

**T.C
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İLİŞKİ DOYUMU İLE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK,
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Neslinur BİRLİK

HAZİRAN 2023

ANTALYA

**T.C
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İLİŞKİ DOYUMU İLE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK,
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Neslinur BİRLİK

HAZİRAN 2023

ANTALYA

T.C
ANTALYA BİLİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**İLİŞKİ DOYUMU İLE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK,
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

NESLİNUR BİRLİK

PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI tezi olarak/...../2023 tarihinde jüri tarafından (oybirliği / oyçokluğu ile) kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Cumhur Avcil (Danışman) [imza]

Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan Herdi [imza]

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Yıldız Burkovik [imza]

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. İbrahim Sani MERT [imza]

Tez Teslim Tarihi: 09/06/2023

BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “İlişki Doyumu ile Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı bu çalışmanın hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, bu çalışmanın herhangi bir kısmının başka bir akademik çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

... / ... / 20..

Neslinur BİRLİK

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	iv
ÖNSÖZ.....	v
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri.....	2
1.2. Kavramsal Temel.....	4
1.2.1. İlişki.....	4
1.2.2. Romantik İlişki.....	4
1.2.3. Romantik İlişki Doyumu.....	4
1.2.4. Belirsizliğe Tahammülsüzlük.....	5
1.2.5. Mükemmeliyetçilik.....	6
1.2.6. Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	8
1.2.7. İlişki Doyumu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük.....	9
1.2.8. İlişki Doyumu ve Mükemmeliyetçilik.....	10
1.2.9. İlişki Doyumu ve Obsesif Kompulsif Belirtiler.....	11
1.2.10. Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük.....	12
1.2.11. Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Mükemmeliyetçilik.....	13
2. YÖNTEM.....	15
2.1. Örneklem.....	15
2.2. Veri Toplama Araçları.....	15
2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	15
2.2.2. Kişisel Bilgi Formu.....	15
2.2.3. Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi.....	16
2.2.4. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği.....	16
2.2.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği.....	16
2.2.6. İlişki Doyum Ölçeği.....	17
3. BULGULAR.....	18
3.1. Betimsel İstatistik.....	18
3.2. İstatistiksel Karşılaştırmalar.....	20

3.2.1. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	20
3.2.2. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	21
3.2.3. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Güncel Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	23
3.2.4. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmiş Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	24
3.2.5. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	25
3.2.6. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	26
3.2.7. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	27
3.2.8. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	28
3.2.9. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin İlişki Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular.....	29
3.2.10. İlişki Doyumu, Obsesif Kompulsif Belirtiler, Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, İlişki Süresi ve Yaş Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular.....	30
4. TARTIŞMA	34
4.1. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Cinsiyet Farklılıkları.....	34
4.2. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Çocuk Sahibi Olup-Olmama Farklılıkları	35

4.3. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Güncel Psikiyatrik Tanıya Sahip Olup-Olmama Farklılıkları.....	36
4.4. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmiş Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşması.....	37
4.5. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşması	38
4.6. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşması	38
4.7. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşması	39
4.8. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşması	39
4.9. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin İlişki Durumuna Göre Farklılaşması	40
4.10. İlişki Doyumu, Obsesif Kompulsif Belirtiler, Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, İlişki Süresi ve Yaş Arasındaki İlişki.....	40
4.11. Sınırlılıklar ve Öneriler	42
5. SONUÇ	43
KAYNAKÇA	45
EKLER.....	57
EK 1. Katılımcı Bildilendirilmiş Onam Formu.....	57

ÖZET

İLİŐKI DOYUMU İLE BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK, MÜKEMMELİYETÇİLİK VE OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Neslinur BİRLİK

Yüksek Lisans Tezi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Danışman: DR. Öğr. Üyesi Cumhur AVCİL

Haziran 2023; 71 sayfa

Bu tez çalışması ilişki doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesini, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılıp, bireylerin ilişkilerindeki doyum düzeyini etkileyen faktörleri belirlemeyi hedeflemektedir. Aynı zamanda bu değişkenlerle ilişkili olabileceği düşünülen ilişki süresi, çocuk sahibi olma durumu, cinsiyet vb. gibi sosyodemografik özelliklere göre bir anlamlı farklılık olup olmadığını da incelemek çalışmanın amaçlarından bir tanesidir.

İlişkileri anlamlandırmaya ek olarak, bu tez çalışması, ilişki doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki karmaşık ilişkileri inceleyerek, psikolojik destek ve terapi süreçleri için katkı sağlamak ve önleme çalışmalarında ele alınması gereken konuları belirleyebilmek adına önemli bulgular ortaya koymayı hedeflemektedir.

Çalışma Türkiye'nin çeşitli yerlerinde yaşayan 18-40 yaş arasındaki erkek ve kadınların gönüllü katılımıyla gerçekleşmiştir. Araştırmanın katılımcıları ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan 441 kişilik 3 farklı gruptan oluşmuştur. Katılımcılara Google Forms aracılığıyla online platformlar üzerinden ulaşılmıştır. Tez çalışması, nicel araştırma yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında bilgilendirme amacıyla katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulduktan sonra veriler İlişki Doyum Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Maudsley Obsesif Kompulsif Bozukluk Soru Listesi ve demografik bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır. Geçersiz veriler temizlendikten sonra, uygun istatistiksel analiz teknikleri kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular yorumlanmıştır.

Yapılan çalışmada ilişki doyumunun, geçmiş çalışmaların aksine mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile de anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yaş ve ilişki süresinin ise ilişki doyumunu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

ANAHTAR KELİMELEER: Belirsizliğe tahammülsüzlük, İlişki doyumuu,
Mükemmeliyetçilik, Obsesif kompulsif bozukluk

JÜRİ: Dr. Öğr. Üyesi Cumhuri Avcil

Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan Herdi

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Yıldız Burkovik

ABSTRACT

ASSESSING THE RELATIONSHIP BETWEEN RELATIONSHIP SATISFACTION AND INTOLERANCE OF UNCERTAINTY, PERFECTIONISM, AND OBSESSIVE-COMPULSIVE SYMPTOMS

Neslinur BİRLİK

Master Thesis, Institute of Postgraduate Education

Advisor: Asst. Prof. Cumhuri AVCİL

June 2023; 71 pages

This thesis aims to evaluate the relationship between relationship satisfaction and intolerance of uncertainty, perfectionism, and obsessive-compulsive symptoms, in order to better understand the relationships among these variables and determine the factors that influence individuals' satisfaction levels in their relationships. Additionally, one of the objectives of this study is to examine whether there is a significant difference based on sociodemographic characteristics such as relationship duration, having children, gender, etc., which are believed to be associated with these variables.

In addition to making sense of relationships, this thesis study aims to contribute to psychological support and therapy processes by examining the complex relationships between relationship satisfaction and intolerance of uncertainty, perfectionism, and obsessive-compulsive symptoms, and to identify issues that need to be addressed in preventive efforts.

The study was conducted with the voluntary participation of men and women aged 18-40 living in various parts of Turkey. The participants of the study consisted of 441 individuals from three different groups: those without a relationship, those with a boyfriend/girlfriend, and those who were married. The participants were reached through online platforms via Google Forms. The thesis study was carried out using quantitative research methods. As part of the research, after informed consent forms were provided for information purposes, data were collected through the Relationship Satisfaction Scale, Intolerance of Uncertainty Scale, Multidimensional Perfectionism Scale, Maudsley Obsessive-Compulsive Inventory, and a demographic information form. After cleaning the invalid data, the collected data were evaluated using appropriate statistical analysis techniques, and the findings were interpreted.

In the conducted research, no significant relationship was found between relationship satisfaction and perfectionism, obsessive-compulsive symptoms, and intolerance of uncertainty, contrary to previous studies. However, it was concluded that age and relationship duration predict relationship satisfaction.

KEYWORDS: Intolerance of uncertainty, Obsessive compulsive disorder, Perfectionism, Relationship satisfaction

COMMITTEE: Asst. Prof. Cumhur Avcil

Asst. Prof. Üyesi Oğuzhan Herdi

Asst. Prof. Üyesi Hatice Yıldız Burkovik

KISALTMALAR

BTÖ	: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği
ÇBMÖ	: Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği
İDÖ	: İlişki Doyumu Ölçeği
MOKSL	: Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1 Katılımcılara Ait Sosyodemografik Bilgiler.....	19
Tablo 2 Ölçeklere Ait Betimsel Bulgular.....	19
Tablo 3 Ölçeklerden elde edilen skorların cinsiyet değişkeni bağlamında incelenmesi.....	21
Tablo 4 Ölçeklerden elde edilen skorların çocuk sahibi olma değişkeni bağlamında incelenmesi.....	22
Tablo 5 Ölçeklerden elde edilen skorların güncel psikiyatrik tanıya sahip olma bağlamında incelenmesi.....	23
Tablo 6 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte psikiyatrik tanı varlığı bağlamında incelenmesi.....	24
Tablo 7 Ölçeklerden elde edilen skorların psikiyatrik ilaç kullanım bağlamında incelenmesi	25
Tablo 8 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte psikiyatrik ilaç kullanım bağlamında incelenmesi	26
Tablo 9 Ölçeklerden elde edilen skorların terapi alma bağlamında incelenmesi.....	27
Tablo 10 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte terapi alma bağlamında incelenmesi	28
Tablo 11 Değişkenlerin ilişki durumu bağlamında t-test analizi	29
Tablo 12 Mükemmeliyetçiliğin İlişki Durumu Bağlamında Tukey Testi	29
Tablo 13 Mükemmeliyetçilik Düzeyinin İlişki Durumlarına Göre Ortalamaları	30
Tablo 14 İlişki Doyumunun Evli ve Sevgili Olmak Bağlamında İncelenmesi	30
Tablo 15 Obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki doyumu, ilişki süresi ve yaş arasındaki ilişki için korelasyon analizi	31
Tablo 16 İlişki Doyumunun Yordayıcısı Yaş ve İlişki Süresi	33

ÖNSÖZ

Bu tezin yazarı her ne kadar ben olsam da ortaya çıkmasında emeği olan o kadar çok kişi var ki onlara teşekkür ederek başlamak istiyorum.

Çıktığım her yolda sorgusuz sualsiz her zaman yanımda olup sevgilerini, desteklerini esirgemeyen canım aileme, en çok da gücümü aldığım annem Melike'ye, yüksek lisans ders sürecimde her hafta evlerinde beni misafir eden ve destek veren biricik dayım, sevgili eşi ve canım kuzenime, yüksek lisans süresince tüm duygusal iniş çıkışlarımda olanca sabrıyla bıkmadan usanmadan beni defalarca dinleyip teşvik eden Hüseyin Sarı'ya, motivasyonumu kaybettiğim zamanlarda bana kim olduğumu hatırlatan ve destek olan ev arkadaşım Bengü Çelebi'ye, verilerimi toplarken seferber olan tüm arkadaşlarıma, en stresli zamanlarımda bile bana yaşam umudu veren köpeğim Alfa'ya minnettarım. Sizlerin sevgi dolu desteği ve motivasyonunuz sayesinde zorlu anlarda bile ileriye doğru adım atmaya devam edebildim.

Ayrıca, tez çalışmam sürecinde bana akademik yönlendirmelerde bulunan danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Cumhur Avcil'e ve savunma jürimde bulunan Dr. Öğr. Üyesi Oğuzhan Herdi ile Dr. Öğr. Üyesi Hatice Yıldız Burkovik'e teşekkür etmek istiyorum. Değerli rehberlikleri, geri bildirimleri sayesinde bu çalışma daha iyi bir hale geldi.

Ve son olarak bugünkü psikolog kimliğimi oluştururken, lisans sürecinden itibaren psikoloji yolunda bana ışık olan tüm hocalarım, Eliz Volkan, Gözde Kıral Uçar, Özgür Uçar, Nihan Tezer Yörük, Muazzez Merve Avcıoğlu, Çağatay Ertem, Osman İyilikçi, Sezin Andiç, Füsün Gökkaya ve daha nice hepinize hepimize minnettarım, sizlerden birer parça alıp şekillendirip kendi terapist yapbozumun yerlerine koydum.

Hepinize en içten teşekkürlerimi sunuyorum, bu tez çalışmasının tamamlanmasında sizlerin destek ve sevgisi benim için değerli bir motivasyon kaynağıydı.

Bu tezi aileme ithaf ediyorum...

1. GİRİŞ

İnsanın doğası gereği sosyal bir varlık olmasından kaynaklı olarak, insanlık ortaya çıktığı an ile birlikte sosyal ilişkiler de ortaya çıkmıştır. İnsanı insan yapan yönlerinden bir tanesi de çevresiyle kurduğu ilişkilerdir. Bu ilişkiler sayesinde hayatına yeni yeni kazanımlar elde ederek gelişir ve büyür. Bu sosyal ilişkiler içerisinde hayatımızı en derininden etkileyen en özel olanı ise romantik ilişkilerdir. Romantik ilişki içerisinde duyduğumuz memnuniyet ve tatmin olmuş hissetme ilişki doyumunu ifade eder (Anderson ve Emmers-Sommer, 2006). İlişki doyumunun birçok alt alanı olsa da çalışma esnasında kullanılacak olan ilişki doyumunu kavramı romantik ilişkilerdeki ilişki doyumunu ifade etmektedir.

Her insan hayatı boyunca en az bir kere romantik ilişki içerisinde bulunur ya da bulunmaya yönelik istek içerisinde olur (Atak ve Taştan, 2012). Romantik ilişkilere yönelik en çok ihtiyaç duyulan dönem ise genç yetişkinliktir (Yalçın ve Ersever, 2015). Dünya geliştikçe ve değiştikçe yaşamlarımız da değişiyor ve hayatımızı etkileyen çevresel faktörler daha da artmaya başlıyor. Çevresel faktörler devreye girince fiziksel ve psikolojik sağlığımız da bazı değişimlere maruz kalabilmektedir. Bu etkileri fark edip hayatımızın işlevselliğini tamamen bozmadan müdahale edebilmemiz hayatımızın akışını olumlu yönde etkileyecektir. Bu değişim dönüşüm esnasında değişmeyen belki de tek şey ilişkilerin ve iletişimin vazgeçilmez oluşu. Bu çalışma hayatımızın önemli bir noktasında olan romantik ilişkilerdeki doyumunu etkileyebileceği düşünülen belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyerek gerekli önleme ve tedavi çalışmalarının önünü açmayı hedeflemektedir.

İlişki doyumunu, bireyin romantik, arkadaşlık veya aile ilişkilerindeki memnuniyet düzeyini ifade ederken, belirsizliğe tahammülsüzlük, kişinin belirsizlik durumlarında oluşan kaygı ve endişeyle baş etme becerisini ifade eder. Mükemmeliyetçilik ise kişinin aşırı ölçüde mükemmeliyetçi olması ve hedeflerini her zaman mükemmel şekilde tamamlamak istemesi durumudur. Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), ısrarcı ve istem dışı düşünceler/dürtüler/zihinsel imgeler yani obsesyonlar ve/veya bu obsesyonları yatıştırmak için kullanılan tekrarlayıcı ve ritüel şeklindeki davranışlardan oluşan kompulsiyonların ortaya çıkardığı psikiyatrik bir hastalıktır (DSM-5: Amerikan Psikiyatri Derneği, 2013). Bu ortaya çıkan obsesyonlar ve kompulsiyonlar oldukça rahatsız edici ve kişinin işlevselliğini bozacak durumdadır. Psikolojik rahatsızlıklar içerisinde işlevselliği en çok zedeleyen hastalıklardan bir tanesi olması sebebiyle tedavisi konusunda ve özellikle önleme alanında yapılan çalışmalar oldukça önem taşımaktadır.

Bu çalışmanın amacı olan “bu kavramlar arasında bir ilişki var mıdır?” sorusuna istinaden eğer var ise önleme amaçlı nasıl yöntemler uygulanabilir sorusuna da ışık tutarak bununla ilgili literatüre katkı sağlaması hedeflenmektedir. Bazı çalışmalar, OKB semptomlarının belirsizlikle başa çıkmada zorluk yaşama ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Belirsizlik durumlarında, obsesyonları olan kişiler daha fazla endişelenme ve kaygı duyma eğilimindedirler. Ayrıca, mükemmeliyetçilik ve belirsizlikle başa çıkma zorluğu arasında da bir bağlantı olduğu görülmüştür. Mükemmeliyetçiler, hedeflerine ulaşamama korkusu nedeniyle belirsizlik durumlarında daha fazla endişe duyabilirler. İnsanların ilişkilerinde doyum ve memnuniyet düzeyleri, belirsizlikle başa çıkma becerileri, mükemmeliyetçilik eğilimleri ve obsesif kompulsif belirtiler arasında karmaşık bir ilişki olduğu öne sürülmektedir. İlişki doyumunun mükemmeliyetçilik ve OKB arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar kısıtlı olsa da mevcuttur. Ancak ilişki doyumunu ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi

inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. OKB ve mükemmeliyetçiliğin belirsizliğe tahammülsüzlük ve ilişki doyumu ile ayrı ayrı ilişkisi olduğu varsayıldığında bu iki değişkenin de birbiri ile anlamlı bir ilişki içerisinde olabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak, OKB, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiye farklı kombinasyonlar ile yer verilse de bu dört değişkenin arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Aynı zamanda, bazı alanlarda literatürün kısıtlı kalındığı görüldüğünden daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Bu kavramlar arasındaki ilişkinin tam olarak anlaşılması, bu durumların tedavisine ve hatta önlenme çalışmalarına yardımcı olabilir. Özellikle, bilişsel davranışçı terapi (BDT) gibi tedaviler, OKB semptomlarını azaltmak ve belirsizlikle başa çıkmada ve mükemmeliyetçilikteki zorluklarla mücadele etme becerilerini geliştirmek için etkili olabilir. Ayrıca, ilişki doyumunu artırıp, ilişkilerdeki çatışmaları azaltarak psikolojik iyi oluş artırılarak psikiyatrik bozuklukların önüne geçilebileceği öngörülmektedir. Bir çalışmada, belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan bireylerin, OKB semptomlarının varlığına daha yatkın olduğu bulunmuştur (Kleiman, Liu, ve Joubert, 2016). Aynı zamanda, mükemmeliyetçilik de partner odaklı OKB semptomları ile ilişkilidir çünkü mükemmeliyetçiler, partnerleri veya ilişkileri hakkında gerçekçi olmayan beklentilere sahip olabilirler (Shafran, Cooper ve Fairburn, 2002).

İlişki doyumu, bir ilişkiden aldığımız tatmini ifade eder. Bir çalışmada, eşik altı OKB semptomları olan kişilerin, sosyal etkileşimlerini ihmal ettikleri ve ilişki doyumlarının azaldığı bulunmuştur (Ruscio, Stein, Chiu, ve Kessler, 2010). Belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve OKB semptomları arasındaki ilişki, eşik altı OKB semptomlarından bazılarının neden olabilir ve bu semptomlar, kişilerin hayatlarına müdahale edebilir ve ilişki doyumunu olumsuz yönde etkileyebilir (Rachman, 2004).

1.1. Araştırmanın Önemi, Amacı ve Hipotezleri

Bağımlı değişkenimiz olan ilişki doyumu sosyal hayatta var olduğumuz sürece kişilerarası ilişkilerimizi, sosyal destek alma durumumuzu, psikolojik iyi oluşumuzu ve dahasını oldukça etkileyen bir alan olması sebebiyle çalışmaya değer bir konu olduğu düşünülmektedir. Hayatımızın birçok alanını etkileyen bu faktörü anlamak ve geliştirmek toplum için oldukça faydalı olabilecek bir durumdur. Araştırmayı önemli kılan bir diğer durumun ise bağımsız değişkenlerimizden olan obsesif kompulsif bozukluğun işlevsellik kaybında en çok yıkıma yol açan psikolojik bozukluklar arasında yer alıyor oluşudur. Bu çalışmanın hedefi işlevselliği böylesi yıkıma uğratan bir hastalığın tanı almadan önce de fark edilebilir, önlenebilir bir yapısı olup olmadığı keşfedebilmek olacaktır. Diğer bir konu ise psikiyatrik tanı yerine eşik altı belirtilerle çalışma sebebimiz olan ve literatürde yeni önem kazanmaya başlayan tanılar üstü yaklaşımdır. Bu yaklaşım, çeşitli psikolojik bozuklukların başlamasında ve sürdürülmesinde rol oynayan belirli tanılar üstü bir faktöre odaklanarak (duygu düzenleme zorluğu, düşünce tekrarı ve uyum bozucu mükemmeliyetçilik gibi) bazı müdahale stratejilerinin kullanılmasını içermektedir (Twohig ve ark. 2010). Eğer varsaydığımız gibi ilişki doyumu, obsesif kompulsif belirtiler ile negatif korelasyona sahipse, ya da mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkisinde aracı rol oynuyorsa önleyici çalışmaları

geliştirmek için odaklanmamız gereken bir nokta olacaktır. Tanılar üstü tedavi yaklaşımları, birçok psikolojik rahatsızlığın altında yatan nedenleri ve sürdürücü ortak faktörleri hedefleyerek umut verici sonuçlar elde etmiştir (Newby ve ark. 2015). Tanılarüstü yaklaşımdan yola çıkarak, obsesif kompulsif bozukluk, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlüğün kendi aralarındaki ilişkisinin, ilişki doyumu ile paralellik gösterir göstermediğini görebilmek önem taşımaktadır.

