutunda alınan yüksek puanlar bilişsel esneklik düzeyindeki düşüklük ile ilişkilendirilmiştir (Kashyap ve ark.,2017). Bilişsel esneklik düzeyindeki düşüklüğün kişinin katı düşünce yapısını değiştirmemesi veya çözüm vermeyen davranışın yerine alternatif davranış geliştirememesi olarak kendini gösterdiği söylenebilir. Yapılan analiz sonucunda obsesif kompulsif bozukluğun bir diğer alt boyutu olan sorumluluk boyutunun da bilişsel esneklik ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Böylece bilişsel esnekliğin obsesif kompulsif bozukluğun tüm alt boyutları için yordayıcı olduğunu söylemek mümkündür. Sorumluluk alt boyutunda kişi kendisine veya başkalarına zarar geleceği konusunda abartılmış bir sorumluluk duymaktadır (Salkovskis ve ark., 2000). Bu abartılı sorumluluk inancı obsesif kompulsif bozukluğun semptomlarına karşı bilişsel bir kırılganlık oluşmasına ve semptomların devam etmesine sebep olmaktadır (Pozza ve Dettore, 2014). Bu verilere dayanarak yorum yapıldığında düşük

bilişsel esneklik düzeyinin sorumluluk obsesyonlarının yüksek olmasıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Sorumluluk obsesyonlarının sebep olduğu tehdit edici unsurlardan kurtulmak ve verdiği sıkıntıyı azaltmak amacıyla yapılan kompulsiyonların duruma uygun olmaması, herhangi bir çözüm üretmemesine rağmen devam edilmesi bilişsel esnekliğin olmadığını göstermektedir. Sorumluluk düşünceleri ve bilişsel esneklik arasında negatif ilişki saptandığı söylenebilir.

Ebeveyn tutumlarının obsesif kompulsif bozukluğu yordama düzeylerine bakıldığında koruyucu istekçi ebeveyn tutumunun bulaş alt ölçeği için yordayıcı olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde koruyucu istekçi tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarının obsesif kompulsif belirtiler gösterdiği bulunmuş, bu tutumların etkilerinin yetişkinlikte de devam ettiği gözlemlenmiştir (Çekçi ve İnözü, 2024). Koruyucu istekçi tutum sergileyen ebeveynler çocuklarını dış tehlikelere karşı sürekli koruma ihtiyacı hissetmekte ve onları uyarmaya çalışmaktadırlar. Bu yönlendirmenin sonuçları olarak çocuğun çevresini, dış dünyayı kirli ve tehlikeli görmesine sebep olabileceği düşünülmektedir. Bu tutum içinde yetişen bireyin kirlenme boyutunda obsesyonlar ve kompulsiyonlar geliştirmesi tetiklenebilir. Koruyucu istekçi tutumda bağımsız karar almasına izin verilmeyen bireyin kendilik algısı ve dış dünyayı kontrol edebilme yeteneğinin (içsel kontrol) gelişmediği tahmin edilmektedir. Kendilik algısı psikolojik iyi oluşla eşleştirilmekte ve kendilik algısının zayıf olduğu durumlarda psikopatolojilerin görülebileceği düşünülmektedir (Bahçivan ve Gençöz, 2005). İçsel kontrol geliştirmiş olan bireyler kendi davranışlarının sorumlulukları alabilen kişilerdir; dış dünyayı kontrol edilebilmesi yeteneğine sahip, özgüvenli, bağımsız, psikolojik olarak sağlıklı ve dengeli bireylerdir (Çoban ve Hamamcı, 2006). İçsel kontrol geliştirememiş olan bireylerin ise kontrol ihtiyaçlarını dışardan desteklemeye çalışabileceği ve kendilerini dış dünyanın zararlarından korumak için kompulsif davranışlar göstereceği beklenebilir. Koruyucu istekçi tutuma bakıldığında bu ebeveynlerin kaygı düzeyi yüksek çocuklar yetiştirdikleri karşımıza çıkmaktadır (Wolfradt ve ark., 2003). Obsesif kompulsif bozukluğunda temelinde kaygı olduğu düşünülürse koruyucu istekçi tutumla yetişmiş bireylerin yüksek kaygıyla baş edebilmek için kompulsif davranışlara başvurmaları beklenebilir. Ebeveyn tutumlarının diğer alt boyutlarının analizlerine bakıldığında otoriter tutumla obsesif kompulsif bozukluk sorumluluk alt boyutu arasındaki ilişki dikkat çekmektedir. Literatür çalışmaları incelendiğinde çocukluk dönemindeki olumsuz

yaşantıların yaşamın ilerleyen dönemlerinde sorunlara, sıkıntılara yol açacağına dair verilere rastlanmaktadır (Cengiz ve Peker, 2020). Olumsuz ebeveyn tutumlarının da bu olumsuz yaşantılardan biri olabileceği söylenmiş, sağlıklı bireyler yetiştirmek için dengeli ebeveyn tutumlarının önemi vurgulanmıştır (Aydın, 1996). Otoriter ebeveynlik tutumunda anne babalar çocuklarına karşı ilgi ve sevgi noktasında düşük; davranışlarını kontrol noktasında yüksek performans göstermektedir (Steinberg ve ark., 1989). Bu tutumla yetişmiş olan bireylerin öz yeterliliklerinde düşüklük, benlik saygıları ve mutluluk düzeylerinde azalma, etkili başa çıkma stratejilerinde yetersizlik ve kaygı düzeylerinde artışlar olduğu görülmüş; bu durum otoriter ebeveyn tutumlarıyla ilişkilendirilmiştir (Timpano ve ark., 2010). Obsesif kompulsif bozukluğun sorumluluk alt boyutu ile otoriter tutum arasındaki ilişkinin artan kaygı düzeyiyle bağlantılı olduğu düşünülebilir (Wood ve ark., 2003). Otoriter tutumla büyüyen çocuklar çok sık cezalandırılmakta ve kendi duygu-düşüncelerini rahatlıkla dile getirememektedir (Özdemir ve ark., 2012). Bu kontrolcü ve cezalandırıcı yaklaşım çocukta sürekli “hata yapmamalıyım, her şeyin suçlusu benim” gibi yanlış yorumlamalara sebep olabilir. Obsesif kompulsif bozukluğun temelinde de zihne gelen düşüncelerin yanlış yorumlanması olduğu bilinmektedir (Hacıömeroğlu ve Karancı, 2014). Salkovkis'nin geliştirdiği OKB'nin bilişsel modeline göre obsesyonlar; kişilerin tecrübelerinin sonucu olarak ortaya çıkan ve kaygının odağı haline gelen içsel uyarılardır (Salkovkis ve ark., 1989). Sürekli suçlanarak, cezalandırılarak büyüyen çocuk kendisini suçlu ve hatalı görmeyi öğrenmiş ve yaşadığı olumsuz durumlarda bu düşüncelerin yarattığı kaygıya odaklanmış aşırı sorumluluk duygusunu ortaya çıkarmış olabileceği düşünülebilir. Salkovkis ve arkadaşlarının (1999) yapmış olduğu çalışmalarda obsesif düşüncelerdeki sorumluluk inancına dair ortaya çıkarttıkları beş kritik açıklama bulunmaktadır. Bunlardan ilki kişinin erken gelişim dönemlerinde ya da bütün çocukluk sürecinde belirli biri tarafından yoğun bir şekilde verilen aşırı sorumluluk duygusu olmasıdır. Burada bahsedilen figürün ebeveynlerden biri olduğu düşünülebilir. Otoriter bir tutum içinde olan, çocuğun ihtiyaçlarını öngöremeyen bir ebeveyn çocuğuna fazla sorumluluk yükleyerek yaşamının ileriki dönemlerinde obsesyon derecesine gelmiş aşırı sorumluluk inancıyla baş etmek zorunda bırakabilir. Aşırı sorumluluğun ikinci açıklaması kişiye sert ve aşırı davranış kuralları ve görevleri yüklemek olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu açıklamada yine çocuklarına karşı katı davranış kuralları içerisinde olan otoriter ebeveynlerin tutumları akla gelmekte ve aşırı

sorumluluk duygusuyla ilişkisi görülebilmektedir. Salkovkis'in aşırı sorumluluk konusunda yaptığı üçüncü açıklama gelişim sürecindeki kişiye sorumluluk vermekten kaçınmak veya sorumlulukla başa çıkamayacak kadar yetersiz görülmesidir. Otoriter tutuma bakıldığında anne babaların çocuklarına sorumluluk vermedikleri onların yerine kararlar aldıkları ve bütün davranışlarını kontrol ettikleri bilinmektedir. Bu bağlamda da otoriter ebeveynlik tutumu ile sorumluluk alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir. Aşırı sorumluluk açıklamasının dördüncü boyutu kişinin gerçekleştirdiği davranışların ya da gerçekleştirmediğinin kendisi veya başkaları için zararlarının ortaya çıktığı olay veya durumlar olarak açıklanmaktadır. Bu duyguyu suçluluk olarak tanımlamak mümkündür. Suçluluk, aşırı sorumluluk obsesyonu ile ilişkili olduğu düşünülen bir duygudur (Wilhelm, 2003). Otoriter tutumla yetişen, sürekli cezalandırılan çocuğun benlik saygısının düşük olması ve başa çıkmakta zorlandığı her alanda kendisinin suçlu görmesi olasıdır. Suçluluk duygusunun da aşırı sorumluluk düşüncelerini beraberinde getirdiği Salkovkis'in açıklamalarıyla desteklenmektedir. Salkovkis ve arkadaşlarının (1999) yaptığı çalışmada aşırı sorumluluk duygusunun son açıklaması kişinin yaptığı bir hatanın kendisine veya başkalarına zarar vereceği konusundaki yanlış yorumlamasıdır. Obsesif kompulsif bozukluğun temelinde zihne gelen düşüncelerin yanlış yorumlanması vardır. Otoriter ebeveyn tutumuyla ilişkisine bakıldığında sürekli eleştirilerek büyüyen bir kişinin hatalı inanışları olması mümkün görülebilmektedir. Ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiye dair regresyon analizi yapıldığında ilişkili görülen diğer boyutlar demokratik ebeveyn tutumu ve kabul edilmez düşünceler olarak bulunmuştur. Demokratik ebeveyn tutumu kabul edilmez düşünceler ve simetri için pozitif yordayıcıdır ve istatistiksel açıdan anlamlıdır. Yapılan analiz sonucunda demokratik ebeveynlik tutumu arttıkça simetri ve kabul edilmez düşüncelerin arttığı görülmektedir. Demokratik ebeveynlik tutumunda aile çocuğuna karşı ilgili bir yaklaşım içerisindedir. Bir taraftan koşulsuz sevgi sunarken diğer taraftan kuralları ve sınırları belirlenmiş bir çerçeve çizmektedir (Fadlillah ve Fauziah, 2022). Çocuk kendi kararlarını verirken ailesinin koyduğu sınırların farkındadır ve her zaman ebeveynlerinin desteklerini hissetmektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Kabul edilmez düşünceler ise kişinin zihnine istemsizce gelen sosyal normlarına, kültürel ve dini değerlerine uygun olmayan düşünceleri içermektedir (Şahin ve Ediboğlu, 2022). Boyutsal obsesyon ve

kompulsiyon ölçeği alt boyutların tanımlarına bakıldığında kabul edilmez düşünceler alt boyutu cinsel, dini ve zarar verme ile ilişki düşünceler olarak; simetri de sıralama, düzenleme konusunda rahatsızlık veren düşünce ve davranışlar olarak ifade edilmektedir (Şafak ve ark., 2017). Bu tanımlamalar doğrultusunda alanda yapılmış çalışmalara bakıldığında kabul edilmez düşünceler ve simetri ile demokratik ebeveyn tutumları arasında negatif yönlü bir ilişki olması ön görülmektedir. Olumlu ebeveyn tutumuyla yetişen bireylerde psikolojik iyi oluş görülmesi (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016), psikopatolojilerin ortaya çıkmaması (Cengiz ve Peker, 2020) beklenmektedir. Çalışmamızda elde edilen sonuçlar literatürle uyumlu gözükmemektedir. Burada psikopatoloji gelişmesinde kişinin içinde bulunduğu bağlamsal etmenler ve bireysel farklılıklar gibi başka etkenler de olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Simetri ölçeğini yordayan değişkenlerden bir diğeri de duygusal zeka alt boyutlarından olan duygu değerlendirmedir. Simetri ve duygu değerlendirme arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Duygu değerlendirme arttıkça simetri obsesyon veya kompulsiyonlarının azalması beklenmektedir. Literatür çalışmalarına bakıldığında duygusal zeka ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye bakılmış ve negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur (Saracaloğlu ve ark., 2016). Mükemmeliyetçiliğin simetrinin karakteristik özelliklerinden olduğu düşünülürse bu çalışma alan yazıda yapılan analizi desteklemektedir. Duygularına erişim konusunda problem yaşıyan başka bir deyişle duygusal zeka anlamında yeterince gelişmemiş kişinin sevilip değer görmek için mükemmel olması gerektiği gibi yanlış inançları kompulsif davranışları beraberinde getirebilmektir (Lazarov ve ark., 2022). Kişinin duygularının farkında olması ve duygularını düzenleme becerilerine sahip olması takıntı boyutundaki düşünce ya da davranışlara karşı koruyucu ve engelleyici olabileceği söylenebilir.

#### **5.4. Aracılık Analizine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Çalışmada, demokratik ebeveyn tutumu değerşkeninin bulaş üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değerşkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, demokratik ebeveyn tutumu değerşkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutum değerşkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir. Bağımlı değerşken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin

birlikte dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Demokratik ebeveyn tutumu ve duygusal zeka değişkenlerinin bulaş üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam etkisi de anlamlı değildir. Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir. Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlara bakıldığında demokratik tutum ile bulaş arasındaki ilişki literatürle uyumsuzdur. Literatüre bakıldığında demokratik ebeveyn tutumlarının bireylerin psikolojik iyi oluşları için koruyucu görev üstlendiği görülmektedir (Kuzgun, 2005, 73). Buna göre demokratik tutumla yetişmiş bireylerde psikopatolojik sorunların ortaya çıkmaması beklenmektedir. Fakat bu tutumun koruyucu, engelleyici rolü olması psikopatolojileri mutlaka önleyeceği anlamına gelmemektedir. Bu çalışmada demokratik tutumun bulaş belirtilerini azalttığına dair istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi görülmemiştir.

Çalışmada, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş alt tipi obsesif kompulsif belirtiler üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş ve bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Benzer şekilde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur. Bağımlı değişken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi de istatistiksel olarak anlamlıdır. Ancak, duygusal zekanın bulaş üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam etkisi incelendiğinde, bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Spesifik aracılık yolları incelendiğinde; koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → bulaş yolunun anlamlı

olmadığı ancak koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş yolunun istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı rolü bulunmazken, bilişsel esneklik değişkeninin anlamlı bir aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre koruyucu-istekçi ebeveyn tutumunun bulaş belirtilerini istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde arttırdığı görülmüştür. Alanda yapılmış çalışmalara bakıldığında yüksek koruyuculuk içeren ebeveyn yaklaşımlarının ruhsal bozukluklarla ilişkili olduğu; kaygı düzeyinde artışa ve depresif ruh halinin ortaya çıkmasına sebep olduğu görülmüştür (Yoshida ve ark. 2005). Obsesif kompulsif bozukluğun temelinde baş edilemeyen kaygı duygusu olduğu göz önüne alınırsa koruyucu ebeveyn tutumunun kaygıyı artırarak OKB belirtilerine neden olabileceği söylenebilir. Bir diğer çalışmada aşırı koruyucu ebeveyn tutumuyla yetişmiş bireylerde kompulsif temizlik davranışı görüldüğü bildirilmiştir (Alonso ve ark. 2004). Sonuç olarak koruyucu ebeveyn yaklaşımları bireylerde kaygıyı artırarak obsesif kompulsif davranışlarının ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir.

Çalışmada, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki etkisinde duygusal zekâ ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zekâ üzerindeki etkisi incelenmiş, bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Bu bulgu, otoriter ebeveyn tutumunun artmasıyla bireylerin duygusal zeka düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğunu göstermektedir. Otoriter ebeveynler katı, duyguların ifade edilmesini engelleyen, anlayışsız bir tutum sergilemektedirler. Bunun sonucunda da kişinin kendi duygularını anlamasını ve ifade etmesini zorlaştırdığı düşünülmektedir. Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlı değildir. Bu sonuç, otoriter ebeveyn tutumunun bireylerin bilişsel esneklik düzeyleri üzerinde anlamlı bir değişime yol açmadığını ortaya koymaktadır. Bağımlı değişken olan bulaş üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zekâ ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde sadece bilişsel esneklik değişkeninin bulaş üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Bu durum, bilişsel esneklik düzeyi arttıkça bulaş türü obsesif belirtilerin azaldığını göstermektedir. Otoriter ebeveyn tutumu ve duygusal zekâ değişkenlerinin bulaş üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Ayrıca, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam etkisi de istatistiksel

olarak anlamlı değildir. Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bulaş üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir. Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan otoriter ebeveyn tutumu → duygusal zekâ → bulaş ve otoriter ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş yollarının da güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı olmadığı görülmüştür. Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile bulaş arasındaki ilişkide duygusal zekâ ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir.

Modelde yer alan diğer değişkenlerden otoriter ebeveyn tutumunun ve duygusal zekanın bulaş üzerindeki doğrudan etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Otoriter ebeveyn tutumunun bulaş üzerindeki toplam etkisi anlamlılık sınırında olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmemiştir. Otoriter ebeveyn tutumları ile bulaş belirtileri arasındaki istatistiksel anlamların çok yüksek olmadığı ama pratikte dikkat çekici bir eğilim olduğu bulunmuştur. Buna göre otoriter yaklaşımların bulaş belirtilerini artırması literatürle uyumludur (Cekçi ve İnözü, 2024). Bu durum da yine otoriter ebeveynlerin kontrolcü ve baskıcı tutumlarının kişide kaygıyı artırması ve obsesif kompulsif belirtilerin ortaya çıkışında etkili olması ile ilişkilendirilebilir (Mostafavi, 2024).

Çalışmada, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin sorumluluk üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, demokratik ebeveyn tutumunun duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu etki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumunun bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir. Bağımlı değişken olan sorumluluk üzerindeki etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Bu modelde, demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır. Ayrıca, bilişsel esnekliğin de sorumluluk üzerinde anlamlı ve negatif yönde bir etkisi vardır. Ancak, duygusal zeka değişkeninin sorumluluk üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır. Demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi de anlamlıdır. Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir. Özel dolaylı etkilere bakıldığında, demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → sorumluluk yolunun dolaylı etkisi anlamlı değildir; benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → sorumluluk yolundaki

dolaylı etki de anlamlı değildir. Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile sorumluluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Sorumluluk alt boyutu ve demokratik tutum arasında pozitif bir ilişki olduğunun çıkması literatürle uyumlu değildir. Alanda yapılan tüm çalışmalarda ortak sonuç olarak demokratik tutumun psikopatolojik bozukluklar için koruyucu bir etkisi olmasının beklenmesi yönündedir (Sürat, 2022).

Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu bulgu, koruyucu ebeveyn tutumunun duygusal zekayı anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir. Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç, koruyucu ebeveyn tutumunun bilişsel esnekliği anlamlı şekilde artırdığını göstermektedir. Koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte yer aldığı model, sorumluluk üzerindeki etkileri anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Bu modelde, koruyucu ebeveyn tutumu ve bilişsel esneklik değişkenlerinin doğrudan etkileri anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, duygusal zekanın etkisi anlamlı değildir. Toplam etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur. Doğrudan etkisi de anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı olmamıştır. Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → sorumluluk ve koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → sorumluluk yollarının güven aralıkları sıfırı içermediği için anlamlı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile sorumluluk arasındaki ilişkide, duygusal zekanın aracılık rolünün bulunmadığı fakat ve bilişsel esnekliğin aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Doğrudan etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumunun ve bilişsel esnekliğin sorumluluk üzerinde anlamlı etkileri olduğu görülmüştür.

Çalışmada, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin sorumluluk düzeyi üzerindeki etkisinde bilişsel esneklik ve duygusal zeka değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, otoriter ebeveyn tutumunun aracı değişkenler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Otoriter ebeveyn tutumunun bilişsel esneklik üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Buna karşılık, otoriter ebeveyn tutumunun duygusal zeka üzerindeki etkisi anlamlı değildir. Bağımlı değişken olan sorumluluk üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, bilişsel esneklik ve

duygusal zeka birlikte modele dahil edildiğinde modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Modelde, otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır. Ayrıca duygusal zekanın da sorumluluk üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur. Ancak bilişsel esnekliğin etkisi anlamlı değildir. Otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam etkisi de anlamlıdır. Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumunun sorumluluk üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir. Spesifik aracılık yolları incelendiğinde ise, bilişsel esneklik aracılığıyla olan etki ve duygusal zeka aracılığıyla olan etki sıfırı içeren güven aralıkları nedeniyle istatistiksel olarak anlamlı değildir. Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile sorumluluk düzeyi arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve duygusal zeka değişkenlerinin aracı rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Ancak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin sorumluluk üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması, bu ebeveynlik tutumunun bireylerin sorumluluk algısını etkileyebileceğini göstermektedir. Koruyucu ebeveyn tutumu ile otoriter ebeveyn tutumu arttıkça sorumluluk belirtilerinin artması da literatürle uyumludur. Aşırı müdahaleci veya katı bir tutumla yetişmiş bireylerin kendi yaşadıkları veya başkalarının başına gelen olaylardan kendilerini sorumlu tutmaları Salkovkis ve arkadaşlarının (1999) aşırı sorumluluk modeliyle uyumaktadır. Buna göre kişinin çevresinde olup biten olaylardan kendisini sorumlu tutması ebeveynlerinin katı ve aşırı koruyucu bir tutum içerisinde olmasıyla ilişkili olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisinde, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiştir. Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmamıştır. Bağımlı değişken olan kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Ancak duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi de anlamlı

bulunmuştur. Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır. Spesifik aracılık yolları olan: demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → bulaş ve demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → bulaş güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı bulunmamıştır. Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Kabul edilmez düşünceler belirtilerinin demokratik tutumla anlamlı ve pozitif bir ilişkisi olması literatürle bağdaşmayan bir sonuçtur. Literatüre göre demokratik tutum arttıkça kabul edilmez düşünceler gibi OKB belirtilerinin azalması beklenmektedir (Timpano ve ark, 2010). Yukarıda belirttiğimiz gibi demokratik tutumun psikopatoloji gelişmesinde koruyucu bir rol oynadığı düşünülmektedir. Buradaki artış kişilerin demokratik tutumla yetişmesinin sonucu olarak yüksek farkındalığa sahip olması, düşüncelerini ifade etmekten çekinmemesi, onları bastırmadan açığa çıkartma konusunda başarılı olmaları şeklinde yorumlanabilir.