Bu üç değişkenden obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçiliğin de ilişki doyumuyla ilişkisine bakıldığı ancak aynı temelde olan belirsizliğe tahammülsüzlük ile araştırma olmadığı dikkat çekmiştir. Birbiriyle ilişkili olan bu üç değişkenden ikisi ilişki doyumuyla ilişkili bulunduğu üçüncü değişken olan belirsizliğe tahammülsüzlük ile de ilişkili olabileceği varsayılmaktadır. Aynı zamanda ayrı ayrı çalışmalar olmasının yanı sıra Obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyen spesifik bir çalışmaya henüz rastlanmamıştır. Şimdiye kadar yapılan çalışmalarda ilişki doyumu ile mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu çalışma ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün, mükemmeliyetçiliğin ve obsesif kompulsif belirtilerin ilişki doyumu ile ilişkisi incelenecektir. Mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu arasında da birkaç çalışma olmakla birlikte bu çalışmanın bazı sınırlılıkları ve sayısının yetersizlikleri sebebi ile literatürde bu noktada hala eksiklikler olduğu görülmüştür. Son değişkenim olan belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki doyumunun ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmadığından bu çalışmanın literatüre önemli katkı sunacağı varsayılmaktadır.

Bu araştırmanın hedeflerinden bir diğeri de belirtilen değişkenlerin cinsiyet, ilişki durumu, çocuk sahibi olma, psikiyatrik ilaç kullanımı, geçmişte psikiyatrik tedavi gibi demografik özelliklere göre farklılaşabileceğini tespit etmektir.

H1: İlişki doyumu ile mükemmeliyetçilik düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır.

H2: İlişki doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır

H3: İlişki doyumu ile Obsesif Kompulsif belirtileri düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır.

1.2. Kavramsal Temel

1.2.1. İlişki

“İnsan sosyal bir varlıktır” söyleminden yola çıkarak başlamak istiyorum ilişki tanımına. İlişki insan var olduğu sürece var olacak olan, en az iki kişi arasında bulunan duygusal, sosyal, cinsel, fiziksel gibi türlere sahip olan insan etkileşimi sonucu ortaya çıkan bağlantılardır. İlişkilerdeki sosyal destek sayesinde insanların duygusal doyumu sağlanır. İlişki insan hayatında hayati bir öneme sahiptir. Öyle ki daha doğmadan, daha anne karnındayken bile anne-bebek arasında bir çeşit iletişim başlar aslında. Sonrasında doğumdan sonra hayatta kalmak için bebek anneyle ilişki kurmak kendini anlatmak zorundadır. Bebeklerin ağlamaları, annelerine temas ettiğinde yatıştıkları ve sarıldıklarında kendilerini güvende hissettikleri gerçeği, hayatta kalabilmeleri için bir başka insanın varlığının önemini vurgular. (Morgan, 2013)

1.2.2. Romantik İlişki

Ericson'un belirttiği gibi genç yetişkinlik dönemini diğer bir deyişle yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemini sağlıklı bir şekilde geçirebilmek için bir partner ile ilişki kurmak önemli bir adımdır. Bu adımın sağlıklı tamamlanabilmesi için gerekli olan güvenli bağlanmanın temelleri bir önceki bölümde bahsedilen ilişkinin temelini başlangıç noktası bebeklik döneminde kurulmaya başlayan güvenli bağlanmadır. Bakım verenleri ile güvenli bağlanan bireyler akranlarıyla iyi arkadaşlık ilişkileri kurmakta, partnerleriyle sağlıklı bir romantik ilişki yaşayabilmektedirler. Bunca merak edilen romantik ilişkinin en kapsamlı tanımı, karşılıklı iki tarafın da gönüllü olduğu ve karşılıklı kabul edilen bir ilişki türü, şeklinde olmak üzere Collins (2003) tarafından yapılmıştır. Ve romantik ilişkinin beş boyutundan söz eder. Bu özelliklerden ilki, flört durumunun yaşının ve sıklığının ifade edildiği “katılım” boyutudur. İkincisi eş seçimidir. Üçüncüsü ilişkide paylaşılan etkinlik ve aktiviteleri tanımlayan ilişki içeriğidir. Dördüncüsü ilişki kalitesidir. Bu boyut ilişki süresince karşılıklı faydalı tecrübe edinebilmeyi ifa eder. Son boyut ise ilişkinin bilişsel ve duygusal süreçlerini ifade eder.

Romantik ilişki içinde bulunmanın kişiye birçok faydası vardır. Romantik ilişkiyi ortaya çıkabilmesi için doğru kişi, doğru zaman, şans, gösterilen çaba vb. birçok değişkenin uygun ortam yaratıyor olması gerekmektedir (Kaile ve Cavanuagh, 2015).

Özellikle genç yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkiler yakınlığa karşı yalıtılmışlık olarak adlandırılan gelişim krizinin atlatılmasında önemli rol oynar (Saraç, Hamamcı, Güçray 2015)

1.2.3. Romantik İlişki Doyumu

Romantik ilişkiler belki de insanlık var olduğundan beri bireylerin gündeminde yer alan ve en çok merak edilen konulardan bir tanesidir. Kişinin hayat amaçlarının başında gelenlerden bir tanesi de romantik ilişki kurabilmek ve bundan doyum sağlayabilmektir. Romantik ilişki içine girmek isteme sebeplerimizin arasında, kendimize yakın arkadaş edinme, aşk ve haz duygularımızın doyurulması gibi sebepler vardır. İlişki içerisinde

birlikte zaman geçiriyor olmak, birlikte karar almak, karşılıklı önemseme, yaşanan çatışmaları çöze şekli ve çaba gibi faktörler ilişkideki doyumu arttırıp sürmesinde etkili faktör olmuştur (Kail ve Cavanuagh, 2015). Bazı nedenlerden ötürü zamanla bu duygularımızın başlangıçtaki kadar yoğun olmaması sebebiyle yaşadığımız doyumda yetersizlik yaşayabiliriz ve bu yetersizlik ilişkinin bitmesiyle sonuçlanmaktadır (Fincham ve Steven, 2006). İlişkinin sonlanması yanı sıra ilişki doyumu yaşamayan çiftlerin, majör depresyon, alkol bağımlılığı, panik bozukluk, sosyal fobi, yaygın kaygı bozukluğu gibi durumlarda risk faktörü ortaya çıkmaktadır (Whisman, 1999).

Romantik ilişki doyumu sağlanabilmesi için ilişkinin pozitif özelliklerinin negatiflerden daha fazla olması gerekmektedir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Türkiye İstatistik Kurumu 2016 yılında bireylerin boşanma verilerine baktıkların en yaygın sebebin sorumsuz ve ilgisiz davranışlar olduğunu belirtmiştir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2017). İlişki doyumunu arttırmak yaşam kalitesinin yanı sıra evlilikleri sürdürmek için de önem arz eder.

Romantik ilişki doyumu kavramı, ortaya atıldığı andan itibaren farklı isimlerle ifade edilmiştir. İlişkide uyum, başarı, mutluluk ve ilişki kalitesi gibi kavramlar, birbirleriyle yer değiştirebilir şekilde kullanılmıştır (Fincham ve Steven, 2006). Ancak daha sonra, kavram evlilik doyumu ve evlilik uyumu şeklinde kullanılmaya başlanmıştır (Trost, 1985). Günümüzde ise kavram, daha geniş bir kitleyi kapsayacak şekilde "romantik ilişki doyumu" olarak adlandırılmaktadır.

Romantik ilişki doyumu, cinsiyet değişkeni bağlamında incelendiği literatüre bakıldığında kadınların ilişki doyumlarının erkeklerden daha yüksek olduğu çalışmalar (Kaura ve Lohman, 2007); erkeklerin ilişki doyumunun daha yüksek olduğu çalışmalar (Curtis, 2015) ve her ikisinin de eşit olduğu çalışmalar (Ackerman, 2011) bulunmuştur. Yani bu alanda hala net bir sonuç olmaması sebebiyle bu alandaki çalışmalara daha çok yer verilmelidir. Ülkemizde ilişki doyumuyla ilgili yapılan ilk çalışma Curun'a (2001) ait bir tez çalışmasıdır. Bu çalışma sonucunda ilişki doyumu ile cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı raporlanmıştır. Yapılan bir başka betimsel çalışmada beş faktörlü kişilik özelliklerinden olan deneyime açıklık, uyumluluk, yumuşak başlılık ve sorumluluk ile romantik ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (Furler, Gomez ve Grob, 2014). Yapılan boylamsal bir araştırma sonucu çiftlerin ilişki doyumlarının ebeveyn olduktan sonra azaldığı ancak çocuk büyüyüp özerkliğini kazanmaya başladıkça yeniden arttığı gözlenmiştir (Keizer ve Schenk, 2012)

Özetle yapılan çalışmalar sayesinde Romantik ilişki doyumunun bireyler için olumlu bir kavram olduğu ve uyumsuz değişkenlerle negatif yönde ilişkili olduğu açıkça görülmektedir. Ek olarak ilişki doyumunun değiştirilebilir, güçlendirilebilir veya geliştirilebilir bir değişken olduğu da vurgulanmaktadır.

1.2.4. Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Belirsizlik, TDK (2014) tarafından "olayların gerçekleşme olasılığının bilinmediği durum" olarak tanımlanır. Birçok insan hayatın ne getireceğini bilmek ve belirsizlikten kurtulmak ister. Ne yazık ki John Lennon'un da söylediği gibi "*Hayat sen planlar yaparken başına gelenlerdir*" hayatın gidişatında öngörülebirlilik her zaman mümkün olmamakta ve kişiler çoğu zaman belirsizliklere maruz kalmaktadır. Yani hayat herkese neredeyse eşit belirsizliklerle giderken bu maruz kalma sonucu bazı insanlar daha çok bazı insanlar daha az etkilenmektedir bu durumdan. Bunun başlıca sebebi belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi olmaktadır. Bu sebeple amaçlarımızdan bir tanesi belirsizlikleri

ortadan kaldırmak için enerji ve zaman harcamaktansa belirsizlikle mücadele konusunda gelişmeye harcamamız daha çözümcü ve gerçekçi olacaktır.

Belirsizlik literatürü incelendiğinde ortaya çıkma nedenlerinin farklı farklı ele alındığını görürüz. Grayson (1999) belirsizliğe tahammülsüzlüğü, obsesif kompulsif bozukluğa ilişkin davranışların merkezine koyar. Belirsizliğe tahammülsüzlük, OKB belirtileri ile sıkça karşılaşılan bir konudur (Prouvost ve Moulding, 2019). OKB belirtileri olan kişiler, belirsiz durumlarla karşılaştıklarında kontrol kaybı hissederler ve bu da OKB belirtilerinin tetiklenmesine neden olabilir. Bu nedenle, tedavi sürecinde kişinin belirsizliğe tahammül etme becerilerinin geliştirilmesi önemlidir.

Geçgin ve Sahraç (2017), bir araştırmasında belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ve psikolojik iyi oluşu arasındaki negatif yöndeki ilişkisinden bahsetmiştir. Bu çerçeveden bakmak gerekirse belirsizliğe tahammül düzeyini yükselterek kişinin hem obsesif kompulsif bozukluk hem de birçok psikolojik rahatsızlığa maruz kalmasının önüne geçilebilir. Buhr ve Dugas (2002), belirsizliğin stres ve üzüntü yaratması, davranışın ortaya çıkışında kişide oluşan yetersizlik hissi, belirsizlikten olabildiğince kaçınılması gerekmesi ve son olarak belirsizliğin adaletsizliğine yönelik inanç olmak üzere dört alt boyuttan söz eder.

Son yıllarda dünyayı etkileyen bir salgın yaşadığımız dönemde bu salgının olumsuz belirtilerin en önemlilerinden bir tanesi belirsizliğe tahammülsüzlük şeklinde ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Pandemi döneminde belirsizliğe tahammülsüzlüğün ortaya çıktığı alanlardan biri de aşı olup olmama durumudur, o süreçte aşının bulunması büyük bir heyecan ile beklenirken bunun yanı sıra aşı olmayan birçok insan bulunmakta ve açıklamaları aşının içeriğinin ve etkisinin bilinmiyor oluşu olmuştur (Sayiner 2022). Crigger'a (1996) göre belirsizlik, olayların anlamlarını açıklarken yaşanan yetersizlik nedeniyle ortaya çıkan bilişsel bir durumdur. Belirsizlik esnasında yaşanan durumun olaydan bağımsız olarak kişinin bilgi eksikliği, algılama kapasitesi gibi nedenlere bağlı olduğu düşünülebilir. Bu noktada yine kişiye odaklanıp zihinsel kapasitelerini yükseltme çalışmaları yapıp belirsizlikle mücadele etmesini kolaylaştırarak olası psikolojik hastalıkların da önüne geçmek mümkün olabilir.

Krohne'un (1993) başa çıkma teorisine bakacak olursak belirsiz durumlar kişi için tehdit edicidir ve bu tehdit kişiyi duygusal olarak olumsuz yönde etkiler. Belirsizliğe tahammülsüzlük, birçok psikolojik sorunun altında yatan bir faktördür. Bu nedenle, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik danışmanlık ve terapi süreçlerinde önemli bir konudur. Terapi sürecinde, bireylerin belirsizlikle başa çıkmalarına yardımcı olan bilişsel ve davranışsal stratejilerin öğretilmesi, bu sorunun üstesinden gelmede etkili olabilir (Boswell, 2013). Özellikle son zamanlarda transdiagnostik (tanırlararası) faktörlere önem verilen çalışmalar artmaya başlamıştır, bu yaklaşım sayesinde belirsizliğe tahammülsüzlüğün kaygı ve duygudurum bozukluklarının başlaması ve sürdürülmesindeki yeri de önem taşımaktadır (Einstein, 2014; Carleton, 2016).

1.2.5. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik; kusursuzluğa ulaşma ihtiyacıyla kendine davranışlarına yönelik aşırı değerlendirmelerin, her şeye dair yüksek performans standartların ve başkaları tarafından olumsuz biçimde değerlendirme ihtimalinden doğan aşırı kaygının barındığı bir kavramdır (Frost, Marten, Lahart, ve Rosenblate, 1990). İnsan doğası gereği

hep en iyisine ulaşmayı hedefler ve bunun için çaba gösterir. Bu hedefler gerçekçi ve ulaşılabilir olduğu zaman yaşanan tatmin duygusunun yanı sıra ulaşılmaz hedefler kişide hayal kırıklığına sebep olmaktadır. İnsanın hep iyiye ulaşma isteği ve koyduğu yüksek hedefler mükemmeliyetçilik kavramının ortaya çıkmasına zemin hazırlar.

Mükemmeliyetçilik üzerine yapılan son araştırmalarda, görülmüştür ki mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu tarafı söz konusudur. Mükemmeliyetçilik ile ilgili boyutlarının hepsi her zaman sağlıklı ve uyumsuz olmak zorunda değildir (Stoeber, Joachim ve Childs, Julian H. 2011). Frost ve arkadaşları mükemmeliyetçiliğin beş boyutu olduğunu ileri sürmektedir. Bu boyutlardan ilki hata yapma kaygısıdır. İkinci boyut, kişisel yüksek standartları içerir ve bu özellik birçok teoriyene göre mükemmeliyetçiliğin temeli olarak da tanımlanır. Mükemmeliyetçiler ütopyik derecede yüksek standartlar belirleme eğilimindedirler. Üçüncü boyut ebeveynlerin yüksek beklentileriyle ilgiliyken dördüncü boyut ebeveynlerin aşırı eleştirel algılanmasıyla ilişkilidir. Hatta birçok teorisyen bu ebeveyn ilişkisini mükemmeliyetçiliğin etiolojisinin özü olarak kabul etmektedir. Mükemmeliyetçiliğin son boyutu ise kişinin ne olursa olsun performansından şüphe duyma eğilimidir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990).

Mükemmeliyetçiliğe bir diğer bakış açısı Adler'in (1956), mükemmeliyetçiliğin doğuştan geldiği ve pozitif-negatif olmak üzere ikiye ayrıldığına yöneliktir. Hamachek'e (1978) göre mükemmeliyetçilik normal mükemmeliyetçilik ve nevrotik mükemmeliyetçilik olmak üzere iki boyutta ele alınmıştır. Hamachek'e göre nevrotik ve normal mükemmeliyetçilik olmak üzere ikiye ayrılan mükemmeliyetçiliğe göz atmak gerekirse; nevrotik mükemmeliyetçiler olarak adlandırılan gruba normal mükemmeliyetçilerden ayıran en belirgin fark; normal mükemmeliyetçiler performanslarında bazı kusurlara daha toleranslı iken nevrotik mükemmeliyetçilerin hatalara yeri yoktur. Nevrotik mükemmeliyetçiler tamamen hatalara odaklanırlar ve en küçük hatalar bile onlara standartlarının karşılanmadığı algısını oluşturur. (Frost, Marten, Lahart, Rossenblate, 1990). Nevrotik mükemmeliyetçiler aynı zamanda uyumsuz mükemmeliyetçi olarak da adlandırılmakta, yüksek çaba ve yüksek kaygı gösterirken normal mükemmeliyetçiler adaptif mükemmeliyetçi olarak da adlandırılmakta, yüksek çaba ve düşük kaygı belirtileri göstermektedirler (Stoeber, Joachim ve Childs, Julian H. 2011).

Hewitt ve Flett (1993) ise mükemmeliyetçiliği kendine yönelik, başkalarına yönelik ve sosyal düzene yönelik olmak üzere üç farklı boyutta incelemiştir (Hewitt ve Flett, 1993). Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, kişinin mükemmel olma ihtiyacıyla kendi performansına yönelik aşırı yüksek hedefler belirleyip, bu yüksek hedeflere ulaşmak için gösterdiği çabayı ifade eder. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik, kişinin hayatında bulunan kişilere yönelik gerçekçi olmayan beklentilerini anlatmaktadır. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ise, kişinin ulaşması gereken yüksek hedeflerin, toplum tarafından dayatıldığına inanmasını açıklamaktadır.

Birçok araştırmacı, mükemmeliyetçi ailelerin bireylerinde, kendileriyle ilgili beklentilerine ve değerlerine daha fazla önem veren bir kişilik yapısının oluştuğunu vurgulamaktadır. Bu durumun temelinde, aile yapısı ve özellikle de mükemmeliyetçi ebeveynlerin etkisi bulunmaktadır (Mızrak, 2006). Gözlem ve analizler, mükemmeliyetçilik davranışının, ailede bireylere yüklenen belirli beklentilerle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu tür ailelerde, çocuklar, yüksek standartlara ulaşma ve üstün başarılar elde etme baskısı altında büyümekte ve bu beklentilere uygun davranmaya zorlanmaktadır. Barrow ve Moore'un (1983) çalışmalarına göre, mükemmeliyetçilerin çocukluk dönemleri, ebeveynleri tarafından onaylanmayan

davranışların ya da onayın bir koşula bağlı olduğu bir çevrede geçmiştir. Mükemmeliyetçi ebeveynler hem kendileri hem de çocukları için yüksek beklentilere sahip, aşırı eleştirel kişiliklerdir. Mükemmeliyetçi ebeveynlerin, çocukların davranışları üzerindeki etkisini araştıran bir başka çalışmacı olan Burns (1980) mükemmeliyetçiliğin tamamen bilişsel bir yapıdan oluştuğunu düşünmüş ve bu sebeple tanımlarken çok boyutlu bir tanımlama için uğraşmıştır. Mükemmeliyetçilik eğiliminde olan kişiler, erken yaşlardan itibaren sevgi ve onayın belirli koşullara bağlı olduğu ve sürekliliğinin olmadığı bir ortamda büyümüşlerdir. Bu durumda, bir dış standardın yokluğu, kişinin neyin "iyi" olduğunu tam olarak bilememesi anlamına gelir. Herhangi bir hata veya başarısızlık, sevgi kaybı ve reddedilme riski ile sonuçlanabilir. Bu nedenle, mükemmeliyetçilik, kişinin kendisini bu belirsizliğin etkilerinden korumak ve hata yapmamak için en iyi yol olarak görülür. Bu nedenle, mükemmeliyetçiler şimdiki hayatlarında da sevgi ve onay kazanabilmek için mükemmeli başarmak zorunda hissetmektedirler. Frost ve arkadaşları (1991) tarafından yapılan bir başka araştırmada da görülmüştür ki ebeveynler arasından babalardan ziyade annelerin otoriter tavırları mükemmeliyetçiliğin gelişmesi ile daha yakından ilişkilidir.