Çalışmada, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur. Bağımlı değişken olan kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde, yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Koruyucu ebeveyn tutumunun kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkileri anlamlıdır, ancak duygusal zeka değişkeninin etkisi anlamsızdır. Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmamıştır. Dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlıdır. Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → kabul edilmez düşünceler ve koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → kabul edilmez düşünceler yollarının anlamlı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, koruyucu

ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir.

Çalışmada, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Öte yandan, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlıdır. Bağımlı değişken olan kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkiler incelendiğinde otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki etkisi anlamlıdır, ancak duygusal zeka değişkeninin etkisi anlamlı değildir. Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin kabul edilmez düşünceler üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur. Ancak, bilişsel esneklik ve duygusal zeka aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etkiler incelendiğinde, bilişsel esneklik üzerinden gerçekleşen dolaylı etki anlamlı bulunmuştur, duygusal zeka üzerinden gerçekleşen dolaylı etki ise anlamlı değildir. Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile kabul edilmez düşünceler arasındaki ilişkide bilişsel esneklik değişkeninin aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Duygusal zeka ise bu ilişkide bir aracılık rolü oynamamaktadır. Otoriter ebeveyn tutumlarının da kabul edilmez düşünceler ile ilişkisi pozitif ve anlamlı bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda olumsuz yaşam koşulları ve uygunsuz ebeveyn yaklaşımlarının obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin ortaya çıkmasında etkisi olduğu bulunmuştur (Krebs ve ark, 2019). Buna göre katı bir disiplinin temel olduğu otoriter ebeveyn tutumuyla yetişmiş bireylerin OKB belirtilerinden olan kabul edilmez düşüncelere sahip olma eğiliminde oldukları söylenebilir.

Çalışmada, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Benzer şekilde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı değildir. Bağımlı değişken olan simetri üzerindeki etkiler

incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde yalnızca bilişsel esneklik değişkeninin simetri üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Demokratik ebeveyn tutumu ve duygusal zeka değişkenlerinin simetri üzerindeki etkileri anlamlı değildir. Demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi de anlamlı değildir. Dolaylı etkiler incelendiğinde, demokratik ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir. Ayrıca, spesifik aracılık yolları olan demokratik ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri ve demokratik ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri yollarının da güven aralıkları sıfırı içerdiği için anlamlı olmadığı görülmüştür. Sonuç olarak, demokratik ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracılık rolünün bulunmadığı tespit edilmiştir. Demokratik ebeveyn tutumu ile simetri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuçlara göre kişinin demokratik tutumla yetişmiş olmasının simetri belirtilerini azaltacağını söylemek mümkün değildir. Literatüre göre destekleyici ve sıcak tutum içeren demokratik yaklaşımın bu belirtileri azaltması beklenmektedir (Peris ve ark., 2008).

Çalışmada, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş ve bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Ayrıca, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi de anlamlı bulunmuştur. Bağımlı değişken olan simetri üzerindeki etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu, bilişsel esneklik ve duygusal zekanın birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde, yalnızca koruyucu ebeveyn tutumu ve bilişsel esneklik değişkenlerinin simetri üzerindeki etkileri anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, duygusal zeka değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı değildir. Koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur. Bununla birlikte, dolaylı etkiler incelendiğinde, koruyucu ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi de anlamlıdır. Spesifik aracılık yolları incelendiğinde koruyucu ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri yolunun ve koruyucu ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri yolu anlamlı bulunmuştur. Sonuç olarak, koruyucu ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide, duygusal zeka değişkeninin aracılık rolü anlamlı bulunmazken, bilişsel

esneklik değişkeninin aracılık rolü kısmi olarak anlamlıdır. Koruyucu ebeveyn tutumunun simetri ile ilişkisi anlamlı bulunmuştur. Bu tutumla yetişen bireylerde simetri belirtilerinin azaldığı görülmüştür. Bu bulgu da literatürle uyumlu değildir. Aşırı müdahaleci ebeveynlerin çocuklarının kontrol ihtiyacının artması stres temelli simetri gibi belirtilerin görülmesi beklenmektedir. Sonuçların bu şekilde elde edilmesinin ölçek seçimi ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Başka bir açıklama da yukarıda bahsedilen literatür çalışmasına göre koruyucu ebeveyn tutumunun Türk toplumunda olumsuz sonuçlar doğurmadığına dair bulgular olabileceği yönündedir (Sümer ve ark, 2010).

Çalışmada, Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki etkisinde duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin aracı rolü olup olmadığına bakılmıştır. İlk olarak, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin duygusal zeka üzerindeki etkisi incelenmiş, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Öte yandan, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin bilişsel esneklik üzerindeki etkisi anlamlıdır. Simetri üzerindeki etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu, duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin birlikte modele dahil edildiği model anlamlı bulunmuştur. Bu modelde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur. Duygusal zeka değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı, ancak bilişsel esneklik değişkeninin simetri üzerindeki etkisi anlamlı değildir. Otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur. Dolaylı etkiler incelendiğinde, otoriter ebeveyn tutumu değişkeninin simetri üzerindeki toplam dolaylı etkisi anlamsız bulunmuştur. Ayrıca, otoriter ebeveyn tutumu → bilişsel esneklik → simetri yolunun ve otoriter ebeveyn tutumu → duygusal zeka → simetri yolunun anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, otoriter ebeveyn tutumu ile simetri arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esneklik değişkenlerinin bazı dolaylı etkileri olsa da doğrudan etkilerin yanı sıra aracılık etkisinin yalnızca bilişsel esneklik üzerinden anlamlı olduğu gözlemlenmiştir. Otoriter ebeveyn tutumunun da bireylerde simetri belirtilerini arttırdığı görülmüş ve bu bulguların literatürle uyumlu olduğu tespit edilmiştir. Otoriter ebeveynlik düşük duyarlılık ve yüksek talep karlılıkla ilişkilendirilmektedir (Doinita ve Maria, 2015). Kişinin ihtiyaçlarına karşı duyarsız bir çevrede yetişmesi, ebeveynlerinin yüksek beklentilerini karşılama çabaları aşırı sorumluluk duygusu hissetmesine, mükemmeliyetçi davranışlar sergilemesine sebep olabilir. Bu durumun simetri gibi

obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin ortaya çıkmasının nedenlerinden olabileceği söylenebilir.

Genel bir değerlendirme yapmak gerekirse ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkinin aracılık analizi sonuçlarına bakıldığında elde edilen bulgular büyük oranla literatürle uyumlu bulunmuştur. Duygusal zeka ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiye dair literatür taraması yapıldığında demokratik tutum ile yetişmiş bireylerin duygusal zeka düzeylerinin yüksek olduğuna; koruyucu ebeveyn tutumları ve otoriter tutumla yetişmiş bireylerde daha düşük olduğuna (Erdoğan, 2008) dair bilgilere ulaşılmıştır. Bizim elde ettiğimiz sonuçlara göre demokratik ebeveyn tutumu ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış; otoriter ve koruyucu ebeveyn tutumları ile bulunan ilişki anlamlı çıkmıştır. Yapılan çalışmalarda otoriter ebeveyn tutumları ile yetişmiş bireylerin duygularını tanıma, anlama, ifade etme konusunda daha düşük performans gösterdikleri bulunmuştur (Yıldırım ve Önder 2017). Sümer ve arkadaşlarının (2010) yapmış oldukları çalışmada koruyucu ebeveyn tutumlarının batı toplumunda olumsuz algıya sebep olurken Asya ve Türk toplumlarında olumlu olarak algılanmasının çocuklar üzerinde olumsuz sonuçlara sebep olmadığı ifade edilmiştir. Bu anlamda koruyucu ebeveyn tutumunun duygusal zeka ile ilişkisinin anlamlı çıkması yapılan çalışmalarla uyumlu olduğunu göstermektedir. Duygusal zeka ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide anlamlı sonuçlar elde edilememiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde duygusal zeka düzeyleri yüksek olan bireylerin obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin düşük olduğu görülmüştür (Kashavarz ve Fazel, 2018). Bu çalışmada elde edilen sonuçlar literatürle uyumlu bulunmamıştır.

Bilişsel esneklik ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişki literatür doğrultusunda incelendiğinde sonuçlar uyumlu görülmemektedir. Yapılmış çalışmalara göre demokratik tutumla yetişen bireylerin yüksek bilişsel esneklik düzeyine sahip olmaları; otoriter ve koruyucu tutumla yetişen bireylerin düşük bilişsel esneklik düzeyine sahip olmaları beklenmektedir (Sucu ve Bedel, 2021). Bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre demokratik tutumla bilişsel esneklik arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış; koruyucu istekçi tutum ve otoriter tutum ile bilişsel esneklik arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Koruyucu istekçi tutuma dair bulgular da yukarıda bahsedilen Sümer ve arkadaşlarının çalışmasında olduğu gibi koruyucu istekçi tutumun Türk toplumunda olumsuz sonuçlar doğurmaması bilgisiyile örtüşmektedir.

Bilişsel esneklik ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiye bakıldığında sonuçlar anlamlı bulunmuştur. Literatür taraması yapıldığında bilişsel esnekliğe sahip bireylerin obsesif kompulsif gibi psikopatoloji geliştirme oranlarının düşük olduğu görülmüştür (Dağ ve Gülüm, 2013). Bu bağlamda elde edilen sonuçlar literatürle uyumludur. Bireylerin yüksek bilişsel esnekliğe sahip olmasının psikopatoloji geliştirme oranlarını düşüreceği söylenebilir.



## ALTINCI BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bahse konu araştırmada ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin aracı rolünü incelemek amacıyla analizler yapılmıştır. Sonuç olarak elde edilen bulgular literatür çalışmaları doğrultusunda incelenmiştir.

İlk olarak ebeveyn tutumları ve obsesif kompulsif bozukluk alt boyutları ve aracı değişkenler olan duygusal zeka ile bilişsel esneklik cinsiyet ve yaş bakımından karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre erkek katılımcıların bilişsel esneklik puanlarının kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu; obsesif kompulsif bozukluk alt boyutundan olan sorumluluk puanları kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha yüksek bulunmuş; duygusal zeka alt boyutlarından duygu kullanımı karşılaştırmasında kadın katılımcıların puanları erkek katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Araştırma hipotezlerine göre ebeveyn tutumları, bilişsel esneklik, duygusal zeka ve obsesif kompulsif bozukluk ortalama puanları cinsiyete göre farklılaşması beklenmekteydi. Yapılan çalışma sonucunda ebeveyn tutumlarına göre cinsiyet açısından farklılaşma bulunmamış; bilişsel esneklik, duygusal zeka ve obsesif kompulsif bozukluk alt boyutlarında farklılıklar tespit edilmiştir.