Yapılan bir çalışmada mükemmeliyetçilik, stres, tükenme ve duyarsızlaşma ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, sosyal destek ile negatif yönde anlamlı ilişki rastlanmıştır (Çam, Deniz ve Kurnaz, 2014). Ancak, bu durum sadece olumsuz bir durum olarak görülmemelidir. Mükemmeliyetçilik, doğru yönlendirildiğinde, bireylerin kendilerine ve hayatlarına dair doğru hedefler belirlemesine, disiplinli çalışmalarına ve başarıya ulaşmalarına olanak sağlayabilir. Bu nedenle, ailelerin mükemmeliyetçilik eğilimlerini doğru bir şekilde yönetmeleri, çocukların sağlıklı ve mutlu bir şekilde gelişmelerini destekleyebilir. Sonuç olarak mükemmeliyetçiliğin hem çevresel hem genetik faktörler ile ortaya çıktığını biliyoruz. Bu kavramın nedenlerini daha iyi anlamak önleme çalışmaları için oldukça faydalı olacaktır.

1.2.6. Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), ısrarcı ve istem dışı şekilde gelen düşünceler/dürtüler/zihinsel imgeler (obsesyonlar) ve/veya tekrarlayıcı ve ritüel şeklindeki davranışlar (kompulsiyonlar) şeklinde ortaya çıkan psikiyatrik bir hastalıktır (DSM-5: Amerikan Psikiyatri Derneği, 2013). Obsesif-kompulsif bozukluk, genellikle ergenlik dönemi sonları veya erken yetişkinlik dönemlerinde ortaya çıkan, ciddi ve yaşamı olumsuz etkileyen bir klinik durumdur ve eğer tedavi edilmezse kronik seyir izler (Abramowitz, Taylor, McKay, 2009).

Obsesif kompulsif bozukluğun patoloji olarak adlandırılabilmesi için ortaya çıkan semptomların yanı sıra kişide belirgin sıkıntı ve işlevsellik kaybı yaratıyor olması gerekmektedir (Stein, 2002). Dünya sağlık örgütünün verilerine göre obsesif kompulsif bozukluk işlevsellik kaybı yaratan hastalıklar sıralamasında ilk 10'da yer almaktadır (Murray, Lopez, 1990). Obsesif Kompulsif Bozukluk toplumun %2-3 civarı bir kesiminde görülür ve kadınlarda görülme sıklığı erkeklerde görülme sıklığına oranla daha yüksektir (Karno ve Golding, 1991). Çoğu zaman hamilelik, doğum yapma, aile içi iletişim problemleri, işyerinde yaşanan sorunlar gibi stres faktörleri obsesif kompulsif bozukluğun başlamasında tetikleyici olmaktadır (Kringlen, 1970).

Kişide bulunan obsesif inançlar, “aşırı tehdit algısı”, “mükemmeliyetçilik”, “abartılı sorumluluk”, “belirsizliğe tahammülsüzlük”, “düşüncelerinin kontrol edildiği inancı”, “düşüncelere abartılı önem” olmak üzere altı boyutta sınıflandırılabilir (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group, 1997).

Obsesif-kompulsif bozukluk tedavisinde genellikle bilişsel davranışçı terapi (BDT) ve ilaç tedavisi kombinasyonu tercih edilir. BDT, obsesyonların ve kompulsyonların etkili bir şekilde yönetilmesini, kaygının azaltılmasını ve işlevsel olmayan düşüncelerin değiştirilmesini hedefler. Seçici serotonin geri alım inhibitörleri (SSRI'lar) ve bazen antipsikotik ilaçlar ise obsesif-kompulsif bozukluk semptomlarını azaltmak için sıkça kullanılan ilaç sınıflarıdır, ancak tedaviye kişiye özel yaklaşımlar da eklenebilir (Abramowitz, Taylor, McKay, 2009).

Obsesif kompulsif bozukluğun serotonin geri alım inhibitörüyle yapılan tedavisinin konu alındığı bir araştırmada tedavi sonucu obsesif inançların düştüğü ancak mükemmeliyetçilik/belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının daha dirençli olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda bu alt boyutlarda yapılacak müdahaleler direnci kırarak ve tedavinin durumunu iyiye götürecektir (Selvi, Atlı, Besiroğlu, Aydın, Güleç, 2011).

1.2.7. İlişki Doyumu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Her insanın kendine özgü ve biricik olduğunu bildiğimize göre bazı zorluklarla baş etme şekillerinin ya da o zorluklardan etkilenme düzeylerinin farklı olduğunu biliyoruz. Belirsizliğe tahammülsüzlük de yaşam süresince bizi zorlayabilecek faktörlerden birisidir. Kimi insanlar belirsizlikle daha kolay baş ederken kimisini hayatını çok daha fazla zorlaştırabilmektedir. Belirsizlikle mücadele eden bireylerden bu mücadele sonucu daha fazla zorlanma ve kaygı gösterebilirler. Bu kaygı yaşama hali hayatımızın her alanını olduğu gibi ilişkimizi de etkileyecektir. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluk üzerindeki etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, ileriye dönük kaygı yaşayan bireylerin mutluluk düzeyleri daha düşük çıkmıştır. Bu sonuçtan yola çıkarsak arasındaki negatif ilişkinin anlamlı olduğunu söyleyebiliriz (Sarıçam, 2015).

Knobloch ve Solomon (1999), ilişki içerisindeki belirsizlik örüntülerinin rolüne vurgu yapmıştır. İlişkisel belirsizlik durumu, partnerlerin flörtten birlikteliğin ciddi boyut kazanma sürecini zorlaştırabilmektedir (Knobloch ve Solomon, 2002). İlişkinin boyut atlamasının engellenmesinin yanı sıra, çabanın tümü belirsizlikle mücadeleye verildiği için partnerler etkili iletişim yöntemlerini kullanamayabilirler (Theiss ve Solomon, 2008). Bu durumların sonucunda ilişkinin gidişatı ve ilişkiden alınan doyum olumsuz yönde etkilenebilmektedir. Afifi ve Burgoon (1998), partnerlerine yönelik düşük belirsizliğe sahip bireylerin partnerlerini daha iyi tanımladığını ifade etmişlerdir. Yapılan bir araştırmada ilişki süresinin partnere yönelik duyulan belirsizliği negatif yönde yordadığı bulunmuştur (Gürçan, 2015). Yani araştırmaya göre ilişki süresi uzadıkça ilişkiye yönelik duyulan belirsizliğin azaldı gözlenmiştir.

Alanyazında, belirsizliğe tahammülsüzlüğün bağlanma ile ilişkisini inceleyen oldukça az çalışma olmasıyla birlikte yapılan çalışmalarda güvensiz bağlanma ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Yüksel, 2014; Wright ve ark., 2017). Bağlanma stili bebeklikte oluşmaya

başlayıp, ileriki yıllardaki yakın ilişkilerin iletişim beklenti, inanç, ihtiyaçlar gibi faktörlerini ve duygu düzenleme stratejilerini geliştirmektedir (Yüksel, 2014). Ancak bağlanma ile çok yakından ilişkili olan ilişki doyumu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün birlikte incelenmediği görülmüştür. Bu sebeple bu çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ve ilişki doyumuyla arasındaki ilişki araştırılacaktır.

İlgili literatür incelendiğinde şimdiye kadar belirsizliğe tahammülsüzlük ve yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş gibi faktörler arasındaki ilişkiler incelenmiş olsa da romantik ilişki doyumu ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır.

1.2.8. İlişki Doyumu ve Mükemmeliyetçilik

Yapılan araştırmalar, yakın ilişkimizdeki davranışların mükemmeliyetçi kişilik özelliklerinden etkilendiğini öne sürmektedir (Hewitt, Flett, 1991). Romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik, kişilerarası mükemmeliyetçilik kavramı ile ortaya çıkmış (Arcuni, 2013) ve mükemmeliyetçiliğin iki boyutu olan kendine ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ile ele alınmaktadır (Stoeber, 2012). Mükemmeliyetçiliğin doğası zaman zaman ilişkinin devamlılığı için bir risk faktörü haline gelebilmektedir (Lopez, Fons-Scheyd, Morúa, ve Chaliman, 2006).

Genç yetişkinlerle yapılan bir çalışmada, mükemmeliyetçiliğin romantik ilişki doyumunun doğrudan ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur (Satıcı, 2018). Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyinin, ilişki doyumu üzerinde olan etkisini inceleyen bir araştırmada, kendilerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi ile ilişki doyumu arasında pozitif ilişki olduğu, yani bireylerin kendilerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi arttığında ilişki doyumlarının da arttığı gözlenmiştir. Bu araştırmada katılımcıların diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu yani diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi arttığında ilişki doyumlarının düştüğü gözlenmiştir (Şensoy, Asıcı, İkiz, 2019). Bu çalışmadan yola çıkarsak bireyler kendilerine yönelik mükemmeliyetçilikleri arttığında kendilerini geliştirmeye daha yatkın olduklarından ötürü ilişkileri olumlu etkilenirken, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik nedeniyle partnerlerini eleştirmeye değiştirmeye ve yüksek beklentilere sahip olma eğilimleri daha yatkın olduğundan bu durum ilişkilerini olumsuz yönde etkileyebileceğini söyleyebiliriz. Yapılan başka bir çalışmada yine diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğin partneri baskılayarak ilişki doyumunu düşürdüğü bulunmuştur (Stoeber, Otto, 2006). Mükemmeliyetçi kişiler, ilişkide yaşanan sorunlarının sorumluluklarını karşı tarafa yükleme eğiliminde olduklarından affedici davranışlara sık rastlanmamaktadır (Furman, Luo ve Pond, 2017). Mükemmeliyetçilik düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisine bakılan bir başka çalışmada yine kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve problem odaklı başa çıkma stratejileri yoğun kullanan bireylerin evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Bıyıkoğlu, E., B., 2012).

Mükemmeliyetçi bireyler bir durum karşısında eleştirildiklerinde aşırı savunmacı tepkiler vermeleri, geri çekilme gerçekleştirmeleri ya da hayatlarındaki kişileri kendi yüksek standartlarına uydurmaya çalışmaları sebebiyle yakın ilişkilerde yoğun biçimde hayal kırıklıklarıyla karşılaştıklarına rastlanmıştır (Burns, 1980, 1983). Mükemmeliyetçiler ilişki içerisinde sevebilmeleri ve karşı taraftan kabul görebilmeleri için kusursuz olmalarının gereklilik olduğuna inanırlar ve eğer kendilerini açık biçimde ifade ederlerse reddedilebilecekleri endişesine sık sık kapılırlar (Burns, 1983; Halgin ve

Leahy, 1989). Bu endişe çoğunlukla yakın ilişkiden kaçınma ile sonuçlanmaktadır (Martin ve Ashby, 2004).

İkili ilişkiler ile yapılan bir çalışmanın sonucunda mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ve bu ilişkinin yordanma düzeyi orta güçlüktedir. Yine aynı çalışmada ilişki süresi ile ilişki doyumu arasında düşük düzeyde de olsa pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani bu çalışmaya göre mükemmeliyetçilik arttıkça ilişki doyumunun azalacağı ve ilişkinin süresi arttıkça ilişki doyumunun artacağı sonucuna varılabilmektedir (Kol, 2020) yapılan bir araştırmada kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve partnerine yönelik güven arttığında alınan ilişki doyumunun da arttığı bulunmuştur (Şensoy, Asıcı, İkiz, 2019).

1.2.9. İlişki Doyumu ve Obsesif Kompulsif Belirtiler

Abbey ve arkadaşları (2007), obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireylerin ilişkilerini inceledikleri bir araştırma yaptı. Bu araştırmada ilişkide yakınlığın kurulmasını olumsuz etkileyen obsesyonların şiddet düzeyini ortaya koymuşlardır. Çalışma sonucunda obsesyonların şiddeti ile ilişki doyumu, yakınlık ihtiyacı negatif yönde anlamlı ilişkili çıkmıştır. Araştırmacılar, bireylerin yoğun obsesyonlara odaklanmaları nedeniyle romantik ilişkilerine daha az zaman ve motivasyon harcadıkları sonucunu çıkarmışlardır.

Obsesif kompulsif bozukluk işlevsellik kaybının yoğun olması sebebiyle de çoğunlukla kişilerarası ilişkilerde bozulmalar ile ilişkilendirilmiştir (Angst ve ark., 2004). Okb semptomları sebebiyle sosyal işlevsellikte oluşan bozulmalar öyle ciddidir ki eşikaltı belirtilerde bile bu işlevselliğin oldukça etkilendiği görülmektedir (Bystritsky ve ark., 2001).

Obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireyler başkaları tarafından ötekileştirilmemek için yaşadığı obsesyon ve kompulsiyonları sıklıkla saklama eğilimi içinde olurlar, bu gizleme çabası sonucu genelde partnerleriyle daha az etkileşime girmeleriyle sonuçlanır (Newth ve Rachman, 2001). Obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış kişiler ve kontrol grubuyla yapılan bir araştırmada, obsesif kompulsif bozukluğa sahip kişilerin sosyal işlevsellik alanında daha düşük puanlar aldığı gözlenmiştir (Fontenelle ve diğerleri, 2010). Sosyal işlevselliğin düşme sebeplerinden birine de obsesyonlara ayrılan zamanın çokluğu verilebilir. Obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireylerin yaşadığı olumsuz durumların sıklığını inceleyen bir araştırmada sosyal ve mesleki anlamda yaşadığı zorluklara ek olarak bir de daha az evlenme gerçekleştirdikleri gözlenmiştir (Torres ve diğerleri, 2007).

Obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireyler reddedilmeye karşı daha hassas olduklarından ve kişilerarası güvensizlik duymaları sebebiyle romantik partnerleriyle yakınlık geliştirme konusunda da oldukça sorun yaşayacaklardır (Newth ve Rachman, 2001).

Obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireylere maruz bırakma gerçekleştirilen bir çalışma sonucu kişilerin belirtilerinin azalmasıyla birlikte evlilikteki sıkıntılarının da azaldığı gözlemlenmiştir (Emmelkamp ve De Lange, 1983).

Bu sebeple son zamanlarda oldukça araştırılan ve hatta yeni bir tanı grubu olarak ele alınan İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk ortaya çıkmıştır. Bu bozukluk ilişkiye ya da partnere yönelik ortaya çıkan takıntı ve zorlantıları içermektedir (Doron ve diğerleri, 2014). İlişkilerdeki mükemmeliyetçilik OKB semptomları ile ilişkilidir çünkü

mükemmeliyetçiler, partnerleri veya ilişkileri hakkında gerçekçi olmayan beklentilere sahip olabilirler (Shafran, Cooper, Fairburn, 2002).

Bir diğer önemli nokta da OKB hastalarının ilişki doyumunu artırmaya yönelik müdahalelere dikkat etmektir. OKB'nin tekrarlayıcı semptomları, ilişkilerde zorluklara yol açabilir ve hastaların yakın ilişkilerinde belirsizlik, kontrol ve mükemmeliyetçilik eğilimleri nedeniyle güçlükler yaşayabilirler. Bu nedenle, OKB tedavisinde, hastaların yakın ilişkilerindeki belirsizlik algısını ve kontrol ihtiyacını yönetmelerine, iletişim becerilerini geliştirmelerine ve ilişki doyumunu artırmaya yönelik stratejilere de yer verilmelidir.

Doron ve arkadaşlarının (2012), yaptığı bir araştırmada obsesyon ve kompulsyonların, ilişkiden alınan memnuniyet oranını ve depresif belirtileri yordadığı sonucu çıkmıştır.

Obsesif kompulsif belirtilerin fark edilmesinde ve önlenmesinde ilişki doyumunu odaklanılması gereken bir faktör olacaktır. Doron ve arkadaşlarının (2014b) yaptığı bir başka araştırmada ilişkiye dair artan kaygı ve korkunun, ilişki doyumunun azalttığı ve bunun da cinsel tatminsizliği arttırdığı bulunmuştur.

İlişki doyumunu, bir ilişkiden aldığımız tatmini ifade eder. Bir çalışmada, OKB semptomları olan kişilerin, sosyal etkileşimlerini ihmal ettikleri ve ilişki doyumlarının azaldığı bulunmuştur (Ruscio, Stein, Chiu, Kessler, 2010).

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik gibi OKB belirtileri, kişinin ilişki doyumunu da olumsuz etkileyebilir (Wheaton ve ark., 2020). Sosyal izolasyona neden olmak ve sosyal becerilerde zorlanmak, OKB belirtilerinin kötüleşmesine neden olabilir. Bu nedenle, tedavi sürecinde kişinin sosyal etkileşim becerilerinin ve kişilerarası ilişkilerinin geliştirilmesi önemlidir. Ancak yine de okb ile ilişki doyumunu literatürde çok az çalışılan bir konudur.

1.2.10. Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük

OKB belirtilerinin önemli yordayıcılarından bir tanesi olan bireylerin belirsizlikle başa çıkma becerileri önemli bir faktördür. Belirsizlik, gelecekle ilgili belirsizliklerin, belirsiz durumların ve sonuçların kişisel bir tehdit olarak algılandığı bir durumdur ve bireylerin bu belirsizliğe karşı tepkileri farklı olabilir (Carleton, 2012). Belirsizliğe tahammülsüzlük, bireylerin belirsizlikle başa çıkmada zorlanması ve bu belirsizliği azaltma veya ortadan kaldırma eğiliminde olması olarak tanımlanabilir. OKB'nin belirsizlik algısı ve belirsizlikle başa çıkma becerileri arasında bir ilişki bulunmaktadır. Özellikle, OKB hastalarında belirsizlikle başa çıkma becerilerinin düşük olması ve belirsizlik algısının artması gözlenmiştir. Obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireyler yaptıklarından asla emin olamamakta sürekli şüphe duymaktadır ve bu şüphe hali kaygıyla birlikte belirsizlik durumunu iyice arttırmaktadır. Obsesif-kompulsif bozukluğu (OKB) olan kişiler, normalden daha fazla kontrol etme davranışı gösterirler. Bu davranışlar, belirsizlik hissini artırarak paradoksal bir etki yaratabilir. Bu perseveratif davranışlar, insanların artan bir belirsizlik ve kontrol etme davranışı kısır döngüsüne girmesine neden olabilir.

Bu kısır döngü sebebiyle literatürde, OKB ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişki üzerine giderek artan bir ilgi bulunmaktadır. Birçok çalışma, OKB belirtilerinin ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün birbirleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Bottesi ve ark., 2012; Rosenthal ve ark., 2017). Bu bağlamda, belirsizlik algısının OKB

semptomlarını nasıl etkilediği ve OKB semptomlarındaki artışın belirsizlik algısını nasıl etkilediği gibi konular incelenmiştir. Ancak, gerekli önleme çalışmaları ve müdahaleler için OKB, belirsizliğe tahammülsüzlük ve diğer psikolojik faktörler arasındaki karmaşık ilişkilerin tam olarak anlaşılması gerekmektedir. Bu sebeple literatüre kazandırılacak çalışmalar oldukça önemlidir.