Yaş gruplarına göre yapılan karşılaştırmalar incelendiğinde genç yaş grubunun (18-26) bilişsel esneklik puanları 34-49 ve 50-68 yaş grubundan daha düşük olduğu bulunmuştur. Bu veriler doğrultusunda bilişsel esnekliğin yaşa göre artış gösterdiği söylenebilir. Obsesif kompulsif bozukluk alt boyutlarından sorumluluk ve kabul edilmez düşünceler puanlarının 18-26 yaş grubunda 50-68 yaş grubuna oranla anlamlı derecede yüksek çıktığı görülmüştür. Buna göre obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin erken yetişkinlik döneminde geç yetişkinlik ve yaşlılık dönemine göre daha fazla görüldüğü söylenebilir. Ebeveyn tutumlarından koruyucu istekçi tutum puanları 18-26 yaş grubunda 50-68 yaş grubuna oranla anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Bu analiz sonucuna göre genç yaş grubunun daha kuralsız ve az müdahaleci bir şekilde yetiştiği söylenebilir. Duygusal zeka alt boyutlarından duygu kullanımı puanlarına bakıldığında 18-33 yaş arası katılımcıların puanları 50-68 yaş arası katılımcılardan yüksek bulunmuştur. Buna göre genç bireylerin duygularını

kullanmaları ileri yaştaki bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Gençlerin duygularını daha yoğun kullandığı düşünülebilir.

Değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığına ilişkin yapılan korelasyon analizinin sonuçlarına bakıldığında bilişsel esneklik ile duygusal zeka arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre kişide bilişsel esneklik arttıkça iyimserlik, duygu kullanımı ve duygu değerlendirmenin arttığı söylenebilir. Bireyler daha esnek düşünce yapısına sahip oldukça, alternatif problem çözme yollarının farkına vardıkça daha çözüm odaklı olabilir ve bu durumun daha iyimser bir ruh halini beraberinde getirebileceği düşünülebilir. Bilişsel esnekliğe sahip bireylerin duygularını kullanma konusunda daha rahat olduğu ve duygularını da daha sağlıklı değerlendirebileceği söylenebilir. Obsesif kompulsif bozukluğun alt boyutları olan bulaş, sorumluluk, kabul edilmez düşünceler ve simetri ile bilişsel esneklik ve duygusal zeka arasında negatif yönlü ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre obsesif kompulsif bozukluk belirtileri gösteren bireylerin alternatif düşünce üretme, esnek düşünce yapısına sahip olma, yeni ortamlara uyum sağlama konusunda daha düşük performans sergiledikleri söylenebilir. Aynı zamanda duygularını tanıma, kullanma, değerlendirme konusunda yetersiz oldukları düşünülebilir. Bu durumların obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin sürdürülmesinde etkisi olduğu şeklinde yorumlanabilir. Demokratik ebeveyn tutumu ile sorumluluk, kabul edilmez düşünceler ve simetri arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Araştırma sorularına göre demokratik tutum ile obsesif kompulsif bozukluk belirtileri arasında negatif ilişki beklenmektedir. Sonuçların beklenenin aksine çıkması ölçek seçimi, katılımcıların özellikleri veya kültürel farklılar ile açıklanabileceği düşünülebilir. Demokratik tutumun her zaman beklenen işlevselliği göstermeyebileceği de söylenebilir. Anne babaların çocuklarından bekledikleri aşırı özerklik durumu, kendi yaşantılarının kontrolünü ele almaları beklentisi bireylerde daha kontrolcü davranışlar görülmesine sebep olduğu şeklinde de yorumlanabilir. Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu ile iyimserlik ve bilişsel esneklik arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Çok müdahaleci ve korumacı tutum sergileyen ebeveynlerin yetiştirdiği bireylerde bilişsel esnekliğin artış göstermesi beklenmemektedir. Buradaki artışın ölçek seçimi veya katılımcı özellikleriyle ilgili olabileceği söylenebilir. Kültürel farklılıklar bağlamında değerlendirildiğinde Türk toplumunda koruyucu istekçi tutumun olumsuz etkilerinin baskın olmamasıyla açıklanabilir. Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumu ile aşırı

sorumluluk ve simetri arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Bu durum müdahaleci ve kontrolcü tavrın kişilerde yoğun bir sorumluluk duygusuna ve hata yapma konusunda korkuya sebep olabileceği söylenebilir. Yoğun stres altında bulunan bireylerin simetri gibi takıntılı davranışlar sergileme oranının artacağı düşünülebilir. Otoriter ebeveyn tutumları ile duygu kullanımı ve duygu değerlendirme arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Aşırı disiplin ve baskıcı bir tutumun bireylerin duygularını kullanmaları ve değerlendirmeleri konusunda önleyici etkisi olduğu belirlenmiştir. Aynı şekilde otoriter ebeveyn tutumu ile sorumluluk, kabul edilmez düşünceler ve simetri arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre ebeveynlerin sert, aşırı disiplinli, sıcaklık ve yakınlık içermeyen tutumlar içerisinde olmaları bireylerin yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde obsesif kompulsif bozukluk gibi psikopatolojiler geliştirmesine sebep olabileceği söylenebilir. Bu gibi tutum ve davranışlar bireylerde korku, öfke, stres, hata yapmaya karşı duyarlılık gibi duygular geliştirmelerine sebep olabilir. Sonuç olarak aşırı sorumluluk duygusu, toplum tarafından kabul görmeyecek düşünceler, simetri gibi kişiyi zorlayacak durumların ortaya çıkacağı söylenebilir. Araştırma sorularının bir diğeri olan duygusal zeka ve bilişsel esnekliğin ebeveyn tutumları ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkide aracı rolü olup olmadığı ile ilgilidir. Yapılan analizler sonucunda duygusal zekanın aracı rolüne rastlanmamış; bilişsel esnekliğin aracı rolü olduğu bulunmuştur. Bu durum obsesif kompulsif bozukluğun daha çok bilişleri etkileyen bir rahatsızlık olması ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Obsesif düşüncelerin esnek veya katı olma durumu gibi daha çok bilişsel faktörlerle bağlantılı olması bu sonucu açıklıyor olabilir.

Yapılmış olan çalışma doğrultusunda ebeveyn tutumlarının ve bilişsel esnekliğin bireylerin yaşam kalitesinin arttırılması açısından önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir. Bunun geliştirilmesi ve desteklenmesi için topluma gerekli psiko eğitimin verilmesi, anne babaların tutumların nelere yol açacağı konusunda bilgilendirilmesi önerilmektedir. Daha sağlıklı bir toplum için sağlıklı nesiller yetiştirilmesi önemli görülmektedir. Bunun da ancak bilinçlendirilmiş anne babalar ile mümkün olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Abramowitz, J. S., & Jacoby, R. J. (2014). Scrupulosity: A cognitive-behavioral analysis and implications for treatment. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 140-149.
- Afat, N. (2013). Çocuklarda üstün zekânın yordayıcı olarak ebeveyn tutumları. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 155-168.
- Alonso, P., Menchón, J. M., Mataix-Cols, D., Pifarré, J., Urretavizcaya, M., Crespo, J. M., ... & Vallejo, J. (2004). Perceived parental rearing style in obsessive-compulsive disorder: relation to symptom dimensions. *Psychiatry Research*, 127 (3), 267-278.
- Alsancak-Akbulut, C., & Bariskin, E. (2020). Travma ve Obsesif-Kompulsif Belirtiler: Dünyaya İlişkin Varsayımlar ve Obsesif İnanışların Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(86), 1-18.
- Altan, M. Z. (2011). Çoklu zekâ kuramı ve değerler eğitimi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4), 53-57.
- Altıntaş, S., & Öztabak, M. (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemlili internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 7(13), 109-128.
- Altuğ, Ş. D., & Ünal, A. (2024). Sağlıklı geriatric bireylerde bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik düzeylerinin cinsiyetler arası karşılaştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 24(65), 699-711.
- Angın, Y., & Kızılgöçer, M. (2020). Obsesif kompulsif bozukluk tanılı hastalarda erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algısı. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (17), 73-105.
- Aslan Ş. ve Türk F. (2022). Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Esneklik Kavramlarının Karşılaştırılması. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 14(1), 119-130.

- Atalay, D., & Özyürek, A. (2021). Ergenlerde duygu düzenleme stratejileri ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(230), 815-834.
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., Huang, S. H., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: Testing and cross validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. *Personality and individual differences*, 36(3), 555-562.
- Aycicegi, A., Harris, C. L., & Dinn, W. M. (2002). Parenting style and obsessive-compulsive symptoms and personality traits in a student sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 9(6), 406-417.
- Aydın, P. Ç., & Öyekçin, D. G. (2013). Obsesif kompulsif bozuklukta bilişsel işlevler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(4), 266-274.
- Aydoğdu, F., & Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 569-585.
- Aytaç, M.F., (2020). Bebeklikten Yetişkinliğe Çocuk Yetiştirme Sanatı, *Pegem Akademi*, 13-20
- Bahçivan-Saydam, R., & Gençöz, T. (2005). Aile İlişkileri, Ebeveynin Çocuk Yetistirme Tutumu ve Kendilik Degerinin Gençler Tarafından Belirtilen Davranis Problemleri Ile Olan İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(55), 61.
- Bal, U., Çakmak, S., & Uğuz, Ş. (2013). Anksiyete bozukluklarında cinsiyete göre semptom farklılıkları. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(4), 441-459.
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Asian journal of social psychology*, 2(1), 21-41.
- Barrett, P. M., & Healy, L. J. (2003). An examination of the cognitive processes involved in childhood obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 41(3), 285-299.
- Bar-On, R. (2007). The Bar-On model of emotional intelligence: A valid, robust and applicable EI model. *Organisations and People*, 14(2), 1-81.

- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Baumrind, D. (1967). Childcare practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*. 75(1), 43-88.
- Baumrind, D., & Black, A. E. (1967). Socialization practices associated with dimensions of competence in preschool boys and girls. *Child development*, 38(2), 291-327.
- Baumrind, D. (1971). Harmonious parents and their preschool children. *Developmental Psychology*, 4(1), 99-102.
- Baumrind, D. (1989). Rearing competent children. (In Damon, W. (Ed.), *Child development today and tomorrow*, Jossey-Bass/Wiley, 349-378.
- Bayne, T., Brainard, D., Byrne, R. W., Chittka, L., Clayton, N., Heyes, C., ... & Webb, B. (2019). What is cognition? *Current biology*, 29(13), R608-R615.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child development*, 55(1), 83-96.
- Biçer F.B. (2023). *Psikoloji Serisi: Klinik Psikoloji*. Eğitim Kitabı, 125
- Bilge, Y., Canatan, K., & Çapar, H. (2019). Tek ebeveynli aile bağlamında yaşayan annelerin sosyal ve psikolojik problemleri: Küçükçekmece örneği. *Turkish Studies-Social Sciences*, 14 (4), 1331-1354.
- Bilgin. M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(3), 142-157.
- Birliği, A. P. (2014). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V). Çeviri: Köroğlu E. *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, (DSM-V-TR) Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı*, 5, 49-51.
- Bouvard, M. A., Millierey, M., & Cottraux, J. (2004). Management of obsessive compulsive disorder. *Psychotherapy and psychosomatics*, 73(3), 149-157.
- Boz-Eraslan, H. (2023). Yürütücü İşlevler, Frontal Lob ve İşlevleri, In H. Kafadar (Ed.), *Bilişsel Psikoloji: Bilişin Davranışsal ve Fizyolojik Temeli*, 259-285, Nobel Akademik Yayıncılık.

- Brander, G., Perez-Vigil, A., Larsson, H., & Mataix-Cols, D. (2016). Systematic review of environmental risk factors for obsessive-compulsive disorder: a proposed roadmap from association to causation. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 65, 36-62.
- Budak S. (2000), *Psikoloji Sözlüğü*. İstanbul: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyükkoca, M. (2001). *Algılanan sosyal destek ile postpartum depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Can, R., & Kutlu, F. (2021). Okulöncesi çocuklarda hazzı erteleme davranışının cinsiyet ve annelerin ebeveynlik tutumları açısından incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(87), 20-38.
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., & Charles, S. T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and emotion*, 27, 103-123.
- Cengiz, S., & Peker, A. (2020). Obsesif kompulsif bozuklukta EMDR terapinin etkisi: Olgu sunumu. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(1), 201-217.
- Chamberlain, S. R., Fineberg, N. A., Blackwell, A. D., Robbins, T. W., & Sahakian, B. J. (2006). Motor inhibition and cognitive flexibility in obsessive-compulsive disorder and trichotillomania. *American journal of psychiatry*, 163(7), 1282-1284.
- Cizrelioğulları, M. N., & Kilili, R. (2021). Ebeveyn tutumlarının çocukların yetenek ve becerilerine etkisi. *European Journal of Educational and Social Sciences*, 6(1), 130-142.
- Clark, D. A., & Purdon, C. (1993). New perspectives for a cognitive theory of obsessions. *Australian Psychologist*, 28(3), 161-167.
- Cüceloğlu, D. (2008). *İnsan ve davranışı* (Vol. 96). Remzi Kitap Evi, 331-369.
- Çakar, U., & Arbak, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu zeka ilişkisi ve duygusal zeka. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.

- Cekci, B. C., & Inözü, M. (2024). Algılanan ebeveyn tutumları ve obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide kişilik inançlarının aracı rolü. *Journal of Clinical Psychology Research*, 8(3), 367-383.
- Çelikkaleli, Ö. (2014). The Validity and Reliability of the Cognitive Flexibility Scale. *Education & Science*, 39(176), 339-346.
- Çetin, M. (2020). Toplumsal bir gerçeklik olarak çocuk gelin kavramı. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi* (5), 107-122.
- Çoban, A. E., & Hamamcı, Z. (2006). Kontrol odakları farklı ergenlerin karar stratejileri açısından incelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 14(2), 393.
- Dağ, İ., & Gülüm, V. (2013). Yetişkin Bağlanma Örüntüleri ile Psikopatoloji Belirtileri Arasındaki İlişkide Bilişsel Özelliklerin Aracı Rolü: Bilişsel Esneklik. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(4), 240-7
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *In Interpersonal development*, 161-170, Routledge.
- Demet, M. M., Deveci, A., Deniz, F., Taşkın, E. O., Şimşek, E., & Yurtsever, F. (2005). Obsesif kompulsif bozuklukta sosyodemografik özellikler ve fenomenoloji. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6(3), 133-144.
- Demir, M., & Kaya, F. (2016). Obsesif Kompulsif Bozukluk ile İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Arasındaki İlişkinin Yapısal Eşitlik Modeli ile İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (57), 175-186.
- Demirli, C., & Kendir, M. (2016). Evlilik doyumu üzerinde anne baba tutumunun etkisinin incelenmesi. *Education Sciences*, 11(3), 96-113.
- Demirtaş, B. (2015). [Kitap incelemesi: *Türkiye’de çocukluğun politik inşası*, G. G. Öztan]. *Uluslararası İlişkiler*, 11(44), 157-161.
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and individual differences*, 35(2), 303-312.
- Dinn, A. A., & Sunar, D. (2017). Çocuk yetiştirme tutumları ve bağıntılarının kültür içi ve kültürlerarası karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(79), 95-110

- Doinita, N. E., & Maria, N. D. (2015). Attachment and parenting styles. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 203(2015), 199-204.
- do Rosario-Campos, M. C., Leckman, J. F., Mercadante, M. T., Shavitt, R. G., Prado, H. D. S., Sada, P., ... & Miguel, E. C. (2001). Adults with early-onset obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1899-1903.
- Dokuyan, M. (2016). 12. sınıf öğrencilerinde algılanan anne-baba tutumları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(2), 1-21.
- Dornbusch, S. M., Ritter, P. L., Leiderman, P. H., Roberts, D. F., & Fraleigh, M. J. (1987). The relation of parenting style to adolescent school performance. *Child Development*, 58(5), 1244-57
- Doron, G., Moulding, R., Kyrios, M., Nedeljkovic, M., & Mikulincer, M. (2009). Adult attachment insecurities are related to obsessive compulsive phenomena. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(8), 1022-1049.
- Duy, B., & Şahin, E. E. (2021). Sosyal gelişim. In D. M. Siyez (Ed.), *Çocuk ve ergen gelişimi: Çok boyutlu bir bakış* (s. 457). Pegem Akademi.
- Ekerer, C., Ince, G., & Över, M. F. (2021). Sekiz haftalık yapılandırılmış Brain Gym aktivite programının üniversite öğrencilerinin seçici dikkat, inhibitör kontrol ve bilişsel esneklik üzerine etkisi. *Cukurova Medical Journal*, 46(2), 814-824.
- Erbil, N., Divan, Z., & Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum*, 3(10), 7-15.
- Erdoğan, M. Y. (2008). Duygusal zekanın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
- Erguvan-Eryılmaz, T., & Tosun, A. (2013). Obsesif Kompulsif Bozuklukta Kontrol İhtiyacı. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 121-130.
- Eşkisü, M., & Kapçı, E. G. (2022). "Anababalık Destek Programının" Anababalık Tutum ve Davranışları, Anababalık Yetkinliği ve Anababalık Stresi Üzerindeki Etkililiği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 37 (90), 57-77.

- Fadlillah, M., & Fauziah, S. (2022). Analysis of Diana Baumrind's Parenting Style on Early Childhood Development. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 2127-2134.
- Faraji, H., & Tezcan, A. E. (2022). Dinsel, cinsel, temizlik Okb alt tipleri olan ergen hastada psikofarmakolojik tedavi ve bilişsel davranışçı terapi birlikteliği: Bir olgu sunumu. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 6(11), 47-54.
- Faraji, H., Parlak, D., & Tezcan, A. (2023). Obsesif kompulsif bozukluk ile duygu düzenleme güçlüğü ilişkisi hakkında bir değerlendirme. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 892-909
- Francazio, S. K. ve Flessner, C. A. (2015). Cognitive flexibility differentiates young adults exhibiting obsessive-compulsive behaviors from controls. *Psychiatry Research*, 228 (2), 185-190.
- Freeston, M. H., Ladouceur, R., Gagnon, F., & Thibodeau, N. (1992). Beliefs about obsessional thoughts. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 15(3), 1-21.
- Gayathri N. ve Meenakshi K. (2013). A Literature Review of Emotional Intelligence, *International Journal of Humanities and Social Science Invention* ISSN (Online): 2319 – 7722, ISSN (Print), 2319 – 7714.
- Gelegen, V., & Tamam, L. (2013). Şizo-obsesif bozukluk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(2), 204-219.
- Gillan, C. M., & Robbins, T. W. (2014). Goal-directed learning and obsessive–compulsive disorder. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 369(1655), 20130475.
- Goleman, D. (1998). *Duygusal zeka*. İstanbul: Varlık.12. Basım
- Gordon, W. M. (2002). Sexual obsessions and OCD. *Sexual and Relationship Therapy*, 17(4), 343-354.
- Gökçen, C. ve Karadağ, M. (2016). Obsesif Kompulsif Bozuklukların Etiyolojisi. *Türkiye Klinikleri Child Psychiatry-Special Topics*, 2(3), 14-19.

- Greenberg, L. S. (2020). *Duygu odaklı terapi*. (S.H. Çelik, Çev.)[Emotion-Focused Therapy, orijinali 2002’de yayımlanmıştır]. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim, Araştırma, Sağlık Organizasyonu ve Danışmanlık.
- Gündüz, B. (2013). Bağlanma stilleri, akılcı olmayan inançlar ve psikolojik belirtilerin bilişsel esnekliği yordamadaki katkıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2071-2085.
- Gürkan, U. (2019), *Gelişim Psikolojisi 1*, Nobel Yayıncılık.
- Hacıomeroglu, B., & Karanci, A. N. (2014). Perceived parental rearing behaviours, responsibility attitudes and life events as predictors of obsessive-compulsive symptomatology: Test of a cognitive model. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 42(6), 641-652.
- Heyman, I., Mataix-Cols, D., & Fineberg, N. A. (2006). Obsessive-compulsive disorder. *British Medical Journal*, 333(7565), 424-429.
- Hollander, E. (1997). Obsessive-compulsive disorder: the hidden epidemic. *J Clin Psychiatry*, 58 (Suppl 12), 3-6.
- İkiz, F. E., Totan, T., & Karaca, R. (2013, May). Sorumluluk inançlarını arttıran faktörleri belirleme ölçeğinin uyarlanması. *In Yeni Symposium Journal*, 51(2), 105-115.
- İnözü, M., & Eremsoy, C. E. (2013). Tiksinme ölçeği ile bulaşma/kirlenme bilişleri ölçeği’nin Türkçe versiyonlarının psikometrik özellikleri. *Türk Psikoloji Yazıları*. 16(31), 1-10.
- İsmen, A. E. (2004). Duygusal zeka ve aile işlevleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(11), 55-75.
- Jacoby, R. J., & Abramowitz, J. S. (2016). Inhibitory learning approaches to exposure therapy: A critical review and translation to obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychology Review*, 49(2016), 28-40.
- Janeck, A. S., Calamari, J. E., Riemann, B. C., & Heffelfinger, S. K. (2003). Too much thinking about thinking?: metacognitive differences in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety disorders*, 17(2), 181-195.

- Johnson, B.T. (2016) *The relationship between cognitive flexibility, coping and symptomatology in psychotherapy* (Doctoral dissertation). Milwaukee, Marquette University
- Kapucu A.& Pala F.C. (2024), *Çocukluktan Yetişkinliğe Duygu ve Biliş*, Nobel Yayıncılık, 1. Basım
- Karaca, P., Oktay, S., Koçak, M., & Erden, G. (2020). Obsesif Kompulsif Bozukluğun Tedavisinde Güncel Psikoterapi Yaklaşımları. *In Yeni Symposium*, 58(2), 26-38.
- Kars, S., Bektaş, Ö., & Akyürek, G. (2019). Ergenlerde anne-baba tutumunun duygu düzenleme ve iyilik haline etkisinin incelenmesi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 7(2), 97-104.
- Karşlıoğlu, E.H. ve Yüksel, N. (2007). Obsesif Kompulsif Bozukluğun Nörobiyolojisi, *Klinik Psikiyatri*, 10(Ek 3), 3-13.
- Kashavarz, F., & Fazel, A. (2018). The relationship between emotional intelligence and personality traits with stress in among obsessive-compulsive patients. *Indian Journal of Positive Psychology*, 9(2), 266-270.
- Kashyap, H., Kumar, J. K., Kandavel, T., & Reddy, Y. J. (2017). Relationships between neuropsychological variables and factor-analysed symptom dimensions in obsessive compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 249, 58-64.
- Kılıç, E. Z. (2003). Gelişimsel psikopatolojinin temel kavramları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10(3), 137-147.
- Kızılpınar, S. Ç., Çolak, B., Atak, F. B., & Öncü, B. (2019). Ergenlerde Anne Baba Tutumlarının İçselleştirme ve Dışsallaştırma Bozuklukları ile İlişkisi. *Kriz Dergisi*, 27(2), 63-70.
- Konkan, R., Şenormancı, Ö., Güçlü, O., Aydın, E., & Sungur, M. Z. (2012). Obsesif kompulsif bozukluk ve obsesif inançlar. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 91-96.
- Korucu K. S., Söylemez Ş. Ç. ve Oksay A. (2021). Biyopsikososyal Yaklaşım ve Gelişim Süreci, *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 12(30), 689-700.