Carter ve arkadaşları (2016), OKB hastalarında mükemmeliyetçilik eğilimlerinin belirsizlik algısı ve OKB semptomları arasında bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Yüksek mükemmeliyetçilik düzeyine sahip olan OKB hastalarının, belirsiz durumlarla başa çıkma becerilerinin düşük olması nedeniyle OKB semptomlarının artabileceği öne sürülmüştür. Benzer şekilde, Sica ve arkadaşları (2007), OKB hastalarının belirsizlik algısının arttığını ve bu durumun obsesyonel semptomların şiddetini artırdığını bulmuşlardır. Bu bulgular, OKB hastalarının belirsizlikle ilgili zorluklar yaşadığını ve belirsizlik algısının OKB semptomlarını etkileyebileceğini desteklemektedir. OKB hastalarının belirsizlikle başa çıkma becerilerinin düşük olması, aynı zamanda OKB semptomlarının şiddetini artırabilir. Abramowitz ve arkadaşları (2001), OKB hastalarının belirsizlikle başa çıkma becerilerinin düşük olması ve bu durumun obsesyonel semptomların artmasına neden olabileceğini bulmuşlardır. OKB hastalarının, belirsiz durumlar karşısında tahammülsüz olmaları ve kontrol ihtiyaçları nedeniyle obsesyonel semptomlarının artabileceği düşünülmektedir.

Yüksek obsesif-kompulsif eğilimleri olan ve düşük obsesif-kompulsif eğilimleri olan kişiler arasında hafif belirsizlik durumunda kontrol davranışının gerçekten ortaya çıkıp çıkmadığını araştırmak için deneysel bir göz takip paradigması geliştirildi. Bu çalışma ile hafif belirsizlik durumunda bile, eşik altı obsesif-kompulsif bozukluğu olan bireyler daha fazla kontrol davranışı sergiledikleri gözlemlendi (Toffolo ve ark., 2013). Toffolo ve arkadaşlarının (2013) yaptığı bu araştırma, okb'nin altında yatan patofizyolojiyi daha iyi anlamak için eşik altı semptomların incelenmesinin önemini vurgulamaktadır. Bu, eşik altı semptomların Okb geliştirme riski olan kişileri tanımlamada bir öncü belirteç olarak kullanılabilenliğini düşündürmektedir.

1.2.11. Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik yaklaşık olarak bir asırdır obsesif kompulsif bozukluk ile ilişkilendirilmektedir (Frost, Novara ve Rheaume, 2002).

Obsesif kompulsif bozukluğunun gelişmesinde tetikleyici faktörlerden bir tanesi de eylemlerin en doğru şekilde gerçekleşmemiş olma duygusudur ve bu duygu zamanla sadece duygu olarak kalmayıp algılarda ve davranışlardaki mükemmeliyetçilik ihtiyacına evrilmektedir (Frost ve ark. 2002). OKB belirtileri olan kişiler, mükemmel olmaya çalışarak kontrol hissini korumaya çalışırlar. Ancak bu tutum, kişinin yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir ve tedavi sürecinde ele alınması gereken bir konudur. Belirsizlik algısının artması, OKB hastalarının mükemmeliyetçilik eğilimleri ile de ilişkilidir. Mükemmeliyetçilik, bireylerin sürekli olarak yüksek standartlar belirlemesi, hataları tolere etme zorluğu ve belirsizlikle başa çıkma gücü gibi özellikleri içermektedir. OKB hastalarında mükemmeliyetçilik eğilimlerinin belirsizlik algısı ile ilişkili olduğunu bulan birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Koçak ve arkadaşları (2018), OKB hastalarının belirsizlik algısının arttığında mükemmeliyetçilik eğilimlerinin de arttığını ve bu durumun OKB semptomlarını artırıcı etkisi olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde, Dinç ve arkadaşları (2019), OKB hastalarında mükemmeliyetçilik eğilimlerinin

belirsizlik algısı ile pozitif bir ilişki taşıdığını ve bu durumun obsesyonel semptomların artmasına neden olabileceğini bulmuşlardır.

Günümüzdeki bilişsel teorisyenler, Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) konusunda mükemmeliyetçilik kavramına öncelikli bir rol atfetmiştir (Frost, Steetee, 1997). Gershunny ve Sher (1995) tarafından yapılan bir çalışmada, eşik altı obsesyonlara sahip bireylerin klinik obsesiflere göre Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği puanları daha yüksek çıkmıştır.

2. YÖNTEM

Bu çalışmada, ilişki doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiyi inceleyen ayrıca söz konusu değişkenlerin düzeylerinin cinsiyet, ilişki durumu, çocuk sahibi olma vb. gibi sosyodemografik değişkenler ile farklılaşp farklılaşmadığını incelemek amacıyla nicel bir araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model iki veya daha fazla değişken arasında birlikte herhangi bir ilişki veya değişimin olup olmadığını ve varsa bu ilişkinin derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2005).

Verilerin analizi için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 27 paket programı kullanılmıştır. Çalışmanın temel değişkenlerini analiz etmek için Spearman Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Araştırmada ayrıca, Bağımsız Gruplar t testi, ANOVA testi, testi uygulanmıştır.

2.1. Örneklem

Araştırma Türkiye’de yaşayan 18-40 yaş arasındaki kadın ve erkek bireyler ile yapılmıştır. İlişkisi olan ve olmayan her iki grup da araştırmaya dahil edilmiş ilişki içerisindeki kişiler de flört ve evli olarak iki grupta incelenmiş, bu farklılık karşılaştırmak adına bir değişken olarak kullanılmıştır. Araştırmadaki dışlama kriteri psikiyatrik olarak obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış olmaktır.

Araştırmanın yöntemi basit rastgele kolayda örneklemedir. Katılımcılar seçkisiz atama yöntemi ile seçilmiş gönüllük esasına bağlı olarak çalışmaya dahil olmuşlardır. 551 doldurulan form ardından yaş aralığımız içerisinde bulunmayan, obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış olan ve cinsiyet belirtmeyen Dışlama kriterine sahip kişiler analize dahil edilmemiştir. Katılımcılardan 26’sı depresyon, 25’i kaygı bozukluğu, 4’ü Dehb bildirmişlerdir. Katılımcıların 20’si SSRI, 2’si antipsikotik, 5’i Antidepresan grubu ilaç kullandıklarını bildirmektedirler. Eksiksiz doldurulan 439 form ile yapılan çalışmanın örnekleme 283 kadın ve 156 erkekten oluşmaktadır. Bu örneklemin 282 tanesi ilişkisi olan/evli bireylerden oluşurken 157 tanesi ilişkisi olmayan bireylerden oluşmaktadır. Çalışma soruları katılımcılara Google Forms aracılığıyla online platformlar(Whatsapp, Telegram, Instagram, Twitter ve LinkedIn) üzerinden ulaşılmıştır. Tez çalışması, nicel araştırma yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında bilgilendirme amacıyla katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulduktan sonra veriler İlişki Doyum Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Maudsley Obsesif Kompulsif Bozukluk Soru Listesi ve demografik bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcılara, çalışmaya dair bilgilerin ve gönüllü izinlerinin olduğuna yönelik izin vermeleri için “Bilgilendirilmiş Onam Formu”, kişisel bilgilerine ulaşabilmek için “Kişisel Bilgi Formu”, obsesif kompulsif belirtilerini tarayabilmek için “Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi”, mükemmeliyetçilik seviyelerini belirlemek için “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği”, belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerini belirlemek için “Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği” ve romantik ilişki doyumlarını öğrenebilmek için “İlişki Değerlendirme Ölçeği” verilmiştir.

2.2.1 Bilgilendirilmiş Onam Formu

Araştırmaya katılan kişilere araştırmayı yapan kişiyi, araştırmanın süresi, bilgilerin gizliliği, araştırmacının hakları gibi durumların anlatıldığı ve araştırmaya katılmaya yönelik rızanın alındığı formdur.

2.2.2. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, çalışmanın yürütüleceği grubun sahip olduğu sosyo-demokratik bilgiler (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, ilişki durumu ve sosyo-ekonomik durum vb.) herhangi bir psikiyatrik tanı varlığı ile ilgili sorular içeren ankettir. Araştırmada kullanılan demografik bilgi formunun bir örneği Ek 1’de verilmiştir.

2.2.3. Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi

OKB belirtilerinin türünü ölçmeyi amaçlayan bu ölçek Hodgson ve Rachman (1977) tarafından geliştirilmiş, öz bildirim türünde bir ölçektir. Ölçek toplamda kontrol, temizlik, yavaşlık, kuşku olmak üzere 4 alt ölçekten ve 37 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Erol ve Savaşır (1988) tarafından yapılmış olup, Cronbach alfa güvenilirliği tüm ölçek için 0.86, alt ölçekler için 0.61-0.65 arasındadır. Test tekrar test güvenilirliği tüm ölçek için 0,88, alt ölçekler için ise 0.56-0.84 arasında bulunmuştur (Erol ve Savaşır, 1988).

2.2.4 Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilmiştir. Yetişkinlerdeki mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu yapısını ölçmeyi hedefleyen ölçek 45 madden olur ve öz-bildirime dayalıdır. Ölçek "kendine yönelik (self-oriented) mükemmeliyetçilik", "diğerlerine yönelik (otheroriented) mükemmeliyetçilik", "toplum tarafından dayatılan (socially prescribed) mükemmeliyetçilik" olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Maddeler yedili likert tipi bir ölçekle (1=kesinlikle katılıyorum, 7=kesinlikle katılmıyorum) puanlanmaktadır.

Bu alt ölçeklerden elde edilen düşük puanlar düşük mükemmeliyetçilik düzeyini, yüksek puanlar yüksek mükemmeliyetçilik düzeyi anlamına gelmektedir. Ölçek Oral (1999) tarafından Türkçeye çevrilmiş, üniversite öğrencileri üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formundaki alt ölçekleri oluşturan maddeler farklılık göstermektedir. Orijinal ölçekte her alt ölçekte 15 madde bulunurken; Oral (1999) tarafından yapılan analizlerde yalnızca bir madde .30'dan düşük bir faktör yüküne sahipti ve hesaplamalardan çıkarıldı. Kendi Odaklı Mükemmeliyetçilik alt ölçeğinde 19 madde; Başkası Odaklı Mükemmeliyetçilik alt ölçeğinde 10 madde ve 15 madde de Sosyal Odaklı Mükemmeliyetçilik alt ölçeği altında yer almaktadır. Skorları hesaplamadan önce 2, 3, 4, 8, 9, 10, 12, 19, 21, 24, 30, 34, 36, 37, 38, 43, 44 ve 45 numaralı maddelerin puanları tersine çevrilmektedir. Her alt boyut için 15 madde bulunmaktadır: Kendine yönelik mükemmeliyetçiliği temsil eden maddeler 1, 6, 8, 12, 14, 15, 17, 20, 23, 28, 32, 34, 36, 40 ve 42; diğer insanlara yönelik mükemmeliyetçiliği temsil eden maddeler 2, 3, 4, 7, 10, 16, 19, 22, 24, 26, 27, 29, 38, 43 ve 45; ve toplumsal olarak dayatılan mükemmeliyetçiliği temsil eden maddeler 5, 9, 11, 13, 18, 21, 25, 30, 31, 33, 35, 37, 39, 41 ve 44 olarak belirlenmiştir.

2.2.5. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12)

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyini saptamayı amaçlayan ölçek Carleton, Norton, & Asmundson (2007) tarafından geliştirilmiş öz bildirim dayalı bir ölçektir. Ölçek maddeleri beşli likert (1= Bana hiç uygun değil, 5= Bana tamamen uygun) tipinde kodlanan 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek ters kodlanan madde içermemektedir. Ölçeğin bütünü için alınabilecek puan aralığı 12-60'tır. Yükselen puanlar yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlüğü göstermektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik analizleri Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde orijinal form ile tutarlı olarak 12 maddenin iki boyutta (ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı) toplandığı görülmüştür ($\chi^2= 147.20$, $sd= 48$, $RMSEA=.073$, $CFI=.95$, $IFI=.95$, $GFI=.94$, $SRMR=.046$). Ölçeğin faktör yükleri .55 ile .87 arasında sıralanmakta olup; Cronbach alfa iç tutarlık katsayı ölçeğin bütünü için .88; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .84, engelleyici kaygı alt boyutu için .77 olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ile başa çıkma esnekliği arasında negatif ($r=-.43$); eğitim stresi ile .41 pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Test-tekrar test korelasyon katsayısı .74 olarak bulunmuş; ayrıca ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .42 ile .68 arasında sıralandığı görülmüştür (Sarıçam ve ark., 2014).

2.2.6. İlişki Doyumu Ölçeği

İlişki Doyum Ölçeği, romantik ilişkilerdeki memnuniyeti ölçmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiştir. Yedi maddeden oluşan ve yedili likert tipine sahip bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Curun (2001) tarafından 140 romantik ilişki içinde bulunan üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. İlişki Doyum Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .86 ölçekte yer alan iki madde ters puanlanmıştır. Ölçek sonucundaki toplanan puanlar yükselmesi ilişki doyumunun arttığını göstermektedir.

3. BULGULAR

Verilerin normal dağılım varsayımına bakarken Kim'i(2013) dikkate aldığımızda örneklem katılımcı sayısı eğer 300'den büyük ise, standart hata değerine bakılmaksızın, çarpıklık +/-2 değerleri arasında, basıklık değeri ise +/-7 aralığını arasında bulunabildiği kabul edilir. Bu teori kapsamında yapılan analizdeki değerle normal dağılım göstermektedir. Toplanan 551 veriden 112 adet dışlama kriterine sahip olanlar (12 OKB tanıli katılımcı, 6 yetersiz bilgi aktarımı, 94 adet yaş aralığının dışında katılımcı verisi) temizlendikten sonra demografik değişkenler betimsel istatistik yoluyla analiz edilmiş ve tablolatırılmıştır. Daha sonra sosyodemografik değişkenler bağlamında ilişkilerdeki farklılaşmaları incelemek amacıyla önce normallik analizi yapılmış; sonrasında iki gruplu değişkenler için bağımsız gruplar t-testi, ikiden fazla gruplu ve normal dağılan değişkenler için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Son olarak, ilişki doyumu ile obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki doyumu, ilişki süresi ve yaş sürekli değişkenlerinin arasındaki ilişkiyi gözlemlemek için korelasyon analizi ve aracı rolleri açıklayabilmek için regresyon analizi yapılarak sonuçları aktarılmıştır.

3.1 Betimsel İstatistik

Katılımcıların sosyodemografik bilgilerine bakıldığında örneklemimizin %64,2'sini kadın(n=283), %35,4'ünü erkek(n=156) bireyler oluştururken %0,5'i cinsiyet belirtmek istememiştir (n=2). Katılımcıların %35,4'ünün bir romantik ilişki yok (n=156), %33,1'i bir romantik ilişki içerisinde (n=146), %30,6'sı evli (n=135) şeklinde belirtirken, %0,9'u ilişkisi durumuyla ilgili tanımlayıcı bir bilgi vermemiştir (n=4). Katılımcıların %21,3'ü çocuk sahibiyken (n=94), %78,7'sinin çocuğu yoktur (n=347). Katılımcıların %15,6'sı yalnız (n=69), %29,9'u eş/çekerdek aile ile (n=132), %40,4'ü ebeveyn(ler) ile (n=178), %6,8'i arkadaş(lar) ile (n=30), %2,5'i sevgili ile (n=11) yaşadığını belirtmiş, %4,8'i diğer seçeneğini (n=21) işaretlemiştir. Katılımcıların %17,2'si İlkokul/Ortaokul/Lise mezunu (n=76), %68,3'ü Üniversite mezunu (n=301), %14,5'i Yüksek Lisans/Doktora mezunu (n=14,5) olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcılar arasında dışlama kriteri olan obsesif kompulsif bozukluğa sahip olan kişiler araştırmadan çıkartıldıktan sonra okb haricinde psikiyatrik tanı alan kişiler katılımcıların %9,8'i psikiyatrik tanı varlığı belirtirken (n=43), %90,2'si psikiyatrik tanı bildirmemiştir (n=398). Katılımcıların %15'i geçmişte psikiyatrik tanı aldığını (n=66), %85'i geçmişte tanı almadığını (n=375) belirtmiştir. Katılımcıların %6,8'i şu an ilaç kullanırken (n=30), %93,2'si şu an ilaç kullanmıyordu (n=411). Katılımcıların %20,6'sı geçmişte psikiyatrik ilaç kullanmış (n=91), %79,4'ü geçmişte psikiyatrik ilaç kullanmamıştır (n=350). Katılımcıların %7,9'u şu an psikoterapi desteğine başvururken (n=35), %92,1'i psikoterapi desteği almadığını (n= 406) belirtmiştir. Katılımcıların %26,5'i geçmişte hayatının bir kısmında psikoterapi desteği almış (n=117), %73,5'i hayatlarında hiç psikoterapi desteği almamıştır (n=324). Katılımcılara yönelik sosyodemografik bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1 Katılımcılara Ait Sosyodemografik Bulgular

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	KADIN	283	64,2%
	ERKEK	156	35,4%
	Missing	2	0,5%
İlişki durumu	Romantik ilişki yok	156	35,4%
	Sevgili	146	33,1%
	Evliyim	135	30,6%
	Missing	4	0,9%
Çocuk sahibi olma durumu	var	94	21,3%
	yok	347	78,7%
Birlikte yaşadığı kişi(ler)	Yalnız	69	15,6%
	Eş/çekerdek aile	132	29,9%
	Ebeveyn(ler) ile	178	40,4%
	Arkadaş(lar) ile	30	6,8%
	Sevgili ile	11	2,5%
	Missing	21	4,8%
Eğitim durumu	İlkokul/Ortaokul/Lise	76	17,2%
	Üniversite	301	68,3%
	Yüksek Lisans/Doktora	64	14,5%
Psikiyatrik tanı	Evet	43	9,8%
	Hayır	398	90,2%
Geçmişte psikiyatrik tanı	Evet	66	15,0%
	Hayır	375	85,0%
İlaç kullanımı	Evet	30	6,8%
	Hayır	411	93,2%
Geçmişte ilaç kullanımı	Evet	91	20,6%
	Hayır	350	79,4%
Terapi alıyor mu?	Evet	35	7,9%
	Hayır	406	92,1%
Geçmişte terapi almış mı?	Evet	117	26,5%
	Hayır	324	73,5%

Katılımcıların Ölçeklere ait minimum-maksimum değerler, puan ortalaması ve standart sapma değeri tablo 2’de sunulmaktadır.

Tablo 2 Ölçeklere Ait Betimsel Bulgular

	Değişkenler	N	Ort.	SS
İlişkisi yok	Belirsizliğe tahammülsüzlük	156	40,94	9,919
	Mükemmeliyetçilik	156	188,01	37,726
	Obsesif-kompulsif belirtiler	156	13,83	6,361
Sevgili	İlişki doyumu	146	39,86	7,379
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	146	42,79	9,790
	Mükemmeliyetçilik	146	189,08	39,020
	Obsesif-kompulsif belirtiler	146	14,12	6,748
Evli	İlişki doyumu	135	36,81	9,662
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	135	40,32	11,184
	Mükemmeliyetçilik	135	177,41	40,605
	Obsesif-kompulsif belirtiler	135	12,78	5,731

Tablo 2’de de görüldüğü üzere araştırmaya katılan ve romantik ilişki içerisinde bulunduğunu ifade eden 280 kişinin doldurduğu 7’li likert tipi ölçekte alınabilecek en yüksek puan 49 alınabilecek en düşük puan 7’dir. Bu bilgiler ışığında katılımcıların ölçek skorları incelendiğinde çalışmadaki en yüksek puan 49 iken en düşük puan 8’dir. İlişki doyumu ölçeğinden sevgilisi olan grubun ölçek puanlarının ortalaması $39,86 \pm 7,379$ ve evli olan grubun ölçek puanlarının ortalaması ise $36,81 \pm 9,662$ şeklinde bulunmuştur. Ortalamaya bakıldığında katılımcıların genel olarak yüksek ilişki doyumu bildirdikleri göze çarpmaktadır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeğinden alınacak toplam puan 12-60 arasındayken ilişkisi olmayan grubun ölçek puanlarının ortalaması $40,94 \pm 9,919$, sevgilisi olan grubun ölçek puanlarının ortalaması $39,86 \pm 9,790$ ve evli olan grubun $40,32 \pm 11,184$ olarak bulunmuştur.

Mükemmeliyetçilik ölçeğinde puanlar arttıkça mükemmeliyetçilik düzeyi artmaktadır. Tablo 2’de görüldüğü üzere katılımcıların puanları 70-302 arasında bulunmaktadır. İlişkisi olmayan grubun ölçek puanlarının ortalaması $188,104 \pm 37,726$, sevgilisi olan grubun ölçek puanlarının ortalaması $189,08 \pm 39,020$ ve evli olan grubun $177,41 \pm 40,605$ olarak bulunmuştur.

Tablo 2’te görüldüğü üzere Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi 441 kişi tarafından doldurulmuştur. Ölçekten alınabilecek maksimum değer 37 minimum değer 0 iken, ilişkisi olmayan grubun ölçek puanlarının ortalaması $13,83 \pm 6,361$, sevgilisi olan grubun ölçek puanlarının ortalaması $14,12 \pm 6,748$ ve evli olan grubun $12,78 \pm 5,731$ olarak bulunmuştur.

3.2. İstatistiksel Karşılaştırmalar

Bu bölümde ilişki doyumu ölçeği, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği, çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği ve obsesif kompulsif soru listesinden alınan puanların ilişkisi olmayan, ilişkisi olan ve evli gruplar çerçevesinde demografik değişkenler ile farklılaşıp farklılaşmadığına bakılacaktır. Bölümde kullanılacak olan ilişki var tanımı sevgilisi olan bireyleri nitelemek için kullanılacaktır.

3.2.1. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İDÖ, ÇBMÖ, BTÖ, MOKBSL değerlerinin katılımcıların cinsiyetine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3 Ölçeklerden elde edilen skorların cinsiyet değişkeni bağlamında incelenmesi

		Değişkenler					
		Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	Sig
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Kadın	86	13,05	6,448	-1,614	,109
		Erkek	69	14,70	6,163		
	Mükemmeliyetçilik	Kadın	86	188,20	40,116	,189	,850
		Erkek	69	187,04	34,544		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Kadın	86	41,94	10,396	1,392	,166
		Erkek	69	39,71	9,291		
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Kadın	89	14,31	6,054	,419	,676
		Erkek	57	13,81	7,756		
	Mükemmeliyetçilik	Kadın	89	189,38	41,605	,123	,902
		Erkek	57	188,60	34,956		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Kadın	89	42,42	9,829	-,583	,561
		Erkek	57	43,39	9,787		
İlişki doyumu	Kadın	88	39,91	7,230	,108	,915	
	Erkek	57	39,77	7,667			
Evli	Obsesif-kompulsif belirtiler	Kadın	108	13,38	5,460	2,310	,022
		Erkek	26	10,54	6,313		
	Mükemmeliyetçilik	Kadın	108	177,47	40,761	-,150	,881
		Erkek	26	178,81	40,650		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Kadın	108	41,19	10,961	1,757	,081
		Erkek	26	36,92	11,805		
İlişki doyumu	Kadın	108	36,90	9,828	,151	,880	
	Erkek	26	36,58	9,305			

Tablo 3'te gösterildiği üzere İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların romantik ilişkisi olmayan, flört halinde olan ve evli olan gruplarda cinsiyet faktörü bağlamında farklılığını test etmek amacıyla bağımsız gruplarda t-test uygulanmış olup, sonuçlara göre; İlişki doyumu, Belirsizliğe tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif kompulsif belirtiler ile cinsiyet değişkeni ilişkisi olmayan ve flört halindeki katılımcılar arasında anlamlı bir farklılaşma göstermezken; Evli katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyi cinsiyetlere göre anlamlı farklılık göstermektedir ($t(132)=2,310$, $p<0.05$). Evli kadınların obsesif kompulsif belirti düzeyinin ortalamaları ($X=13,38$) evli erkek katılımcılardan ($X=10,54$) anlamlı düzeyde daha yüksektir

3.2.2. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların katılımcıların çocuk sahibi olma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4 Ölçeklerden elde edilen skorların çocuk sahibi olma değişkeni bağlamında incelenmesi

Değişkenler		Çocuk varlığı	N	Ort.	SS	t	Sig
Evli	Obsesif-kompulsif belirtiler	var	89	11,91	5,815	-2,494	,014
		yok	46	14,46	5,227		
	Mükemmeliyetçilik	var	89	174,16	40,213	-1,300	,196
		yok	46	183,72	41,058		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	var	89	39,36	11,369	-1,391	,167
		yok	46	42,17	10,694		
	İlişki doyumu	var	89	34,91	10,181	-3,651	,000
		yok	46	40,50	7,366		

Tablo 4'te gösterildiği üzere İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların romantik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan gruplarda çocuk sahibi olma bağlamında farklılığını test etmek amacıyla bağımsız gruplarda t-test uygulanmış olup, sonuçlara göre; sevgilisi olan ve ilişkisi olmayan grupta dağılım dengeli olmadığından bulgulara dahil edilmemiştir.

Evli katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyi, çocuğu olan ve olmayan gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmıştır ($t(133)=-2,494$, $p<0.05$). Çocuğu olmayan evli katılımcıların ($X=14,46$) obsesif kompulsif belirtilerinin ortalamaları çocuk sahibi olanlardan ($X=11,91$) daha yüksektir.

Evli katılımcıların ilişki doyumu, çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmıştır ($t(134)=-3,651$, $p<0.05$). Çocuk sahibi olmayan evli katılımcıların ilişki doyumlarının ortalamaları ($X=40,50$) çocuk sahibi olanlardan ($X=34,91$) anlamlı derecede yüksektir.

Tablo 4'te gösterildiği üzere ilişkisi olmayan kişilerin İDÖ, BTÖ, ÇBMÖ, MOKSL düzeyleri çocuk sahibi olma durumuna göre gruplar arası anlamlı fark bulunmamıştır. Sevgilisi olan kişilerin İDÖ, BTÖ, MOKSL düzeyleri çocuk sahibi olma durumuna göre gruplar arası anlamlı fark bulunmamıştır.

3.2.3. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Güncel Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İDÖ, ÇBMÖ, BTÖ, MOKBSL değerlerinin katılımcıların psikiyatrik tanıya sahip olma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 5'de sunulmuştur.

Tablo 5 Ölçeklerden elde edilen skorların güncel psikiyatrik tanıya sahip olma bağlamında incelenmesi

	Değişkenler	Güncel psikiyatrik tanı	N	Ort.	SS	t	Sig
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	20	17,85	6,945	3,113	,002
		Hayır	136	13,24	6,076		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	20	208,80	49,794	2,068	,051
		Hayır	136	184,96	34,810		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	20	46,65	11,334	2,817	,005
		Hayır	136	40,10	9,452		
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	11	15,55	5,837	,729	,467
		Hayır	135	14,00	6,823		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	11	198,27	39,464	,812	,418
		Hayır	135	188,33	39,036		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	11	45,64	9,157	1,001	,318
		Hayır	135	42,56	9,836		
İlişki doyumu	Evet	11	38,09	7,930	-,824	,411	
	Hayır	134	40,00	7,344			
Evli	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	12	13,25	7,325	,298	,766
		Hayır	123	12,73	5,587		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	12	184,08	44,692	,595	,553
		Hayır	123	176,76	40,324		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	12	43,42	11,681	1,005	,317
		Hayır	123	40,02	11,138		
İlişki doyumu	Evet	12	31,75	9,725	-1,921	,057	
	Hayır	123	37,31	9,552			

Tablo 5'te gösterildiği üzere İDÖ, BTÖ, ÇBMÖ, MOKSL düzeylerinin romantik ilişkisi olmayan, flört halinde olan ve evli olan gruplarda psikiyatrik tanı varlığı bağlamında farklılığını test etmek amacıyla bağımsız gruplarda t-test uygulanmış olup, sonuçlara göre;

İlişkisi olmayan katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyi($t(154)=3,113$, $p<0.05$) ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($t(154)=3,113$, $p<0.05$) psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmıştır, mükemmeliyetçilik düzeyleri ise psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır ($t(154)=2,068$, $p>0.05$). İlişkisi olmayan ve şu an psikiyatrik tanıya sahip olan bireylerin obsesif kompulsif belirti düzeylerinin ortalamaları ($X=17,85$), psikiyatrik tanıya sahip olmayanlardan($X=13,24$) daha yüksektir. İlişkisi olmayan ve şu an psikiyatrik tanıya sahip olan bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin ortalamaları ($X=46,65$), psikiyatrik tanıya sahip olmayanlardan($X=40,10$) daha yüksektir.

Sevgilisi olan ve evli katılımcıların obsesif kompulsif belirti, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu düzeyleri psikiyatrik tanıya sahip olan ve olmayan gruplar arasında farklılaşmamıştır (Tablo 5).

3.2.4. İlişki Doymu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmiş Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İDÖ, ÇBMÖ, BTÖ, MOKBSL değerlerinin katılımcıların geçmişte psikiyatrik tanıya sahip olma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte psikiyatrik tanı varlığı bağlamında incelenmesi

	Değişkenler	Geçmiş psikiyatrik tanı				t	Sig
			N	Ort.	SS		
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	24	16,92	7,199	2,636	,009
		Hayır	132	13,27	6,059		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	24	202,38	40,999	2,048	,042
		Hayır	132	185,40	36,663		
İlişkisi yok	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	24	43,13	9,962	1,173	,242
		Hayır	132	40,55	9,897		
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	21	17,29	4,628	3,126	,003
		Hayır	125	13,58	6,914		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	21	201,10	31,209	1,533	,128
		Hayır	125	187,06	39,934		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	21	44,67	9,404	,947	,345
		Hayır	125	42,48	9,855		
İlişki doyumu	Evet	20	38,45	8,313	-,917	,361	
	Hayır	125	40,08	7,230			
Evli	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	20	13,65	4,749	,736	,463
		Hayır	115	12,63	5,890		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	20	189,35	42,620	1,430	,155
		Hayır	115	175,34	40,074		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	20	42,15	8,210	,792	,430
		Hayır	115	40,00	11,623		
İlişki doyumu	Evet	20	33,65	9,155	-1,596	,113	
	Hayır	115	37,37	9,680			

İlişkisi olmayan katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyi($t(154)=2,636$, $p<0.05$) ve mükemmeliyetçilik düzeyi ($t(154)=2,048$, $p<0.05$) geçmiş psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmıştır, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ise psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır ($t(154)=1,173$, $p>0.05$).

Sevgilisi olan katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyi($t(154)=3,126$, $p<0.05$) geçmiş psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmıştır, mükemmeliyetçilik, ilişki doyumu ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ise psikiyatrik tanı bağlamında gruplar arası anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır (Tablo 9).

Evli katılımcıların obsesif kompulsif belirti, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu düzeyleri geçmişte psikiyatrik tanıya sahip olan ve olmayan gruplar arasında farklılaşmamıştır (Tablo 6).

3.2.5. İlişki Doymu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İlişki Doymu Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların katılımcıların psikiyatrik ilaç kullanma durumuna göre ortalamaları ve bu

ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7 Ölçeklerden elde edilen skorların psikiyatrik ilaç kullanım bağlamında incelenmesi

	Değişkenler	Psikiyatrik ilaç kullanım			t	Sig	
		N	Ort.	SS			
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	13	16,08	6,788	1,335	,184
		Hayır	143	13,62			
	Mükemmeliyetçilik	Evet	13	195,7	55,753	,537	,600
		Hayır	143	187,3			
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	13	45,62	12,231	1,787	,076
		Hayır	143	40,52			
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	7	16,57	9,396	,986	,326
		Hayır	139	13,99			
	Mükemmeliyetçilik	Evet	7	199,0	35,431	,688	,492
		Hayır	139	188,5			
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	7	39,00	14,248	-1,051	,295
		Hayır	139	42,99			
İlişki doyumu	Evet	7	39,43	9,431	-,156	,876	
	Hayır	138	39,88				7,302
Evlü	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	10	12,80	6,746	,013	,990
		Hayır	125	12,78			
	Mükemmeliyetçilik	Evet	10	195,1	41,024	1,437	,153
		Hayır	125	176,0			
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	10	42,00	9,741	,493	,623
		Hayır	125	40,18			
İlişki doyumu	Evet	10	30,70	9,684	-2,106	,037	
	Hayır	125	37,30				9,530

Tablo 7’ye bakıldığında ilişkisi olmayan ve sevgilisi olan katılımcıların obsesif kompulsif belirti, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu düzeyleri aktif psikiyatrik ilaç kullanan ve kullanmayan gruplar arasında farklılaşmadığı bulunmuştur. Evli katılımcıların ilişki doyumu düzeyleri aktif psikiyatrik ilaç kullanan ve kullanmayan grupların ortalamaları açısından anlamlı farklılığa sahipken ($t(133)=-2,106, p<0.05$), obsesif kompulsif belirtiler, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin grup ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 7).

3.2.6. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İDÖ, ÇBMÖ, BTÖ, MOKBSL değerlerinin katılımcıların geçmişte psikiyatrik ilaç kullanma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte psikiyatrik ilaç kullanım bağlamında incelenmesi

	Değişkenler	Geçmişte ilaç kullanımı			t	Sig
		N	Ort.	SS		
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	31	15,77	1,662	,104
		Hayır	125	13,34		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	31	198,06	1,667	,098
		Hayır	125	185,52		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	31	43,52	1,623	,107
		Hayır	125	40,30		
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	32	17,25	3,057	,003
		Hayır	114	13,24		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	32	203,78	2,454	,015
		Hayır	114	184,95		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	32	45,56	1,824	,070
		Hayır	114	42,02		
İlişki doyumu	Evet	31	38,45	-1,196	,234	
	Hayır	114	40,24			
Evlü	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	27	14,00	1,530	,132
		Hayır	108	12,47		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	27	189,11	1,685	,094
		Hayır	108	174,49		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	27	41,52	,622	,535
		Hayır	108	40,02		
İlişki doyumu	Evet	27	33,52	-2,004	,047	
	Hayır	108	37,64			

Tablo 8'e bakıldığında ilişkisi olmayan katılımcıların obsesif kompulsif belirti, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu düzeyleri geçmişte psikiyatrik ilaç kullanan ve kullanmayan gruplar arasında farklılaşmadığı bulunmuştur.

Sevgilisi olan katılımcıların obsesif kompulsif belirtiler ($t(144)=3,057, p<0.05$) ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin ($t(144)=2,454, p<0.05$) geçmişte psikiyatrik ilaç kullanan ve kullanmayan grupların ortalamaları açısından anlamlı farklılığa sahipken, belirsizliğe tahammülsüzlük ve ilişki doyum düzeylerinin grup ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 8).

Evlü olan katılımcıların ilişki doyumu düzeyi geçmişte psikiyatrik ilaç kullanan ve kullanmayan grupların ortalamaları açısından anlamlı farklılığa sahipken, obsesif kompulsif belirtiler, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin grup ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 8).

3.2.7. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların katılımcıların psikoterapi alma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9 Ölçeklerden elde edilen skorların terapi alma bağlamında incelenmesi

Değişkenler	Terapi alma durumu	Terapi alma durumu					
		N	Ort.	SS	t	Sig	
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	10	14,50	6,553	,987	,325
		Hayır	125	12,64	5,667		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	10	200,40	39,246	1,878	,063
		Hayır	125	175,58	40,298		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	10	39,30	10,100	-,298	,766
		Hayır	125	40,40	11,299		
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	10	31,60	10,480	-1,788	,076
		Hayır	125	37,23	9,516		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	11	191,45	31,845	,210	,834
		Hayır	135	188,88	39,641		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	11	48,45	9,070	2,015	,046
		Hayır	135	42,33	9,733		
İlişki doyumu	Evet	11	39,27	6,604	-,271	,786	
	Hayır	134	39,90	7,459			
Evlü	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	10	14,50	6,553	,987	,325
		Hayır	125	12,64	5,667		
	Mükemmeliyetçilik	Evet	10	200,40	39,246	1,878	,063
		Hayır	125	175,58	40,298		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	10	39,30	10,100	-,298	,766
		Hayır	125	40,40	11,299		
İlişki doyumu	Evet	10	31,60	10,480	-1,788	,076	
	Hayır	125	37,23	9,516			

Tablo 9'a bakıldığında ilişkisi olmayan ve katılımcıların obsesif kompulsif belirti, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve ilişki doyumu düzeyleri terapi alan ve almayan gruplar arasında farklılaşmadığı bulunmuştur.

Sevgilisi olan grubun obsesif kompulsif belirti düzeylerinin ortalamaları psikoterapi alan ve almayan grubun puan ortalamaları zayıf düzeyde anlamlı farklılaşmaktadır ($t(144) = ,210, p < 0.05$).

3.2.8. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların katılımcıların geçmişte psikoterapi alma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını görebilmek amacıyla bağımsız gruplarda t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10 Ölçeklerden elde edilen skorların geçmişte terapi alma bağlamında incelenmesi

	Değişkenler	Geçmişte terapi alma		N	Ort.	SS	Lower	Upper	t	Sig
İlişkisi yok	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	51	14,55	6,503	-1,072	3,218	,988	,325	
		Hayır	105	13,48	6,293					
	Mükemmeliyetçilik	Evet	51	192,90	41,423	-5,445	19,973	1,129	,261	
		Hayır	105	185,64	35,761					
Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	51	43,65	10,129	,725	7,312	2,410	,017		
	Hayır	105	39,63	9,590						
Sevgili	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	30	16,33	7,232	,088	5,493	2,041	,043	
		Hayır	116	13,54	6,528					
	Mükemmeliyetçilik	Evet	30	201,87	43,653	,470	31,728	2,036	,044	
		Hayır	116	185,77	37,223					
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	30	43,57	11,575	-3,646	5,590	,426	,673	
		Hayır	116	42,59	9,320					
İlişki doyumu	Evet	30	37,90	7,540	-5,438	,508	-1,639	,103		
	Hayır	115	40,37	7,283						
Evli	Obsesif-kompulsif belirtiler	Evet	36	13,31	4,810	-1,491	2,931	,644	,521	
		Hayır	99	12,59	6,042					
	Mükemmeliyetçilik	Evet	36	177,89	38,533	-15,043	16,336	,081	,935	
		Hayır	99	177,24	41,522					
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Evet	36	40,03	10,880	-4,718	3,925	-,181	,856	
		Hayır	99	40,42	11,345					
İlişki doyumu	Evet	36	34,03	7,898	-7,477	-,124	-2,045	,043		
	Hayır	99	37,83	10,074						

İlişkisi olmayan katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin ortalamaları geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı derecede farklılaşmıştır ($t(154)=2,410, p<0.05$). Buna göre geçmişte terapi almış olan ve şu an bir romantik ilişki içerisinde olmayan bireyler daha yoğun belirsizliğe tahammülsüzlük yaşamaktadırlar. İlişkisi olmayan katılımcıların obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçilik düzeyleri geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı farklılaşmamaktadır.

İlişkisi olan katılımcıların obsesif kompulsif belirtilerinin ortalamaları geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı düzeyde farklılaşmışlardır ($t(145)=2,041, p<0.05$). İlişkisi olan grubun mükemmeliyetçilik düzeyleri için geçmişte terapi alanların ortalamaları almayanların ortalamalarından düşük düzeyde farklı ve yüksektir ($t(145)=2,036, p<0.05$). İlişkisi olan katılımcıların ilişki doyumu, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Evli katılımcıların ilişki doyumu ortalamaları geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı düzeyde farklılaşmışlardır ($t(134)=-2,045, p<0.05$). evli katılımcıların obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri geçmişte terapi alan ve almayan gruplarda anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

3.2.9. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin İlişki Durumuna Göre Farklılaşmasına Ait Bulgular

İlişki Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesinden alınan puanların ilişki durumu bağlamına göre farklılaşıp farklılaşmadığını görebilmek amacıyla t-test uygulanmıştır. Buna göre;

Obsesif kompulsif belirtiler ile ilişki durumu arasındaki ilişkiyi incelemek için tek yönlü ANOVA uygulandığında katılımcıların ilişki durumu bağlamında kıyaslandığında ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F(438)=1,736$, $p>0.05$). Mükemmeliyetçilik ile ilişki durumu arasındaki ilişkiyi incelemek için tek yönlü ANOVA uygulandığında katılımcıların ilişki durumu bağlamında kıyaslandığında ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir ($F(438)=3,802$, $p<0.05$). Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki durumu arasındaki ilişkiyi incelemek için tek yönlü ANOVA uygulandığında katılımcıların ilişki durumu bağlamında kıyaslandığında ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F(438)=2,241$, $p>0.05$). İlişki doyumu ile ilişki durumu arasındaki ilişkiyi incelemek için tek yönlü ANOVA uygulandığında katılımcıların ilişki durumu bağlamında kıyaslandığında ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir ($F(438)=8,828$, $p<0.05$).