- Krebs, G. C., Hannigan, L. J., Gregory, A. M., Rijdsdijk, F. V., Maughan, B., & Eley, T. C. (2019). Are punitive parenting and stressful life events environmental risk factors for obsessive-compulsive symptoms in youth? A longitudinal twin study. *European Psychiatry*, 56(1), 35-42.
- Kulaksızoğlu, A. (2003). *Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları* (ed.Nuray Türkyılmaz Catic). Timaş Yayınları.
- Kuzgun Y. (1972). *Ana Baba Tutumlarının Bireyin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Kuzgun Y. ve Eldeleklioğlu J. (1999). Ana baba tutum ölçeğinin geliştirilmesi, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 69-77.
- Kuzgun Y. (2005), Ana Baba Tutumları Ölçeği (ed. Feride Bacanlı&Yıldız Kuzgun), *PDR'de Kullanılan Ölçekler*, 2, 67-76.
- Laçın, B. G. D., & Yalçın, İ. (2018). Üniversite öğrencilerinde öz-yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejilerinin bilişsel esnekliği yordama düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(2), 358-371.
- Lazarov, A., Oren, E., Liberman, N., Gur, S., Hermesh, H., & Dar, R. (2022). Attenuated access to emotions in obsessive-compulsive disorder. *Behavior Therapy*, 53(1), 1-10.
- Leckman, J. F., Grice, D. E., Boardman, J., Zhang, H., Vitale, A., Bondi, C., ... & Pauls, D. L. (1997). Symptoms of obsessive-compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 154(7), 911-917.
- Lehman, B. J., David, D. M. ve Gruber, J. A. (2017). Rethinking the biopsychosocial model of health: Understanding health as a dynamic system. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(8), E12328.
- McKay, D. (2006). Treating disgust reactions in contamination-based obsessive-compulsive disorder. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 37(1), 53-59.
- Martin, M. M., & Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11(1), 1-9.

- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4(3), 197-208.
- Morris C.G. ve Maisto A.A. (2005). *Psychology: an introduction*, 12, Pearson Prentice Hall.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388.
- Mostafavi, N. (2024). Relationship between Parenting Style and Children's Obsessive-compulsive Disorder. *International Journal of Psychological Studies*, 16(1), 44-51.
- Mowrer, O. H. (1952). Chapter V: Learning Theory. *Review of Educational Research*, 22(5), 475-495.
- Odabaşı, B. (2013). İlköğretim 2. kademe öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerinin ana baba tutumları açısından incelenmesi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 3(2), 33-51.
- Orhan, S., & Karagözoğlu, C. (2021). Sporcularda duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Uluslararası Beden Eğitimi Spor ve Teknolojileri Dergisi*, 2(2), 11-26.
- Özcaner, Z. P., & Karaaziz, M. (2025). Obsesif kompulsif bozukluğun bilişsel davranışçı terapi yaklaşımı ile tedavisi: bir olgu sunumu. *Journal of Social Research & Behavioral Sciences/Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 11(23), 1-19.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T., & Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Özdeş, A. (2020). Yaşlanma ve Karar Verme Süreçleri: Duygu Düzenlemenin Rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 382-395.
- Özgür, G., Yörükoğlu, G., & Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.

- Özkan, F., & Tösten, R. (2011, Ekim 26-28). İlköğretim I. kademe öğrencilere dini değerlerin kazandırılmasında ailenin etkisi: Diyarbakır ili örneği. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Değerler Eğitimi Sempozyumu*, Eskişehir.
- Öztürk, A., Şengül, Y., Yılmaz, O., Sengül, H. S. & Parlakkaya, F. B., (2019). *Investigation and clinical importance of obsessive and compulsive signs among patients with restless legs syndrome*. *Bezmialem Science*, 7(3), 221-227.
- Özyürek, A., & Şahn, F. T. (2005). 5 ve 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin tutumlarının incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2), 19-34.
- Peris, T. S., Benazon, N., Langley, A., Roblek, T., & Piacentini, J. (2008). Parental attitudes, beliefs, and responses to childhood obsessive compulsive disorder: the parental attitudes and behaviors scale. *Child & Family Behavior Therapy*, 30(3), 199-214.
- Piaget, J. (2016). *Zeka psikolojisi*. (İ.H. Yılmaz, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Pişgin, İ., & Özen, D. Ş. (2010). Çocukluktan erişkinliğe obsesif kompulsif bozuklukta hatalı değerlendirme ve inanç alanları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(1), 117-131.
- Pozza, A., & Dèttore, D. (2014). Are inflated responsibility beliefs specific to OCD? meta-analysis of the relations of responsibility to OCD, anxiety disorders, and depression symptoms. *Clinical Neuropsychiatry*, 11(6), 187-193.
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 35(9), 793-802.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 385-401.
- Radomsky, A. S., & Rachman, S. (2004). Symmetry, ordering and arranging compulsive behaviour. *Behaviour Research and Therapy*, 42(8), 893-913.
- Raines, A. M., Vidaurri, D. N., Portero, A. K., & Schmidt, N. B. (2017). Associations between rumination and obsessive-compulsive symptom dimensions. *Personality and Individual Differences*, 113(2017), 63-67.

- Rector, N. A., Katz, D. E., Quilty, L. C., Laposa, J. M., Collimore, K., & Kay, T. (2019). Reassurance seeking in the anxiety disorders and OCD: Construct validation, clinical correlates and CBT treatment response. *Journal of Anxiety Disorders, 67*, 102109.
- Ruscio, A. M., Stein, D. J., Chiu, W. T., & Kessler, R. C. (2010). The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in the National Comorbidity Survey Replication. *Molecular Psychiatry, 15*(1), 53-63.
- Sak, R., Sak, İ. Ş., Atlı, S., & Şahin, B. (2015). Okul öncesi dönem: Anne baba tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*(3), 972-991.
- Salkovskis, P. M., Forrester, E., & Richards, C. (1998). Cognitive-behavioural approach to understanding obsessional thinking. *The British Journal of Psychiatry, 173*(S35), 53-63.
- Salkovskis, P., Shafran, R., Rachman, S., & Freeston, M. H. (1999). Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problems: Possible origins and implications for therapy and research. *Behaviour Research and Therapy, 37*(11), 1055-1072.
- Salkovskis, P. M., Wroe, A. L., Gledhill, A., Morrison, N., Forrester, E., Richards, C., Reynolds, M. & Thorpe, S. (2000). Responsibility attitudes and interpretations are characteristic of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 38*(4), 347-372.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG> (Original work published 1990)
- Salovey, P. & Grewal, D. (2005). The Science of Emotional Intelligence. *Current Directions in Psychological Science, 14*(6), 281-285.
- Saracaloğlu, A. S., Saygı, C., Yenice, N., & Altın, M. (2016). Müzik ve sınıf öğretmeni adaylarının mükemmeliyetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1*(38), 70-89.

- Sarı, B. & Çiftçi, S. (2023). Velilerin sahip oldukları ebeveyn tutumlarının öğretmen, öğrenci ve sınıfa yansımalarının incelemesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(3), 1400-1420.
- Sayar K., Uğurad I.K., ve Acar B. (1999). Obsessif Kompulsif Bozuklukta Fenomenoloji, *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 9 (3), 142-147.
- Schulze R. & Roberts R.D. (2005). *Emotional intelligence: an international handbook*, Hogrefe Publishing GmbH.
- Schutte NS, Malouff JM, Hall LE, Haggerty DJ, Cooper JT ve Golden CJ (1998) Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-77.
- Scott, W. A. (1962). Cognitive complexity and cognitive flexibility. *Sociometry*, 25(4), 405-414.
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin kendilik algılarının anne baba tutumları ve bazı faktörlerle ilişkisi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1-19.
- Sezer, Ö., & Oğuz, V. (2010). Üniversite öğrencilerinde kendilerini değerlendirmelerinin ana baba tutumları ve bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 18(3), 743-758.
- Shafran, R. (1997). The manipulation of responsibility in obsessive-compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 36(3), 397-407.
- Sivrikaya, A. H. (2010). Eğitimde çoklu zeka kuramı/multiple intelligence theory at education. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(45), 123-132.
- Snider L.A., Swedo S.E. (2003). Nature and treatment of obsessive-compulsive disorder. In J. Panksepp (Ed.), *Textbook of Biological Psychiatry* (pp.367-392). Wiley- Liss.
- Solso, R. L., Maclin, M. K., & Maclin, O. H. (2007) *Bilişsel psikoloji* (A. Ayçiçeği-Dinn, Çev.) Kitabevi Yayıncılık.
- Spera, C. (2005). A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement. *Educational Psychology Review*, 17(2), 125-146.

- Steinberg, L., Elmen, J. D., & Mounts, N. S. (1989). Authoritative parenting, psychosocial maturity, and academic success among adolescents. *Child Development, 60* (6), 1424-1436.
- Stevens, A. D. (2009). *Social problem-solving and cognitive flexibility: Relations to social skills and problem behavior of at-risk young children*. (Unpublished doctoral thesis), Seattle Pacific University, USA.
- Strom, N. I., Soda, T., Mathews, C. A., & Davis, L. K. (2021). A dimensional perspective on the genetics of obsessive-compulsive disorder. *Translational Psychiatry, 11*(1), 401.
- Subaşı, D., & Özçelik, A. Ö. (2019). Ergenlerin algıladıkları anne baba tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Karatekin Edebiyat Fakültesi Dergisi, 7*(1), 25-47.
- Sucu, B. T., & Bedel, A. (2021). The investigation of university students social problem-solving skills in terms of perceived parental attitudes and cognitive flexibility levels. *Kastamonu Education Journal, 29*(4), 92-100.
- Sümer, N. (2012). Ana babalık ve bağlanma. In M. Sayıl & B. Yağmurlu (Eds.), *Ana babalık: Kuram ve araştırma* (ss. 171–172). Koç Üniversitesi Yayınları.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E. ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları, 13*(25), 42-59.
- Sürat, C. (2022). Ergenlerde psikolojik sağlamlık ile anne baba tutumları arasındaki ilişki. In Z. Kabasakal (Ed.), *Aileye ilişkin güncel değerlendirmeler, 3*, 69-89. İksad Yayınevi.
- Şafak, Y., Öcal, D. S., Özdel, K., Kuru, E., & Örsel, S. (2017). Obsesif kompulsif bozuklukta boyutsal yaklaşım: boyutsal obsesif kompulsif bozukluk ölçeği türkçe’nin psikometrik özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi, 28*, 1-13.
- Şahin H.E., Ediboğlu G.O. (2022). Obsesif kompulsif bozukluk: kısa bir gözden geçirme, *Çukurova Tıp Öğrenci Dergisi, 2*(2), 51-58.
- Şanlı, D., & Öztürk, C. (2015). Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ve tutumlar üzerine kültürün etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 8*(4), 240-246.