Tablo 11 Değişkenlerin ilişki durumu bağlamında incelenmesi

Değişkenler	Gruplar	N	Ort.	SS	t	Sig.
Obsesif-kompulsif belirtiler	Romantik ilişkisi var	146	14,12	6,748	1,797	,073
	Evli	135	12,78	5,731		
Mükemmeliyetçilik	Romantik ilişkisi var	146	189,08	39,020	2,454	,015
	Evli	135	177,41	40,605		
Belirsizliğe tahammülsüzlük	Romantik ilişkisi var	146	42,79	9,790	1,968	,050
	Evli	135	40,32	11,184		
İlişki doyumu	Romantik ilişkisi var	146	39,86	7,379	2,943	,004
	Evli	135	36,81	9,662		

T-test sonucunda mükemmeliyetçilik düzeyinin ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüş bu farklılaştırmayı anlamlandırmak adına Tukey testi uygulanmıştır.

Tablo 12 Mükemmeliyetçiliğin İlişki Durumu Bağlamında Tukey Testi

İlişki durumu	İlişki durumu	Mean Difference	Std. Error	95% Confidence Interval		Sig.
				Lower Bound	Upper Bound	
Romantik ilişkim yok	Sevgili	-1,063	4,498	-11,64	9,52	,970
	Evliyim	10,598	4,592	-,20	21,40	,056
Sevgili	Romantik ilişkim yok	1,063	4,498	-9,52	11,64	,970
	Evliyim	11,661*	4,664	,69	22,63	,034
Evliyim	Romantik ilişkim yok	-10,598	4,592	-21,40	,20	,056
	Sevgili	-11,661*	4,664	-22,63	-,69	,034

Tablo 12'deki bulgulara göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin evli grup ile sevgili olan grubun birbirinden anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Tablo12'de gördüğümüz farklılaşmanın sebebini görebilmek için gruplar ortalaması tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13 Mükemmeliyetçilik Düzeyinin İlişki Durumlarına Göre Ortalamaları

	N	Or.	SS	Std. Hata	Lower Bound	Upper Bound	Min	Maks.
Romantik ilişkim yok	156	188,01	37,726	3,020	182,05	193,98	85	302
Sevgili	146	189,08	39,020	3,229	182,69	195,46	70	293
Evli	135	177,41	40,605	3,495	170,50	184,33	80	282
Total	437	185,09	39,315	1,881	181,40	188,79	70	302

Tablo 13'e göre Sevgili olan katılımcıların evli katılımcılardan daha yüksek mükemmeliyetçilik düzeyi belirttikleri bulunmuştur.

Tablo 14 İlişki Doyumunun Evli ve Sevgili Olmak Bağlamında İncelenmesi

Bağımlı Değişken	İlişki durumu	N	Ort.	SS	Std. Error Mean	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper	t	Sig
İlişki doyumu	sevgili	145	39,86	7,379	,613						
	evli	135	36,81	9,662	,832	3,040	1,033	1,006	5,075	2,943	,004

Tablo 14'teki bulgulara bakıldığında ilişki doyumunun ilişki durumuna göre anlamlı derecede farklılaştığını görüyoruz ($t(279)=2,943$), $p<0.05$). Buna göre sevgililik aşamasında olan katılımcıların evli olan katılımcılardan daha yüksek ilişki doyumu bildirdikleri bulunmuştur.

3.2.10. İlişki Doyumu, Obsesif Kompulsif Belirtiler, Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, İlişki Süresi ve Yaş Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki doyumu, ilişki süresi ve yaş arasındaki ilişkiyi, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan üç grup kendi içinde değerlendirilerek tespit edebilmek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15 Obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişki doyumu, ilişki süresi ve yaş arasındaki ilişki için korelasyon analizi

Değişkenler		Yaş	Obsesif-	Mükemmeliyetçilik	Belirsizliğe	İlişki	İlişki	
			kompulsif belirtiler		tahammülsüzlük			süresi
İlişkisi yok	Yaş	Pearson r	1	-,192*	-,081	-,068		
		p		,017	,315	,399		
		n		156	156	156		
	Obsesif-kompulsif belirtiler	Pearson r		1	,449**	,518**		
		p			,000	,000		
		n			156	156		
	Mükemmeliyetçilik	Pearson r			1	,574**		
		p				,000		
		n				156		
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Pearson r				1		
		p						
		n						
Sevgili	Yaş	Pearson r	1	,054	-,001	,289**	,068	-,137
		p		,518	,989	,000	,416	,101
		n		146	146	146	144	145
	Obsesif-kompulsif belirtiler	Pearson r		1	,434**	,574**	-,055	-,142
		p			,000	,000	,516	,089
		n			146	146	144	145
	Mükemmeliyetçilik	Pearson r			1	,431**	-,091	-,055
		p				,000	,277	,513
		n				146	144	145
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Pearson r				1	-,081	-,140
		p					,334	,093
		n					144	145
	İlişki süresi(ay olarak)	Pearson r					1	,167*
		p						,046
		n						143
	İlişki doyumu	Pearson r						1
		p						
		n						
Evli	Yaş	Pearson r	1	-,240**	-,169	-,163	,370**	-,194*
		p		,005	,051	,059	,000	,024
		n		135	135	135	129	135
	Obsesif-kompulsif belirtiler	Pearson r		1	,436**	,519**	-,128	,038
		p			,000	,000	,147	,658
		n			135	135	129	135
	Mükemmeliyetçilik	Pearson r			1	,493**	-,068	-,057
		p				,000	,442	,513
		n				135	129	135
	Belirsizliğe tahammülsüzlük	Pearson r				1	-,006	-,074
		p					,947	,394
		n					129	135
	İlişki süresi(ay olarak)	Pearson r					1	-,203*
		p						,021
		n						129
	İlişki doyumu	Pearson r						1
		p						
		n						

*Korelasyon p<0.05 düzeyde anlamlıdır.

**Korelasyon p<0.01 düzeyde anlamlıdır.

İlişkisi olmayan katılımcılardan oluşan grupta; yaş ile obsesif kompulsif belirtiler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-,192$, $p<0.05$). Yani katılımcıların yaşları ve obsesif kompulsif belirtilerinden biri azalırken diğeri artarak hareket etmektedir. Yaş ile belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=-,068$, $p>0.05$) ve mükemmeliyetçilik ($r=-,081$, $p>0.05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. İlişkisi

olmayan katılımcıların obsesif kompulsif belirtileri ile mükemmeliyetçilik ($r=,449$, $p<0.01$) ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,518$, $p<0.01$) düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı düzeyde güçlü bir ilişki bulunmuştur. Yani obsesif kompulsif belirtileri ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri birlikte artıp azalma göstermektedir. Mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında da pozitif yönde anlamlı ve güçlü bir ilişki bulunmuştur ($r=,574$, $p<0.01$).

Sevgilisi olan katılımcılardan oluşan grupta yaş ile obsesif kompulsif belirtiler ($r=,054$, $p>0.05$), mükemmeliyetçilik ($r=-,001$, $p>0.05$), ilişki süresi ($r=,068$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,137$, $p>0.05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,574$, $p<0.01$) ile pozitif yönde anlamlı güçlü bir ilişki bulunmuştur. Yani sevgilisi olan katılımcıların yaşları ile belirsizliğe tahammülsüzlük seviyeleri aynı yönde artıp azalmaktadır. Sevgilisi olan katılımcılardan oluşan grupta obsesif kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ($r=,434$, $p<0.01$) ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,574$, $p<0.01$) arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunurken; ilişki süresi ($r=-,055$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,142$, $p>0.05$) ile arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır. Mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,431$, $p>0.01$) arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunurken; ilişki süresi ($r=-,091$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,055$, $p>0.05$) ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki süresi ($r=-,081$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,140$, $p>0.05$) arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sevgili olan katılımcılardan oluşan grupta ilişki süresi ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=,167$, $p<0.05$).

Evli olan katılımcılardan oluşan grupta yaş ile obsesif kompulsif belirtiler ($r=-,240$, $p<0.05$), ilişki süresi ($r=,370$, $p<0.01$) ve ilişki doyumu ($r=-,194$, $p<0.05$) arasında anlamlı ilişki bulunurken; mükemmeliyetçilik ($r=-,169$, $p>0.05$) ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=-,163$, $p>0.05$) ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna göre yaş arttıkça obsesif kompulsif belirtiler ve ilişki doyumu artmakta, yaş azaldıkça obsesif kompulsif belirtiler ve ilişki doyumu artmaktadır. Yaş ile ilişki süresi aynı yönde artıp azalma göstermektedir. Obsesif kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ($r=,436$, $p<0.01$) ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,519$, $p<0.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuşken; ilişki süresi ($r=-,128$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=,038$, $p>0.05$) ile arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük ($r=,493$, $p<0.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuşken; ilişki süresi ($r=-,068$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,057$, $p>0.05$) ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişki süresi ($r=-,006$, $p>0.05$) ve ilişki doyumu ($r=-,074$, $p>0.05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Evli olan katılımcılardan oluşan grupta ilişki doyumu ve ilişki süresi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-,203$, $p<0.01$). Yani evli katılımcıların ilişki süreleri uzadıkça ilişki doyumlarının düştüğü, ilişki süreleri kıaldıkça daha yüksek ilişki doyumu bildirdikleri bulunmuştur.

Tablo 16 İlişki Doyumunun Yordayıcısı Yaş ve İlişki Süresi

Bağımsız değişken	Bağımlı değişken	B	Std. Hata	Beta	t	Sig.	R	R kare	F	Sig.
İlişki doyumu	Yaş	-,386	,114	-,228	-3,390	,001				
	İlişki süresi	-,010	,010	-,072	-1,063	,289	,270 ^a	,073	10,607	

Sevgilisi olan ve evli olan grupların ilişki doyumu ile korelasyonu olan ilişki süresi ve yaş değişkenleri için regresyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olduğundan kurulan regresyon modeli anlamlıdır. İlişkinin yordanmasına yönelik yapılan regresyon analizine göre yaşın ve ilişki süresinin ilişki doyumunu negatif ve zayıf düzeyde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Modelin açıklanma gücü olarak ifade edilen r^2 değeri ,073 olarak hesaplanmıştır ($R = ,270$; $R^2 = ,073$; $p < 0.05$). bu değer ilişki doyumu değişkeninin (varyansının) %7,3'ünün modeldeki bağımsız değişken yani yaş tarafından açıklandığını göstermektedir. Regresyon modeline dahil edilen bağımsız değişkenin Beta katsayısı= -,226'dır ($p < 0.05$). Buna göre yaş $p < 0.05$ olduğundan, ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Regresyon modeline dahil edilen bağımsız değişken beta katsayısı=-,180'dir ($p < 0.05$). Buna göre ilişki süresi $p < 0.05$ olduğundan ilişki doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir.

4. TARTIŞMA

Araştırmanın asıl amacı ilişki doyumu, obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amacın yanı sıra değişkenlerin cinsiyet, ilişki durumu, yaş, ilişki süresi, psikiyatrik ilaç kullanımı vb. ile olan ilişkilerinin ve bu değişkenler bağlamında olası farklılıkları incelemek bir diğer amacımızdır.

Bu amaçlar doğrultusunda ilk bölümde ilgili konuya ilişkin kavramsal temele ilişkin bilgilere yer verilmiş, ikinci bölümde çalışmanın yol haritası ve veri toplama araçları aktarılmış, üçüncü bölümde çalışmadan elde edilen verilerin istatistiksel sonuçları sunulmuş ve açıklanmıştır. Bu kısımda ise elde edilen bulguların yorumlamasına yer verilecektir ardından araştırmanın sınırlılıkları ve gelecekte benzer çalışma yapacak kişilerin göz önünde bulundurabileceği önemli noktalara değinilecektir.

Araştırmanın ilk aşamasında romantik ilişki doyumu, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, mükemmeliyetçilik düzeyi ve obsesif kompulsif belirtiler için sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir.

4.1. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Cinsiyet Farklılıkları

İlişki doyumu, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, mükemmeliyetçilik düzeyi ve obsesif kompulsif belirtiler için sosyodemografik değişken olan cinsiyet grupları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir.

İlişki doyumu, için cinsiyet bağlamında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. İlişki doyumunun cinsiyete göre farklılaşmasıyla ilgili her iki görüşe yönelik de bulguların olması sebebiyle hala net bir sonuca ulaşılamamaktadır. Bazı çalışmalar ataerki toplumlarda erkeklerin ilişkideki baskınlıkları sebebiyle daha yüksek ilişki doyumu yaşadıklarını belirtirken (Beştav, 2007), bazı çalışmalar her iki cinsiyetteki bireyinde ilişki gelişiminin aynı olması sebebiyle cinsiyete yönelik bir farklılaşma olmadığını ifade etmektedir (Yavuz, 2018).

Mükemmeliyetçilik için cinsiyet bağlamında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi için cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Benzer şekilde Geçkin ve Sahranç (2017), Uzun (2019), Tantan Ulu (2019), Kasap (2020), Khojazada (2019), Belge (2019) tarafından yapılan çalışmalarda da belirsizliğe tahammülsüzlüğün cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını görülmüştür. Bununla birlikte oldukça az sayıda olsa da çalışmamızın aksine yönelik bulgular da alanyazında mevcuttur; “belirsizlik stres verici ve üzücüdür” alt boyutunun kadınlarda erkeklere oranla farklılaştığı ancak yine diğer alt boyutların farklılaşmadığı bir çalışma Sarı (2007) tarafından yapılmış ancak örneklemden kadın ve erkek dağılımının eşit olmaması sebebiyle bulgunun geçerliliğinden emin olunmadığı belirtilmiştir. Karataş ve Uzun (2018) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ise kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Alanyazındaki çalışmaların büyük çoğunluğunun belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin cinsiyetler arası anlamlı farklılaşmadığından oluşmasına rağmen az sayıda da olsa aksi

bulgular mevcut olması sebebiyle cinsiyet faktörü bu çalışmaya dahil edilmiş ve anlamlı farklılığın olmadığı görüşü desteklenmiştir.

Obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyet bağlamındaki farklılaşması incelendiğinde sadece evli kadın bireylerin obsesif kompulsif belirtilerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur, diğer gruplarda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Değerlendirme esnasında evli kadın ve erkek bireylerin gruplarının dağılımlarının dengeli olmadığı göz önünde bulundurulmalıdır. Obsesif kompulsif belirtiler ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen geçmiş çalışmalar ile (Adaköy, 2019; Türksöy, Tükel, Özdemir, 2000) uyumlu bir sonuca ulaşılmıştır.

Geçmiş çalışmalardan zaten biliyoruz ki kadınlar erkeklerden 1.5 kat daha fazla obsesif kompulsif bozukluk tanısı almaktadır (Jacobi ve ark.,2004; Torres ve ark., 2006). Geçmiş çalışmalar sayesinde obsesif kompulsif bozukluğun kadınlarda daha fazla olduğunu bilmemize ek olarak bu çalışma sayesinde belirtilerin evli olan katılımcılarda, romantik ilişkisi olmayan ve sevgilisi olan gruplardan da anlamlı derecede farklılaştığını ve ortalamalarının yüksek olduğu görülmüş oldu. Ancak evli kadın katılımcılar 108, evli erkek katılımcılar 26 kişidir bu fark neredeyse üç kat fazla olduğundan hata payımız yüksektir bu da bulgunun güvenilirliğini düşürmektedir. Yine de çalışmamızın amacı psikolojik rahatsızlıklar için önleme çalışmalarına ışık olmaktadır ki bu bulgu evlilikteki obsesyon ve kompulsyonları ortaya çıkaran faktörleri incelememize bir işaret olacağını düşündürmektedir. Bu bulgular ışığında Obsesif kompulsif belirtilerin cinsiyet bağlamında farklılaşmasının ilişki durumuyla ne gibi bir ilişkisi olabileceğine yönelik daha çok araştırmaya yer verildiği takdirde gerçekçi sonuçlara ulaşılabileceği düşünülmektedir.

4.2. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Çocuk Sahibi Olup-Olmama Farklılıkları

Yapılan analizler sonucuna göre; katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyinin çocuk sahibi olup olmamaya göre farklılaşmasını ilişki durumu bağlamında ele aldığımız çalışmada, obsesif kompulsif belirtilerin çocuk sahibi olma durumuna göre evli olan gruplarda anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır. Çocuk sahibi olmayan evli katılımcıların obsesif kompulsif belirtileri çocuğu olan katılımcılardan daha yüksektir. Covid-19 pandemisinde obsesif kompulsif belirtilerin sıklığının araştırıldığı çalışmalarda sağlıklı bireylerde %14,5 (Fontenelle ve ark., 2021), hamile kadınlarda ise %31 (Okur ve Demirel, 2020) oranında bildirilen görülme sıklığı çalışmamızla uyumlu bir bulgudur. Bu sonuca etki eden faktörlerin günlük yaşam içerisinde çocuğa ayrılan vakit, çocuğa yönelik oluşan kaygılar, çocuğun öngörülemez davranışları sebebiyle obsesyonlara yönelik kompulsyonların kontrol edilemezliği olabileceği düşünülebilir. Obsesif kompulsif bozukluğun temelinde kontrol edilemez obsesyonların ve bu obsesyonlardan kurtulmak amacıyla yapılan kompulsyonlar olduğuna göre yoğun meşgulliyet sayesinde odak değiştirilerek obsesif kompulsif bozukluktan korunmanın mümkün olabileceği akla gelebilir.

Katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri için hiçbir ilişki durumu grubunda çocuk sahibi olup olmamaya göre ortalamalarında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu bulgunun aksine Suriyeli kadınlarla yapılan bir çalışmada birliktelik duygusu ya da çocuğun sahibi olmanın sorumlulukları sebebiyle evli kadınların belirsizlik

toleranslarının, ilişkisi olmayan kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır (Uzunlaşan, İ., Serpen, A., S., 2019)

Katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeyinin çocuk sahibi olup olmamaya göre farklılaşmasını ilişki durumu bağlamında ele aldığımız çalışmada çocuk sahibi olma durumuna göre evli olan katılımcılarda anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır. Buna göre sevgilisi olan ve çocuğu olmayan katılımcıların hayatlarına baktığımızda hem evli bireylerden hem de çocuğu olan bireylerden farklılaştıkları nokta kendileri haricindekilerin sorumluluklarını görece daha az aldıkları denebilir, bu sebeple kendilerine ve kendilerini gerçekleştirmeye ayırdıkları zaman da oldukça fazla olacaktır. Evli olan bireylere ya da çocuğu olan bireylere göre mükemmeliyetçilik düzeyinin daha fazla oluyor oluşu bu şekilde açıklanabilir.

Katılımcıların ilişki doyumu düzeyi ortalamalarının çocuk sahibi olup olmama durumunda farklılaşmasını ilişki durumu bağlamında ele aldığımız çalışmada evli katılımcıların ortalamaların anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Buna göre çocuk sahibi olmayan evli katılımcıların ilişki doyumları çocuk sahibi olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Bu durum bize romantik ilişki doyumunu etkileyen çevresel faktörlere örnek oluşturabilecek bir sonuçtur. Evlilik ilişkisinin gerektirdiği sorumlulukların yanı sıra çocuğa dair sorumlulukların da devreye girmesiyle birlikte ilişkide meydana gelebilecek problem olasılığının artması beklenmektedir. Bu problemlerin hem sorumlulukların artmasıyla oluşacak yorgunluklar ve tahammülsüzlükler hem de partnerler arasında ebeveynlik tutumlarındaki uyumsuzluklar nedeniyle oluşabileceği tahmin edilir.

4.3. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtiler Açısından Güncel Psikiyatrik Tanıya Sahip Olup-Olmama Farklılıkları

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları ilişkisi olmayan grup için güncel psikiyatrik tanıya sahip olup olmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Ancak tanısı olan ve olmayan grupların dengeli dağılmıyor oluşu analiz için hata payı ihtimalini yükseltmekte, her ne kadar anlamlı sonuç elde edilse de tam olarak güvenilir bir sonuç olarak değerlendirilememiştir. Bu bulgunun ışığında grupların daha dengeli dağıldığı başka çalışmalara yer verilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları ilişkisi olmayan grup için güncel psikiyatrik tanıya sahip olup olmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. İlişkisi olmayan ve şu an psikiyatrik tanıya sahip olan bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri psikiyatrik tanısı olmayanlardan daha fazladır. Obsesif kompulsif belirtiler ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyindeki farklılaşmaya göre; belirtilerin ilişkisi olmayan grupta anlamlı farklılaşıp evli olan ve sevgilisi olan katılımcılarda farklılaşmaması bireyin yakın ilişki içerisinde olmasının koruyucu faktörüne işaret edebilmektedir. Bireyler yakın ilişkilerindeki destek ve uyum sayesinde psikolojik sağlamlıklarını arttırarak psikiyatrik bozukluklara karşı dirençli hale gelebilirler.

4.4. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmiş Psikiyatrik Tanı Varlığına Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları geçmişte psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından ilişkisi olmayan ve sevgilisi olan gruplarda anlamlı düzeyde farklılaşmış, evli olan grupta farklılaşmamıştır. İlişkisi olmayan ve sevgilisi olan grupta geçmişte psikiyatrik tanıya sahip olan katılımcıların obsesif kompulsif belirti düzeyleri de daha yüksek bulunmuştur. Evli olan bireyler de anlamlı farklılığa ulaşmamış olmak evlilikteki uyum ve destek ile bu sürecin dengelenebileceğini düşündürürken sevgilisi olan bireyler de bu dengelemenin olmayışının ilişki süresi, geleceğe dair endişeler, ilişkinin ciddiyeti gibi ilişki dinamikleriyle alakalı olabileceğini düşündürmektedir. Ancak yine de konuyla ilgili daha fazla spesifik araştırmalara yer verilebilir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları geçmişte psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları geçmişte psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından ilişkisi olmayan grupta anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Geçmişte psikiyatrik ilaç kullanan ilişkisi olmayan katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeyleri, geçmişte ilaç kullanmayanlardan daha fazladır. Buna göre çift taraflı etkileşimi göz önünde bulundurursak, ilişkisi olmayan bireylerin yakın ilişkideki destekten mahrum olmaları sebebiyle duygusal zorluklara daha açık olmaları beklenebilir, bu duygusal zorluklarla mücadele edememek mükemmeliyetçilikte artış ya da psikiyatrik ilaca başvurma ile sonuçlanabilir. Bir diğer uç ise mükemmeliyetçilik düzeyinin yüksek olduğu bireyler daha eleştirel ve yüksek beklentilere sahip olduklarından romantik ilişkiye başlayamamaktadırlar.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları geçmişte psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

4.5. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından farklılaşmamaktadır.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından farklılaşmamaktadır.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Psikiyatrik ilaç kullanmayan evli bireylerin ilişki doyumları kullananlardan daha yüksek bulunmuştur. Bununla ilişkisi faktörlerden bir tanesi psikiyatrik ilaçların yan etkisi olan cinsel işlev bozukluklarının olabileceği düşünülmektedir. Özellikle depresyon tedavisinde kullanılan SSRI'ların cinsel uyarılmayı olumsuz etkilediği bulunmuştur (Segraves 1989, Zajecka 2001). Türk toplumunda cinsel birlikteliğin evlilikle birlikte başladığını varsayarsak ilişkisi olan ve evli gruplar arasındaki farkı bu şekilde açıklanabilir.

4.6. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Psikiyatrik İlaç Kullanımına Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmama açısından sevgilisi olan grupta anlamlı düzeyde farklılaşmış, ilişkisi olmayan ve evli olan grupta anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır. Sevgilisi olan ve geçmişte psikiyatrik ilaç kullanmış olan kişilerin obsesif kompulsif belirti düzeyleri geçmişte ilaç kullanmamış kişilerden daha yüksektir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları sevgilisi olan grup için anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Sevgilisi olan ve geçmişte psikiyatrik ilaç kullanmış olan kişilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri geçmişte ilaç kullanmamış kişilerden daha yüksektir.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları evli bireylerde anlamlı ve zayıf düzeyde farklılaşmıştır. Geçmişte ilaç kullanan bireylerin ilişki doyumları daha düşüktür. Bunun sebepleri arasında ilaç kullanımında ele aldığımız ilaçların cinsel işlev bozukluklarındaki yan etkilerinin ilaç bırakılsa dahi bir süre daha etkisinin devam etmesi olabilir.

4.7. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları terapi alıyor olma ve olmama açısından anlamlı düzeyde

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcıların terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları sadece sevgilisi olan grup için anlamlı ve zayıf düzeyde farklılaşmıştır. Sevgilisi olan ve terapi alan grubun belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi daha yüksektir. Bunun sebepleri arasında genellikle örneklemimizi oluşturan 18-40 yaş arasındaki sevgilisi olan bireyler için bir sonraki adım

olan evlilik ve bunun getirdiği gelecek kaygısı, maddi kaygılar, mesleki kaygılar gibi hayat kurmaya çalışılan bir dönemde yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük yaşamaları ve “ne olacak şimdi?” soruları sormaları gösterilebilir.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

4.8. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin Geçmişte Terapi Alma Durumuna Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları geçmişte terapi alıp almama açısından sevgilisi olan grup anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Sevgilisi olan katılımcılardan geçmişte terapi alan kişilerin obsesif kompulsif belirti düzeyleri terapi almayanlardan yüksektir. Buna göre geçmişte zaten psikolojik destek aldığından psikolojik rahatsızlıklara yatkın olduğu varsayımıyla ilişkisel problemlerin ve çatışmaların kişinin bu yönünü tetiklediği düşünülebilir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar geçmişte terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları ilişkisi olmayan katılımcılarda anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. İlişkisi olmayan ve terapi geçmişi olan kişiler daha yoğun belirsizliğe tahammülsüzlük bildirmekteler.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar geçmişte terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları sevgilisi olan grupta farklılaşmıştır.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar geçmişte terapi alıp almama çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları evli olan grupta anlamlı düzeyde farklılaşmıştır.

4.9. İlişki Doyumu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Mükemmeliyetçilik ve Obsesif Kompulsif Belirtilerin İlişki Durumuna Göre Farklılaşması

Obsesif kompulsif belirtiler, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır.

Mükemmeliyetçilik ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde sevgili olan ve evli olan grupların ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Analizler sonucu evli olan grubun mükemmeliyetçilik düzeyi sevgili olan gruptan fazla bulunmuştur. Evlilikte toplumun gerekliliklerinden olduğu düşünülen aile kavramı ön plana çıkınca bu kavrama uygun güdülenme ile mükemmeliyetçiliğin tetiklenebileceği düşünülebilir.

İlişki doyumu sevgilisi olan ve evli olan katılımcılar çerçevesinde incelendiğinde grup ortalamaları anlamlı ve güçlü düzeyde farklılaşmıştır. Grup ortalamalarına bakıldığında sevgili olan katılımcıların ilişki doyumları evli olan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Bunun sebepleri arasında toplumlar cinsiyet rolleri kapsamında sevgili olunan dönemde daha eşitlikçi tutum sergilenirken evli olunan dönemde bu eşitlikçi beklentinin karşılanmadığı bulunmuştur (Öcal Yüceol, 2016; Askari ve ark., 2010; Ferber ve Young, 1977). Schwarzwald ve ark. (2008) yaptıkları bir çalışmada geleneksel tutuma sahip çiftlerin, görece daha eşitlikçi tutuma sahip çiftlerden daha az ilişki doyumu bildirdikleri bulunmuştur. Yüksel ve Dağ (2014) tarafından yapılan bir çalışmada ise eşitlikçi tutuma sahip evli bireylerin geleneksel evli bireylerden daha uyumlu bir evlilik bildirdikleri bulunmuştur. Bunlara ek olarak evlilikle gelen sorumluluklar yer alabilir. Sevgiliyken partnerimiz en güzel zamanlarımızı geçirdiğimiz, yoğun merak duygusu yaşadığımız, yanında heyecanlandığımız biriyken evlenince işlerin biraz daha gelenekselleşerek sorumlulukların, maddi kaygıların belki çocuk stresinin devreye girdiği eskiye görece daha az merak duyduğumuz birine dönüşürken bunlara ek olarak sevgiliyken sadece partnerimizle ilişki içinde olmamız ancak evlenince bunun bir aileye dönüşmesi, kendi ailelerimiz ile geniş aile çerçevesinde gelecek sorumluluklar da doyumun azalmasını tetikleyen faktörler olabilmektedir. Geleneksel tutuma sahip bireylerin birliktelik içerisindeki rolleri daha çok toplum tarafından belirlendiği için bu katı tutum çatışmaların yıkıcılığını artırıyor olabilir (Schwarzwald ve ark. 2008). Çalışmamızın yapıldığı Türkiye örnekleminin görece daha geleneksel bir ilişki anlayışına sahip olduğunu düşünürsek bulgumuz çalışmalar ile paralellik gösteriyor diyebiliriz. Ek olarak sevgiliyken partnerimizin bize gösterdiği kadar onu tanıma fırsatımız varken evlilik sonrası hayat birleştirdiğimizde göstermekten, yüzleşmekten kaçındığı durumlara sosyal gözlemimiz sayesinde ulaşım hoşumuza gitmeyen durumlarla karşılaşmamız muhtemel olabilir.

4.10. İlişki Doyumu, Obsesif Kompulsif Belirtiler, Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, İlişki Süresi ve Yaş Arasındaki İlişki

İlişkisi olmayan grupta, obsesif kompulsif belirtiler ile yaş arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Obsesif kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Sevgiliye sahip olan bireylerin grubunda belirsizliğe tahammülsüzlük ile yaş arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Obsesif kompulsif belirtiler ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Her iki grupta da (evli-sevgili) ilişkili olduğu varsayılan ilişki doyumu ile mükemmeliyetçilik arasında anlamlı düzeyde ilişkili bulunmamıştır. Geçmiş çalışmalar bulgunun aksine mükemmeliyetçiliğin, ilişki doyumu ile ilişkili olabileceğini söylemektedir (Stoeber, 2012). Mükemmeliyetçiliğin boyutuna bağlı olarak, kendine yönelik mükemmeliyetçilik ilişki doyumunu artırırken, toplumsal mükemmeliyetçiliğin çiftlerin çatışmasına yol açarak ilişki doyumunu azalttığı bulunmuştur (Petersen, 2017; Şensoy, Asıcı, İkiz, 2019)

Her iki grupta da (evli-sevgili) ilişkili olduğu varsayılan ilişki doyumu ile obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı düzeyde ilişkili bulunmamıştır.

Her iki grupta da (evli-sevgili) ilişkili olduğu varsayılan ilişki doyumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında anlamlı düzeyde ilişkili bulunmamıştır.

Geçmiş literatürün aksine yapılan çalışmada ilişki doyumu, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmama sebebinin başka psikiyatrik tanımlar sebebiyle antidepresan kullanımının belirtileri baskılayabileceğini düşündürmektedir.

Sevgiliyken ilişki süresi ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu ilişkinin korelasyon katsayısı düşük olması sebebiyle ilişki gücü zayıf olsa da bulgu geçmiş çalışmalarla paralellik göstermektedir. Geçmiş çalışmalar birlikte geçirilen zaman arttıkça karşılıklı beklentilerin yeniden şekillenip düzenlenmesi sebebiyle ilişki süresi arttıkça ilişki doyumunun da artabileceğini öne sürmektedir (Budak, 2011). Aksi görüş ise ilişki doyumunun, geçirilen süreden bağımsız olarak karşılıklı gösterilen sevgi ve ilgiye bağlı olduğundan ilişki süresine göre farklılaşmadığını söylemektedir (Yavuz, 2018).

Evliyken ise ilişki süresi ve ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların ilişkinin başlarında daha yüksek ilişki doyumu bildirip, süre uzadıkça doyumun azaldığını bildirmelerine sebep olarak ilişkinin başındaki bilinmeye yönelik merak ve heyecanın partner ile daha fazla zaman geçirdikçe heyecan ile birlikte doyumun azalacağı düşünülebilir. Normalde problem olarak algılanmayacak ancak zaman zaman fikir ayrılıkları sebebiyle partnerler arasında yaşanan ufak iletişim problemleri ilişkinin başında rahatsız etmiyorken birlikte geçirilen süre uzadıkça bu küçük sorunlar birikerek doyumunu olumsuz yönde etkileyebileceği varsayılmaktadır. Evli bireylerin yaşı ve ilişki süresi arttıkça hayatlarının tekdüzeleşme ihtimali ve yine hayata yönelik beklentilerin evrilmesi sonucu ilişki doyumunun azabileceği düşünülebilir.

Yaş ile ilişki doyumu arasındaki ilişki sevgiliyken anlamlı bir ilişkiye sahip değilken evliyken negatif yönde anlamlı bir ilişki içindedir. Buğa (2009)'nın yaptığı çalışma kadınlardaki ilişki doyumunun yaş ile negatif ilişkisi olduğunu ifade ederken; Fowers (1991), Yavuz (2018) tarafından yapılan çalışmalar sevgili olanların bulgusundaki gibi yaşa göre farklılaşma gerçekleşmediği sonucuna ulaşmışlardır.

4.11.. Sınırlılıklar ve Öneriler

1. Bu çalışmada elde edilen verilen öz-bildirim türünde olan anket türü ölçekler ile toplandığından ötürü katılımcıların beyanları ile sınırlıdır. Sonraki çalışmalarda partnerler ile görüşme gerçekleştirilebilir.
2. Dışlama kriterlerimizden olan OKB tanısı, ortalama 10 yılın sonunda sağlıklı bir tanı koyulabileceğinden örnekleme tanışız OKB'li olma ihtimali bir sınırlılıktır.
- 3.Çalışmada içgörüyeye bakılmamış olması bir sınırlılık kabul edilmektedir.
4. Toplanan 441 veri ile sınırlıdır.
5. Çalışmada yer alan değişkenler ilk defa bir arada incelenmiştir. Dolayısıyla çalışmanın genellenebilirliğini artırmak amacıyla benzer ve farklı örneklemlerde tekrar araştırmalar yapılabilir.

5. SONUÇ

Bu araştırmada ilişki doyumunun, belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler ile arasındaki ilişki, ilişkisi olmayan, sevgilisi olan ve evli olan gruplar özelinde incelenmiştir. Bunun yanı sıra ilişki doyumunun demografik değişkenler bağlamında farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Cinsiyet değişkeni bağlamında ele alınan araştırma bulgusunda ilişki doyumu, belirsizliğe tahammülsüzlük ve mükemmeliyetçilik düzeylerinde bir farklılaşma görülmezken, obsesif kompulsif belirti düzeyleri evli katılımcı grubunda cinsiyetlere göre farklılaştığı bulunmuştur. Evli kadın bireyler evli erkek bireylerden daha fazla obsesif kompulsif belirti göstermektedir. Aynı zamanda araştırmada ilişkisi olmayan ve sevgilisi olan grupların cinsiyet değişkeni bağlamında bir farklılaşması olmazken evli grupta oluşu dikkat çekmektedir.

Güncel psikiyatrik tanı varlığı bağlamında ele alınan bulgularda obsesif kompulsif belirtiler ve belirsizliğe tahammülsüzlük ilişkisi olmayan grupta anlamlı düzeyde farklılaşırken sevgilisi olan ve evli olan grupta farklılaşmamaktadır. Buna göre güncel psikiyatrik tanı varlığında obsesif kompulsif belirtiler ve belirsizliğe tahammülsüzlük için romantik ilişkide olmamanın risk faktörü olabileceği düşünülebilir. Ancak gruplar arası dağılım çok dengeli olmadığı için kesin bir çıkarım yapmak uygun olmayacaktır. Yapılacak başka araştırmalar ile bu bulgu desteklenebilir.

Yapılan araştırmada ilişki doyumunun, geçmiş çalışmaların aksine mükemmeliyetçilik ve obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkisine rastlanmamıştır. Aynı şekilde alanyazında ilişki doyumunun obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçilik ile ilişkili bulunan çalışmalar olması sebebiyle belirsizliğe tahammülsüzlük ile de ilişkisi olduğunu varsayarak yaptığımız çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük ile de anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

İlişkisi olmayan bireylerden oluşan grup için obsesif kompulsif belirtiler yaş ile negatif yönde mükemmeliyetçilik ile pozitif yönde belirsizliğe tahammülsüzlük ile pozitif yönde anlamlı; mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Sevgilisi olan bireylerden oluşan grup için yaş ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı; obsesif kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı; mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı; ilişki süresi ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Evli olan bireylerden oluşan grup için yaş ile obsesif kompulsif belirtiler ve ilişki doyumu arasında negatif yönde, ilişki süresi ile pozitif yönde anlamlı; obsesif kompulsif belirtiler ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı; mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında pozitif yönde anlamlı; ilişki süresi ve ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

İlişki doyumu ve ilişki süresi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırma bulgusunda sevgilisi olan grupta pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Sevgili olan bireylerin ilişki süreleri arttıkça ilişki doyumlarının da arttığı bulunmuştur. İlişki doyumu ve ilişki süresi arasındaki ilişkinin evli gruplardaki bulgusuna bakıldığında ise aralarında negatif yönde anlamlı ilişkiye rastlanmıştır. Evli kişilerin ilişki süreleri uzadıkça ilişki doyumlarının azaldığını bulunmuştur. Bu bulgulara göre sevgili olunan dönemde süre uzadıkça karşılıklı güvenin ve alışkanlığın artmasıyla ilişki doyumunun artabileceği

ancak evli olunan dönemde süre uzadıkça ilişki doyumunun büyük aileler, maddi sorumluluklar, ebeveynlik vb. gibi başka karıştırıcı değişkenler tarafından etkilenebileceği sonucuna ulaşabiliriz. Bu bulguyla paralel olarak çocuk sahibi olup olmama ile ilişki doyumu arasındaki ilişki incelendiğinde evli ve çocuk sahibi olan bireylerin evli ama çocuk sahibi olmayan bireylerden daha düşük ilişki doyumu bildirdikleri bulunmuştur. Aynı zamanda çocuğu olmayan evli katılımcıların obsesif kompulsif belirtileri daha yüksek bulunmuştur. Obsesif kompulsif belirtilerin düşüncesel ve davranışsal anlamda aşırı meşguliyet yarattığını biliyoruz buna göre çocuk sahibi olduğunda bu meşguliyetin istemli ya da istemsiz biçimde çocuğa yönelebileceğini düşünebiliriz. Çalışma bulgularına göre yaş ve ilişki süresi ilişki doyumunun yordayıcıları olarak bulunmuştur.

İlişki doyumu, belirsizliğe tahammülsüzlük, obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçiliğin ilişki durumu bağlamında ele alındığında mükemmeliyetçiliğin evli olmak ve sevgili olmak durumlarında farklılaştığı; sevgili olanların daha mükemmeliyetçi oldukları bulunmuştur. İlişki doyumuna bakıldığında sevgiliyken bireylerin daha yüksek ilişki doyumu bildirdikleri bulunmuştur. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve obsesif kompulsif belirtiler ise ilişki durumu bağlamında anlamlı bir farklılığa sahip bulunmamıştır.

Araştırma bulgularından elde edilen önemli bir sonuç; ilişki durumunun, çocuk varlığının psikolojik sağlık açısından risk faktörü ve koruyucu faktör olabileceğini görüyoruz. Bulgular sonucu varsaydığımız üzere ilişki doyumunun koruyucu faktör olmadığını görmek şaşırtıcıtı ancak ilişki içerisinde olmanın koruyucu faktör olabileceği bulgusu; ilişki doyum ölçeğinin yetersiz kaldığı ya da katılımcılar tarafından anlamlandırılmadığı sonucunu düşündürebilir.

Geçmiş çalışmalarda ilişki doyumunun, obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçilik ile anlamlı ilişkileri bulunurken bu çalışmada bulunmaması oldukça şaşırtıcıdır. İleride yapılacak benzer çalışmalarda, veri toplama yöntemleri değiştirilerek beklendiği verilerin doğrulanması adına katkı sağlayacaktır.

Bulgularda dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise, bazı değişkenler arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunduğu ancak bu anlamlılık katsayısının oldukça düşük olmasıdır. Bu durum hata payını arttırarak araştırmanın önemli sınırlılıklarından bir tanesidir. Gelecek çalışmalarda grupların dengeli dağılması için düzeltmeler daha güvenilir sonuçlar için faydalı olacaktır.

KAYNAKÇA

Kitaplar

Amerikan Psikiyatri Birliđi. *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı ölçütleri Elkitabı*, Körođlu E. (Çev.Ed.) Ankara; Hekimler Yayın Birliđi, 2013.

Dugas, M. J., & Robichaud, M. (2007). *Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: From science to practice*. New York: Routledge.