- Şen, B. (2018). *Metaforlarla Duygusal Zekâ-Evde, Okulda ve İş Yaşamında*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tallis, F. (1996). Compulsive washing in the absence of phobic and illness anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 361-362.
- Tamam, L., & Demirkol, M. E. (2019). Obsesif kompulsif bozukluk ve ilişkili bozukluklar. *Bütüncül Tıp: Birinci Basamakta ve Aile Hekimliğinde Güncel Tanı-Tedavi*, 1, 1644-1646.
- Tatar A., Tok S. ve Saltukoğlu G. (2011). Gözden geçirilmiş Schutte duygusal zekâ ölçeğinin Türkçe 'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi, *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 21(4), 325-338
- Timpano, K. R., Keough, M. E., Mahaffey, B., Schmidt, N. B., & Abramowitz, J. (2010). Parenting and obsessive-compulsive symptoms: Implications of authoritarian parenting. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 24(3), 151-164.
- Toprak, T. B. (2018). Dini obsesyon ve kompulsiyonların psikoterapisinde kuramlar, imkanlar, sınırlılıklar. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(1), 123-141.
- Türkçapar, M. H., & Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.
- Tuğrul, C. (1999). Duygusal zeka. *Klinik Psikiyatri*, 1, 12-20.
- Uykan, E., & Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 6(3), 1620-1644.
- Uysal, İ., & Kılıç, A. (2022). Normal dağılım ikilemi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 12(1), 220-248.
- Ülker, A., & Aydos, E. H. (2024) Okul öncesi dönemde çocuğu olan ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları ve duygusal istismar potansiyelleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 39(94), 58-80.
- Veale, D., & Roberts, A. (2014). Obsessive-compulsive disorder. *BMJ*, 348, g2183. <https://doi.org/10.1136/bmj.g2183>

- Vellozo, A. P., Fontenelle, L. F., Torresan, R. C., Shavitt, R. G., Ferrão, Y. A., Rosário, M. C., ... & Torres, A. R. (2021). Symmetry dimension in obsessive-compulsive disorder: Prevalence, severity and clinical correlates. *Journal of Clinical Medicine*, 10(2), 274.
- Wilhelm, S. (2003). Cognitive Treatment of Obsessions. *Brief Treatment & Crisis Intervention*, 3(2), 187-199.
- Wolfradt, U., Hempel, S., & Miles, J. N. (2003). Perceived parenting styles, depersonalisation, anxiety and coping behaviour in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 34(3), 521-532.
- Wood, J. J., McLeod, B. D., Sigman, M., Hwang, W. C., & Chu, B. C. (2003). Parenting and childhood anxiety: theory, empirical findings, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(1), 134-151.
- Yağmurlu B., Sanson A., Köymen S.B. (2005). Ebeveynlerin ve çocuk mizacının olumlu sosyal davranış gelişine etkileri: zihin kuramının belirleyici rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(55), 1-20.
- Yavuzer, H. (1988). *Çocuk psikolojisi*. Remzi Yayınevi.
- Yavuzer, H. (2003). *Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları*. Timaş Yayınları.
- Yıldırım, S. Y., & Önder, F. C. (2017). Emotional intelligence and parental attitudes as predictors of high school students' life satisfaction. *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(1), 88-104.
- Yılmaz, B. (2018). Obsesif Kompulsif Bozukluk Tedavisinde Güncel Yaklaşımlar. *Lectio Scientific*, 2(1), 21-42.
- Yılmaz, O., Boyraz, R. K., Kurtulmuş, A., Parlakkaya, F. B., & Öztürk, A. (2020). Obsesif kompulsif bozuklukta içgörünün obsesif inançlar ve üstbiliş ile ilişkisi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 11(1), 11-19.
- Yoshida, T., Taga, C., Matsumoto, Y., & Fukui, K. (2005). Paternal overprotection in obsessive-compulsive disorder and depression with obsessive traits. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59(5), 533-538.

Yörük, P., & Tosun, A. (2015). Obsesif kompulsif bozuklukta üst-bilişsel model. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(2), 190-207.

Yurdakul, Y., Beyazıt, U., & Ayhan, A. B. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarında duygu düzenleme becerileri ile etkileşimli oyun davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(4), 1291-1307.

Zayman, E.P. (2016). DSM-5'te obsesif kompulsif bozukluk, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, *Çukurova Medical Journal*, 41(2), 360-362.

Zelazo, P. D., Craik, F. I., & Booth, L. (2004). Executive function across the life span. *Acta Psychologica*, 115(2-3), 167-183.



## EKLER

### ANNE BABA TUTUMLARI ÖLÇEĞİ

ANNEM-BABAM	Hiç Uygun Değil	Çok Az Uygun	Kısmen Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1) Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.	1	2	3	4	5
2) Çok yönlü gelişmem için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.	1	2	3	4	5
3) Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.	1	2	3	4	5
4) Aramızdaki ilişki ona içimi açmaya cesaret edemeyeceğim kadar resmidir.	1	2	3	4	5
5) Arkadaşlarımı eve çağırma izin verir, geldiklerinde onlara iyi davranırdı.	1	2	3	4	5
6) Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır, onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.	1	2	3	4	5
7) Her zaman başıma kötü bir şey gelecekmiş gibi beni koruyup kollamaya çalışır.	1	2	3	4	5
8) Bana hükmetmeye çalışır.	1	2	3	4	5
9) Elinden geldiği kadar, her konuda fikrimi almaya özen gösterir.	1	2	3	4	5
10) Sorunlarımı onunla rahatlıkla konuşabilirim.	1	2	3	4	5
11) Evde bir konu tartışılırken görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.	1	2	3	4	5
12) Bugün bile alışverişe çıkacağım zaman, kandırılacağımı düşünerek benimle gelmek ister.	1	2	3	4	5
13) Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.	1	2	3	4	5
14) Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zaman soğuk ve itici davranırdı.	1	2	3	4	5
15) Neden bazı şeyleri yapmam ya da yapmamam gerektiğini bana açıklar.	1	2	3	4	5
16) Sevmediğim yemekleri, yarayacağı düşüncesiyle, zorla yedirirdi.	1	2	3	4	5
17) Sınavlarda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.	1	2	3	4	5
18) Benim gibi bir evladı olduğu için kendini rahatsız hissettiğini sanıyorum.	1	2	3	4	5

19) Küçük yaşından itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.	1	2	3	4	5
20) Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.	1	2	3	4	5
21) Kendimi yönetebileceğim yaşlarda bile her gittiği yere beni de götürür, evde yalnız kalmamdan kaygılanır.	1	2	3	4	5
22) Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak kullanırdı.	1	2	3	4	5
23) Cinsellik konusunda karşılaştığım sorunları kendisine anlatmak istediğimde hep ilgisiz kalmıştır.	1	2	3	4	5
24) Ona yaklaşmak istediğimde daima bana sıcak bir biçimde karşılık verir.	1	2	3	4	5
25) Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır; parka, sinemaya götürmeyi ihmal etmezdi.	1	2	3	4	5
26) Bana önemli ve değerli bir kişi olduğum inancını aşlamıştır.	1	2	3	4	5
27) Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde denetler.	1	2	3	4	5
28) Her zaman, her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.	1	2	3	4	5
29) Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem.	1	2	3	4	5
30) Benimle genellikle sert bir tonda ve emrederek konuşur.	1	2	3	4	5
31) Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.	1	2	3	4	5
32) Aile ile ilgili kararlar alınırken benim de fikrimi öğrenmek ister.	1	2	3	4	5
33) Benim iyiliğimi istediğini, benim için neyin iyi olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler.	1	2	3	4	5
34) Beni daima yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlamıştır.	1	2	3	4	5
35) Beni olduğum gibi kabul etmiştir.	1	2	3	4	5
36) Başkalarına benden daha çok önem verir ve onlara daha nazik davranır.	1	2	3	4	5
37) İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.	1	2	3	4	5
38) Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.	1	2	3	4	5
39) Günlük olaylar hakkında anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.	1	2	3	4	5
40) Okulda başarılı olmama konusunda beni zorlar, kırık not aldığımda cezalandırırdı.	1	2	3	4	5

## BOYUTSAL OBSESYON KOMPULSİYON ÖLÇEĞİ

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 kompulsiyon 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:

1. 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

2. 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

3. 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.

<p>3 Hayatım birçok yönden bozuldu ve güçlüklerle idare ediyorum.</p> <p>4 Hayatım tamamen bozuldu ve hiç işlevsel değilim.</p>
<p>4. Sizin için kirlenme ile ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve yıkama, duş alma, temizleme ve diğer arınma davranışlarını yapmayı bırakmak ne kadar zordur?</p> <p>0 Hiç zor değil</p> <p>1 Biraz zor</p> <p>2 Orta derecede zor</p> <p>3 Çok zor</p> <p>4 Aşırı derecede zor</p>
<p>5. 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?</p> <p>0 Hiç</p> <p>1 Her gün bir saatten az</p> <p>2 Her gün 1 ile 3 saat arasında</p> <p>3 Her gün 3 ile 8 saat arasında</p> <p>4 Her gün 8 saat ya da daha fazla</p>
<p>Kategori 2: Zarardan, Yaralanmadan veya Talihsizlikten Sorumlu Olma Konusundaki Endişeler</p> <p>Örnekler...</p> <p>→ Zararlı ya da korkunç bir şeyin olmasına neden olabilecek bir hata yapmış olma şüphesi.</p> <p>→ Korkunç bir kaza, felaket, yaralanma veya başka bir talihsiz olayın meydana gelebileceği ve sizin bunu önlemek için yeterince dikkatli olmadığımız düşüncesi.</p> <p>→ Bir şeyleri belli bir düzende yaparak, belirli sayıları sayarak ya da uğursuz sayı ve kelimelerden kaçınarak tehlike veya talihsizliği engelleyebileceğiniz düşüncesi.</p> <p>→ Kaybedilmesi pek muhtemel olmayan önemli şeyleri kaybetme düşüncesi (ör; cüzdan, kimlik kartı, evraklar).</p> <p>→ Elektrik düğmeleri, kilit ve cüzdan gibi eşyaları gereğinden fazla kontrol etmek.</p> <p>→ Kötü bir şey olmadığı (veya olmayacağı) konusunda güvence almak için bazı şeyleri tekrar tekrar kontrol etmek ya da tekrar tekrar sormak.</p> <p>→ Yanlış bir şey yapmadığımızdan emin olmak için geçmiş olayları zihinsel olarak gözden geçirmek.</p> <p>→ Zarar veya felaketlerin meydana gelmesini önleyebilmek için özel bir rutini takip etmeye ihtiyaç duymak.</p> <p>→ Zarara yol açma korkusu nedeniyle bazı uğursuz sayılardan kaçmaya ve ya belli sayıları saymaya ihtiyaç duymak.</p> <p>Bundan sonraki sorular son bir ay içinde felaket ve zararlar ilgili düşünce ve davranışlarınız hakkındadır. Sizin yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın</p>
<p>6. 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?</p> <p>0 Hiç</p> <p>1 Her gün bir saatten az</p> <p>2 Her gün 1 ile 3 saat arasında</p>

<p>3 Her gün 3 ile 8 saat arasında 4 Her gün 8 saat ya da daha fazla</p>
<p>7. Olası zarar veya felaketler hakkında endişelenmenize ya da tehlikeyi kontrol etmenize gerek kalmaması için bu durumlardan ne ölçüde kaçınırsınız?</p> <p>0 Hiç kaçınmam 1 Biraz kaçınırım 2 Orta derecede kaçınırım 3 Çok kaçınırım 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınırım</p>
<p>8. 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?</p> <p>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</p>
<p>9. Zarar ve ya felaketleri düşünmekten, güvence almaktan veya aşırı kontrol etmekten dolayı günlük rutin işleriniz (iş, okul, öz bakım, sosyal yaşam) ne derecede bozulmuştur?</p> <p>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.</p>
<p>10. Olası zarar ve felaketle ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve güvence arama davranışlarından veya kontrol etmekten vazgeçmek sizin için ne kadar zordur?</p> <p>0 Hiç zor değil 1 Biraz zor 2 Orta derecede zor 3 Çok zor 4 Aşırı derecede zor</p>
<p>Kategori 3: Kabul Edilemez Düşünceler Örnekler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Cinsellik, ahlaksızlık veya şiddetle ilgili isteğiniz dışında zihninize gelen rahatsız edici düşünceler.</li> <li>→ Gerçekte yapmak istemediğiniz çirkin, uygunsuz veya utandırıcı şeylerle ilgili düşünceler.</li> <li>→ Kötü bir düşünceden dolayı özel bir rutini uygulamak veya bir eylemi tekrar etmek.</li> <li>→ İstenmeyen veya rahatsız edici bir düşünceden kurtulmak için zihinsel olarak belli işlemleri gerçekleştirmek veya dua etmek.</li> <li>→ İstenmeyen veya rahatsız edici düşünceleri tetikleyen belli kişilerden, yerlerden veya durumlardan kaçınmak.</li> </ul> <p>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 cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın.</p>

<p>11. Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını istenmeyen, rahatsız edici düşüncelerle ve bu düşüncelerle başa çıkmak için yaptığınız davranışsal veya zihinsel eylemlerle geçirirsiniz?</p> <p>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</p>
<p>12. İstenmeyen ve rahatsız edici düşünceleri tetikleyen durumlar, yerler, nesnelere ve diğer hatırlatıcılardan (sayılar, kişi) ne ölçüde kaçınırsınız?</p> <p>0 Hiç kaçınmam 1 Biraz kaçınırım 2 Orta derecede kaçınırım 3 Çok kaçınırım 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınırım</p>
<p>13. İradeniz dışında aklınıza istenmeyen ve rahatsız edici düşünceler geldiğinde ne kadar sıkıntı ya da kaygı-endişe yaşarsınız?</p> <p>0 Hiç sıkıntı / endişe yaşamam 1 Biraz sıkıntı / endişe yaşarım 2 Orta derecede sıkıntı / endişe yaşarım 3 Çok sıkıntı / endişe yaşarım 4 Aşırı sıkıntı / endişe yaşarım</p>
<p>14. İstenmeyen rahatsız edici düşünceler ve bu düşüncelerle başa çıkma, kaçınma çabaları yüzünden günlük rutin işleriniz (iş, okul, öz bakım, sosyal yaşam) ne derecede bozulmuştur?</p> <p>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.</p>
<p>15. 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?</p> <p>0 Hiç zor değil 1 Biraz zor 2 Orta derecede zor 3 Çok zor 4 Aşırı derecede zor</p>
<p>Kategori 4: Simetri, eksiksizlik ve Bir Şeylerin “Tam Olması” Gereksinimiyle İlgili Endişeler Örnekler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Simetri, düzgünlük, eşitlik veya kesinlik ihtiyacı.</li> <li>– Bir şeylerin “tam” olmadığı hissi.</li> <li>– “Tam” veya “eşit” olduğunu hissedene kadar belli bir eylemi tekrarlamak.</li> <li>– Anlamsız şeyleri saymak (örn., tavan panelleri, bir cümledeki kelimeler).</li> <li>– Gereksiz yere eşyaları “düzenlemek”.</li> <li>– “Tam doğru” hissettirene kadar bir şeyleri tekrar tekrar aynı şekilde söylemek.</li> </ul> <p>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</p>

<p>yaşadıklarınızın yukarıda verilen örneklerden farklı olabileceğini unutmayın. Lütfen cevabınızın yanındaki numarayı yuvarlak içine alın.</p>
<p>16. Her gün zamanınızın yaklaşık ne kadarını simetri, düzen veya eşitlik ile ilgili istenmeyen düşüncelerle ve simetri, düzen, eşitlik sağlamak amacıyla yaptığınız davranışlarla geçirirsiniz?</p> <p>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</p>
<p>17. Bazı şeylerin simetrik veya tam doğru olmadığını hissettiren nesne, durum ve yerlerden ne derecede kaçınırsınız?</p> <p>0 Hiç kaçınmam 1 Biraz kaçınırım 2 Orta derecede kaçınırım 3 Çok kaçınırım 4 Neredeyse her şeyden aşırı derecede kaçınırım</p>
<p>18. Bazı şeylerin “tam doğru” olmadığı ile ilgili hisleriniz olduğu zaman ne kadar sıkıntılı ve kaygılı-endişeli olursunuz?</p> <p>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</p>
<p>19. 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?</p> <p>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.</p>
<p>20. Simetri ve düzenin olmadığıyla ilgili düşüncelere aldırış etmemek ve düzenlemekten veya belli davranışları tekrarlamaktan vazgeçmek sizin için ne kadar zordur?</p> <p>0 Hiç zor değil 1 Biraz zor 2 Orta derecede zor 3 Çok zor 4 Aşırı derecede zor</p>

## DUYGUSAL ZEKA ÖLÇEĞİ

Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.		Kesinlikle	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle
1.	Kişisel sorunlarımı başkaları ile ne zaman paylaşacağımı bilirim.					
2.	Bir sorunla karşılaştığım zaman benzer durumları hatırlar ve üstesinden gelebilirim.					
3.	Genellikle yeni bir şey denerken başarısız olacağımı düşünürüm.					
4.	Bir sorunu çözmeye çalışırken ruh halimden etkilenmem.					
5.	Diğer insanlar bana kolaylıkla güvenirler.					
6.	Diğer insanların beden dili, yüz ifadesi gibi sözel olmayan mesajlarını anlamakta zorlanırım.					
7.	Yaşamımdaki bazı önemli olaylar neyin önemli neyin önemsiz olduğunu yeniden değerlendirmeme yol açtı.					
8.	Bazen konuştuğum kimsenin ciddi mi olduğunu yoksa şaka mı yaptığını anlayamam.					
9.	Ruh halim değiştiğinde yeni olasılıkları görürüm.					
10.	Duygularımın yaşam kalitem üzerinde etkisi yoktur.					
11.	Hissettiğim duyguların farkında olurum.					
12.	Genellikle iyi şeyler olmasını beklemem.					
13.	Bir sorunu çözmeye çalışırken mümkün olduğunca duygusallıktan kaçınırım.					
14.	Duygularımı gizli tutmayı tercih ederim.					
15.	Güzel duygular hissettiğimde bunu nasıl sonlandıracağımı bilirim.					
16.	Başkalarının hoşlanabileceği etkinlikler düzenleyebilirim.					
17.	Sosyal yaşamda neler olup bittiğini sıklıkla yanlış anlarım.					
18.	Beni mutlu edecek uğraşlar bulmaya çalışırım.					
19.	Başkalarına gönderdiğim beden dili, yüz ifadesi gibi sözsüz mesajların farkındayım.					
20.	Başkaları üzerinde bıraktığım etkiyle pek ilgilenmem.					
21.	Ruh halim iyiye sorunların üstesinden gelmek benim için daha kolaydır.					
22.	İnsanların yüz ifadelerini bazen doğru anlayamam.					
23.	Yeni fikirler üretmem gerektiğinde duygularım işimi kolaylaştırılmaz.					
24.	Genellikle duygularımın niçin değiştiğini bilmem.					
25.	Ruh halimin iyi olması yeni fikirler üretmeme yardımcı olmaz.					
26.	Genellikle duygularımı kontrol etmekte zorlanırım.					
27.	Hissettiğim duyguların farkındayım.					
28.	İnsanlar bana, benimle konuşmanın zor olduğunu söylerler.					
29.	Ustlendiğim görevlerden iyi sonuçlar alacağımı hayal ederek kendimi güdülerim.					
30.	İyi bir şeyler yaptıklarında insanlara iltifat ederim.					
31.	Diğer insanların gönderdiği sözel olmayan mesajların farkına varırım.					
32.	Bir kişi bana hayatındaki önemli bir olaydan bahsettiğinde ben de aynısını yaşamış gibi olurum.					
33.	Duygularımda ne zaman bir değişiklik olsa aklıma yeni fikirler gelir.					
34.	Sorunları çözüş biçimim üzerinde duygularımın etkisi yoktur.					
35.	Bir zorlukla karşılaştığım zaman umutsuzluğa kapılırım çünkü başarısız olacağıma inanırım.					
36.	Diğer insanların kendilerini nasıl hissettiklerini sadece onlara bakarak anlayabilirim.					
37.	İnsanlar üzgünken onlara yardım ederek daha iyi hissetmelerini sağlarım.					
38.	İyimser olmak sorunlar ile baş etmeye devam edebilmem için bana yardımcı oluyor.					
39.	Kişinin ses tonundan kendini nasıl hissettiğini anlamakta zorlanırım.					

40.	İnsanların kendilerini neden iyi ya da kötü hissettiklerini anlamak benim için zordur.						
41.	Yakın arkadaşlıklar kurmakta zorlanırım.						

## BİLİŞSEL ESNEKLİK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadeler, sizin kendi davranışlarınız hakkındaki inanç ve duygularınızla ilgilidir. Lütfen her cümleyi ayrı ayrı dikkatle okuyup, bunlara ne kadar katıldığınızı belirleyin. Her tutuma ilişkin kendi katılma derecenizi, yandaki cevap bölümündeki sayılardan birinin üzerine çarpı (X) işareti koyarak belirleyiniz

1. Kesinlikle Katılmıyorum 2. Katılmıyorum 3. Biraz Katılmıyorum 4. Biraz Katılıyorum  
5. Katılıyorum 6. Kesinlikle Katılıyorum

1. Bir fikri çok farklı yollarla ifade edebilirim.	1	2	3	4	5	6
2. Yeni ve alışılmadık durumları dışındaki durumlardan kaçınırım	1	2	3	4	5	6
3. Sanki hiç karar verememişim gibi hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
4. Çözumsuz gibi görünen problemlere karşı işe yarar çözümler bulabilirim.	1	2	3	4	5	6
5. Nasıl davranacağıma karar verirken pek fazla seçeneğim yoktur.	1	2	3	4	5	6
6. Problemlere karşı yaratıcı çözümler üretmeye istekliyimdir.	1	2	3	4	5	6
7. Karşılaştığım herhangi bir durumda, duruma uygun davranabilirim.	1	2	3	4	5	6
8. Davranışlarım verdiğim bilinçli kararların sonucudur.	1	2	3	4	5	6
9. Herhangi bir durum karşısında, çok farklı davranış seçeneklerine sahibim	1	2	3	4	5	6
10. Bilgilerimi gerçek yaşamda kullanmakta zorluk çekerim.	1	2	3	4	5	6
11. Bir problemle uğraşırken, farklı seçenekleri dinlemeye ve gözden geçirmeye istekliyimdir.	1	2	3	4	5	6
12. Farklı davranış biçimlerini deneyecek kadar özgüvenliyimdir.	1	2	3	4	5	6

# ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Büşra Esen

Öğrenim Durumu: Yüksek Lisans

## 1. EĞİTİM

2024-halen devam ediyor Klinik Psikoloji (Tezli Yüksek Lisans)  
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul,  
Türkiye

2008-2012 Uluslararası Saraybosna Üniversitesi, Saraybosna,  
Bosna-Hersek

2004-2008 Üsküdar Anadolu İmam Hatip Lisesi, İstanbul, Türkiye

## 2. SERTİFİKALAR

Pedagojik Formasyon Sertifikası

Bilişsel Davranışçı Terapi Temel Beceri Katılım Sertifikası

## 3. BAŞARILAR

2012 Fakülte Üçüncülüğü Derecesi  
Uluslararası Saraybosna Üniversitesi

2008 Okul Üçüncülüğü  
Üsküdar Anadolu İmam Hatip Lisesi

## 4. MESLEKİ DENEYİM

2013-2014 İstanbul Valiliği Emrullah Turanlı Çocuk Yuvası