Erol N, Savaşır I (1988) Maudsley Obsesif Kompulsif Soru Listesi. XXIV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bildiri Kitabı, Ankara, GATA Basımevi, s.107-114.

Fincham, Frank D. Steven R. H. 2006. Relationship satisfaction. *The Cambridge handbook of personal relationships*. ed. Anita Vangelisti, Daniel Perlman. New York, NY, US: Cambridge University Press: 579-594.

Kail, Robert V., John C. Cavanaugh. 2015. *Human development: A life-span view* (7th Ed.). Boston: Cengage Learning

Karno, M., & Golding, J.M. (1991). Obsessive-compulsive disorder. In L.N. Robinson & D.A. Regier (Eds.), *Psychiatric disorders in America*. New York

Twohig M, Field C, Armstrong A, Dahl A (2010) Acceptance and mindfulness as mechanisms of change in mindfulness-based interventions for children and adolescents. Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change. (Ed RA Baer):225-249. Oakland, New Harbinger Publications.

Makaleler

Abbey, R. D., Clopton, J. R. ve Humphreys, J. D. (2007). Obsessive-compulsive disorder and romantic functioning. *Journal of Clinical Psychology*, 63(12), 1181-1192. <https://doi.org/10.1002/jclp.20423>

Abramowitz, J. S., Taylor, S., & McKay, D. (2009). *Obsessive-compulsive disorder*. *The Lancet*, 374(9688), 491-499. doi:10.1016/s0140-6736(09)60240-3

Abramowitz, J. S., Wheaton, M. G., & Storch, E. A. (2008). The status of hoarding as a symptom of obsessive-compulsive disorder. *Behaviour research and therapy*, 46(9), 1026-1033.

Ackerman, Jeff, Layton Field. (2011). The Gender Asymmetric Effect of Intimate Partner Violence On Relationship Satisfaction. *Violence and Victims*. c. 26, s. 6: 703-724.

- Afifi, W. A. ve Burgoon, J. K. (1998). " We never talk about that": A comparison of cross-sex friendships and dating relationships on uncertainty and topic avoidance. *Personal Relationships*, 5, 255-272.
- Akkaya G., Yılmaz T. (2021). Romantik İlişkilerde Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Risk Faktörleri Üzerine Bir Gözden Geçirme Çalışması. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(3), 376-395.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)* (5. Baskı). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Anderson, T. L., & Emmers-Sommer, T. M. (2006). Predictors of relationship satisfaction in online romantic relationships. *Communication Studies*, 57(2), 153-172.
- Anholt, G. E., Aderka, I. M., van Balkom, A. J., Smit, J. H., Schruers, K. R., & van der Wee, N. J. (2012). Age of onset in obsessive-compulsive disorder: admixture analysis with a large sample. *Psychological medicine*, 42(1), 151-159.
- Atak, H., ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.
- Barrow, J.C., Moore, C.A. (1983) Group interventions with perfectionist thinking. *Personal and Guidance Journal*. 61: 612-615
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 8(6), 505-516.
- Benatti, B., Camuri, G., Dell’Osso, B., Cremaschi, L., Sembira, E., Palazzo, C., Oldani, L., Dobra, C., Arici, C., Primavera, D., Carpiniello, B., Castellano, F., Carra, G., Clerici, M., Baldwin, D. S. ve Altamura, A. C. (2016). Which factors influence onset and latency to treatment in generalized anxiety disorder, panic disorder, and obsessive-compulsive disorder? *International Clinical Psychopharmacology*, 31(6), 347-352. [http://dx.doi.org/10.1016/S0924-977X\(16\)31689-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0924-977X(16)31689-3)
- Black, D. W., & Gaffney, G. R. (2008). *Subclinical Obsessive-Compulsive Disorder in Children and Adolescents: Additional Results From a “High-Risk” Study*. *CNS Spectrums*, 13(S14), 54–61. doi:10.1017/s1092852900026948
- Bradbury, N. Thomas, Frank D. Fincham, Steven R. H. Beach. 2000. Research On The Nature And Determinants Of Marital Satisfaction: A Decade In Review. *Journal of Marriage and Family*. c. 62, s. 4: 964-980.
- Buhr, K. ve Dugas, M., J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English Version. *Behavior Research and Therapy*, 40, 931-945

- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-52.
- Burns, D. D. (1983). The spouse who is a perfectionist. *Medical Aspects of Human Sexuality*, 17, 219- 230.
- Bystritsky, A., Liberman, R. P., Hwang, S., Wallace, C. J., Vapnik, T., Maindment, K., et al. (2001). Social functioning and quality of life comparisons between obsessive-compulsive and schizophrenic disorders. *Depression & Anxiety*, 14, 214-218.
- Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: a review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30-43.
- Collins, W. A. (2003). More and myth: the developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24
- Crigger, N. J. (1996). Testing an uncertainty model for women with multiple sclerosis. *Advanced in Nursing Science*, 18(3), 37-47.
- Çam, Zekeriya; Deniz, Kaan Zülfikar; Kurnaz, Arzu. Okul Tükenmişliği: Algılanan Sosyal Destek, Mükemmeliyetçilik ve Stres Değişkenlerine Dayalı Bir Yapısal Eşitlik Modeli Sınaması. *Eğitim ve Bilim*, [S.L.], V. 39, N. 173, Apr. 2014. Issn 1300-1337.
- Doron, G., Derby, D. S. ve Szepsenwol, O. (2014a). Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 169- 180. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2013.12.005>
- Doron, G., Derby, D. S., Szepsenwol, O. ve Talmor, D. (2012). Tainted love: Exploring relationshipcentered obsessive compulsive symptoms in two non-clinical cohorts. *Journal of Obsessive Compulsive and Related Disorders*, 1(1), 16-24. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2011.11.002>
- Doron, G., Mizrahi, M., Szepsenwol, O. ve Derby, D. (2014b). Right or Flawed: Relationship Obsessions and Sexual Satisfaction. *The Journal of Sexual Medicine*, 11(9), 2218-2224. <https://doi.org/10.1111/jsm.12616>
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The Role of Intolerance of Uncertainty in Etiology and Maintenance. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (pp. 143-163).
- Einstein, D. A. (2014). Extension of the transdiagnostic model to focus on intolerance of uncertainty: a review of the literature and implications for treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 21(3), 280-300.

- Emmelkamp, P. M. G., & De Lange, I. (1983). Spouse involvement in the treatment of obsessive– compulsive patients. *Behaviour Research and Therapy*, 21, 341–346.
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 33–62). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-002>
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (n.d.). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment.*, 33–62. doi:10.1037/10458-002
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (Eds.). (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-000>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R. & Koledin, S. (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3), 185-201.
- Fontenelle LF, Albertella L, Brierley ME, Thompson EM, Destrée L, Chamberlain SR, Yücel M. Correlates of obsessive-compulsive and related disorders symptom severity during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Psychiatric Research*. 2021; 143: 470-480. doi: 10.1016/j.jpsychires.2021.03.046
- Fontenelle, I. S., Fontenelle, L. F., Borges, M. C., Prazeres, A. M., Rangé, B. P., Mendlowicz, M. V. ve Versiani, M. (2010). Quality of life and symptom dimensions of patients with obsessive– compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 179(2), 198–203. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.04.005>
- Fowers, B. J., (1991). His and her marriage: a multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles: A Journal of Research*, 24 (3/4), 209-221.
- Frost, R. O., & DiBartolo, P. M. (2002). Perfectionism, anxiety, and obsessive-compulsive disorder. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association, 341-371. <https://doi.org/10.1037/10458-014>
- Frost, R. O., & Steketee, G. (1997). Perfectionism in Obsessive-Compulsive Disorder patients. *Behaviour Research and Therapy*, 35(4), 291–296. doi:10.1016/s0005-7967(96)00108-8
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I. & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and individual differences*, 14(1), 119-126

- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468. doi:10.1007/bf01172967
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1991). The development of perfectionism: A study of daughters and their parents. *Cognitive Therapy and Research*. 15:469-489.
- Frost, R. O., Novara, C., & Rhéaume, J. (2002). *Perfectionism in Obsessive Compulsive Disorder. Cognitive Approaches to Obsessions and Compulsions*, 91–105. doi:10.1016/b978-008043410-0/50007-6
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cogn Ther Res* 14, 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Furler, Katrin, Veronica Gomez, Alexander Grob. 2014. Personality Perceptions And Relationship Satisfaction In Couples. *Journal of Research in Personality*. c. 50: 33-41.
- Furman, C. R., Luo, S., & Pond, R. S. (2017). A perfect blame: Conflict-promoting attributions mediate the association between perfectionism and forgiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 111, 178-186.
- Gershunny, B., & Sher, K. (1995). Compulsive checking and anxiety in a nonclinical sample: differences in cognition, behavior, personality, affect. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17, 19-38
- Geçkin, F.M. ve Sahraç, Ü. (2017). Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki. *Sakarya University Journal of Education*, 7 (4-özel sayı), 739-755.
- Gentes, E. L. ve Ruscio, A. M. (2011). A meta-analysis of the relation of intolerance of uncertainty to symptoms of generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and obsessive–compulsive disorder. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 923-933. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.05.001>
- Grabe, H., Meyer, C., Hapke, U. *et al.* Prevalence, quality of life and psychosocial function in obsessive-compulsive disorder and subclinical obsessive-compulsive disorder in northern Germany. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neurosciences* 250, 262–268 (2000). <https://doi.org/10.1007/s004060070017>
- Grayson, J. B. (1999). Series response: Compliance and understanding OCD. *Cognitive and Behavioral Practice*, 6, 415-421.
- Halgin, R. P., & Leahy, P.M. (1989). Understanding and treating perfectionistic college students. *Journal of Counseling and Development*, 69, 222-225.

- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 8 (3) , 729-740 .
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: a test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of abnormal psychology*, 102(1), 58-65.
- Hodgson RJ, Rachman S (1977) Obsessional-compulsive complaints. *Behav Res Ther*, 15:389-395.
- Holaway, R. M., Heimberg, R. G., & Coles, M.E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 159-174.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. doi:10.1016/s0010-440x(65)80016-5
- İngeç Ö.E., Yorulmaz O.(2021). Tanılar Üstü Psikolojik Müdahale Programlarının Depresyon ve Anksiyete Bozuklukları Üzerindeki Etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(2), 261-281
- Jacobi, F., Qittchen, H. U., Holting, C., Hofler, M., Pfister, H., Muller, N., Lieb, F. (2004). Prevalence, co-morbidity and correlates of mental disorders in the general population: Result from the German Health Interview and Examination Survey: *Psychological Medicine*, 34, 597-611.
- Karataş, Z. ve Uzun,K.(2018). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün yordayıcısı olarak endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar. *Kastamonu Education Journal*, 26(4), 1267-1276.
- Kaura, Shelby A., Brenda J. Lohman. 2007. Dating Violence Victimization, Relationship Satisfaction, Mental Health Problems, And Acceptability Of Violence: A Comparison Of Men And Women. *Journal of Family Violence*. c. 22, s. 6: 367-381.
- Keizer, Renske, Niels Schenk. 2012. Becoming a parent and relationship satisfaction: A longitudinal dyadic perspective. *Journal of Marriage and Family*. c. 74, s. 4: 759-773.
- Kleiman, E. M., Liu, R. T., & Joubert, C. E. (2016). A meta-analysis of social anxiety and obsessive-compulsive symptoms. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45(3), 183-196. doi: 10.1080/16506073.2016.1160869
- Knobloch, L. K. ve Solomon, D. H. (1999). Measuring the sources and content of relational uncertainty. *Communication Studies*, 50, 161-278.

- Knobloch, L. K. ve Solomon, D. H. (2002). Information seeking beyond initial interaction: Negotiating relational uncertainty within close relationships, *Human Communication Research*, 28, 243-257.
- Koerner, N., & Dugas, M. J. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 619-638.
- Koran, L. M., Thienemann, M. L., & Davenport, R. (1996). Quality of life for patients with obsessive– compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry*, 153, 78–788.
- Kringlen, E. (1970). Natural history of obsessional neurosis. *Seminars in Psychiatry*, 2, 403-419.
- Lopez, F. G., Fons-Scheyd, A., Morúa, W., & Chaliman, R. (2006). Dyadic perfectionism as a predictor of relationship continuity and distress among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 543-549. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.543>
- Martin, J. L., & Ashby, J. S. (2004). Perfectionism and fear of intimacy: Implications for relationships. *The Family Journal*, 12(4), 368-374.
- Melli, G., Bulli, F., Carraresi, C., & Stopani, V. (2021). Subthreshold OCD: A review. *Current Psychiatry Reports*, 23(4), 1-7.
- Morgan, Clifford T. 2013. *Psikolojiye Giriş*. çev. Sirel Karakaş, Rükzan Eski. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Murray CL, Lopez AD. The global burden of disease: A comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries, and risk factors in 1990 and projected. Cambridge. Mass: *Harvard University Pres*; 1996
- Newth, S., & Rachman, S. (2001). The concealment of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 457– 464.
- Norton PJ (2012) A randomized clinical trial of transdiagnostic cognitive-behavior treatments for anxiety disorder by comparison to relaxation training. *Behav Ther*, 43:506-517.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group. (1997). Cognitive assessment of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 667-681.
- Odacı, H, Kalkan, M. & Çikrikci, Ö. (2017). Akademik Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 0-0.

- Odacı, H. & Kaya, F. (2019). Mükemmeliyetçilik ve Umutsuzluğun Akademik Erteleme Davranışı Üzerindeki Rolü: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (1), 43-51.
- Okur İ, Demirel ÖF (2020). COVID-19 ve psikiyatrik bozukluklar. *Medical Research Reports*. 3(1):86-99.
- Özbay, Y. ve Taşdemir M. Ö. (2003, 9-11 Temmuz). Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunuldu, Malatya
- Özdemir E. Hacıömeroğlu A. B. Tanılar Üstü Yaklaşım ve Obsesif Kompulsif Bozukluk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2023;15(2): 1-1.
- Prouvost, C., & Moulding, R. (2019). The role of intolerance of uncertainty in OCD symptom severity: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 61, 48-58.
- Rachman, S. (2004). Fear of Contamination. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1227-1255.
- Rachman, S. (2004). Fear of uncertainty. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 68(2), 111-131. doi: 10.1521/b
- Sarıçam, H. (2015). Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Mutluluğa Etkisi . *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* , 4 (8) , 1-12 .
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A. & Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157.
- Sayiner, B. (2023). Pandemi Sonrası Toplumda Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Psikolojik Etkileri. *İnsan ve İnsan*, 10 (35), 47-64.
- Segraves RT (1989) Effect of psychotropic drugs on human erection and ejaculation. *Arch Gen Psychiatry*, 46:275-284.
- Selvi Y, Atli A, Besiroglu L, Aydin A, Gulec M. The impact of obsessive beliefs on pharmacological treatment response in patients with obsessive-compulsive disorder. *Int J Psychiatry Clin Pract* 2011; 15:209-213.
- Shafran, R., & Mansell, W. (2021). Perfectionism and OCD: What's the connection? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 28(1), 1-6.
- Stein, D. J. (2002). *Obsessive-compulsive disorder*. *The Lancet*, 360(9330), 397-405. doi:10.1016/s0140-6736(02)09620-4
- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 300-305.

- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. doi:10.1207/s15327957pspr1004_2
- Stoeber, Joachim and Childs, Julian H. (2011) Perfectionism In: Levesque, Roger J. R., ed. Encyclopedia of adolescence. *Springer*, New York, pp. 2053-2059.
- Şensoy, G., Asıcı, E. ve İkiz, F.E. (2019). İlişki doyumunun mükemmeliyetçilik ve güven aracılığıyla yordanması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 230-249.
- Taylor, S. (1996). *Meta-analysis of cognitive-behavioral treatments for social phobia. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 27(1), 1–9. doi:10.1016/0005-7916(95)00058-5
- Theiss, J. A. ve Solomon, D. H. (2008). Parsing the Mechanisms that increase Relational Intimacy: The Effects of Uncertainty Amount, Open Communication About Uncertainty, and the REduction of Uncertainty. *Human Communication Research*, 34, 625-654.
- Toffolo, M. B. J., van den Hout, M. A., Engelhard, I. M., Hooge, I. T. C., & Cath, D. C. (2014). *Uncertainty, checking, and intolerance of uncertainty in subclinical obsessive compulsive disorder: An extended replication. Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(4), 338–344. doi:10.1016/j.jocrd.2014.08.004
- Toffolo, M. B. J., van den Hout, M. A., Hooge, I. T. C., Engelhard, I. M., & Cath, D. C. (2013). Mild Uncertainty Promotes Checking Behavior in Subclinical Obsessive-Compulsive Disorder. *Clinical Psychological Science*, 1(2), 103–109. doi:10.1177/2167702612472487
- Torres, A. R., de Abreu Ramos-Cerqueira, A. T., Torresan, R. C., de Souza Domingues, M., Hercos, A. C. R. ve Guimarães, A. B. C. (2007). Prevalence and associated factors for suicidal ideation and behaviors in obsessive-compulsive disorder. *CNS Spectrums*, 12(10), 771-778. https://doi.org/10.1017/S1092852900015467
- Torres, A. R., Prince, M. J., Bebbington, P. E., Bhurgra, D., Bhurgra T. S., Farrel M., ... Singleton, N. (2006). Obsessive-compulsive disorder: Prevalence, comorbidity, impact, and help-seeking in the British National Psychiatric Morbidity Survey of 2000. *American Journal of Psychiatry*, 163, 1978-1985.
- Trost, Jan. E. 1985. Abandon Adjustment! *Journal of Marriage and the Family*. s. 47: 1072-1073
- Tuncer, B. & Voltan-acar, N. (2006). Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin incelenmesi . *Kriz Dergisi* , 14 (2) , 1-15 . DOI: 10.1501/Kriz_0000000247

- Türkiye İstatistik Kurumu, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, (2017), Aile Yapısı Araştırması, 2016. *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, 21869.
- Türksoy N., Tükel, R., Özdemir, Ö. (2000). Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu Olan ve Olmayan Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarında Klinik Özelliklerin Karşılaştırılması, *Klinik Psikiyatri*, 3:92-98
- Wheaton, M. G., Ferreira de Macedo, L., Pittenger, C., & Stein, M. B. (2020). Intolerance of uncertainty as a predictor of obsessive-compulsive symptoms: Systematic review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102277.
- Whisman, Mark A. 1999. Marital Dissatisfaction And Psychiatric Disorders: Results From The National Comorbidity Survey. *Journal of Abnormal Psychology*. c. 108, s. 4: 701-706.
- Williams, M. T., Farris, S. G., Turkheimer, E., Franklin, M. E., Simpson, H. B., & Liebowitz, M. R. (2011). When OCD takes over: The impact of personality on symptom presentation in obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 25(1), 118-124.
- Wright,C.J., Clark, G.I, Rock, A.J. ve Coventry,W.L.(2017). Intolerance of uncertainty mediates the relationship between adult attachment and worry. *Personality and Individual Differences*, 112, 97-102.
- Yalçın, İ., ve Ersever, O. (2015). İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2), 185-201.
- Zajecka J (2001) Strategies for the treatment of antidepressant- related sexual dysfunction. *J Clin Psychiatry*, 62 (3):35-43.

Tezler

- Alim, Ecran, (2018). *Ergenlerde mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Arcuri, A. (2013). Dyadic perfectionism, communication patterns and relationship quality in couples. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Winsdor Üniversitesi, Faculty of Graduate Studies, Ontario.
- Belge,J. (2019). *Bir grup yetişkinde depresif semptomlar, anksiyete semptomları ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Beştav, G. (2007). *Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bıyıkoglu, E., B. (2012). Evlilik Uyumunun Mükemmeliyetçilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma Stratejileri ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- Budak, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin aşka ilişkin tutumları ve ilişki doyumlarının kişilik özellikleri ile incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Buğa, D. (2009). Yakın ilişkilerde istikrar: bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından bir karşılaştırma. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Büyüksahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientation on romantic relationshipsatisfaction* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gürcan, T. (2015). *İlişkisel Belirsizlik: İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerde Gelecek Zaman Yönelimi ve Çatışma Çözme Tepkileri Arasındaki İlişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara.
- Karataş, Z. (2019). Romantik ilişki doyumu ile duygu düzenleme güclüğü ve kişiler arası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Kasap, M. (2020). *Yakın ilişkilerde belirsizliğe tahammülsüzlüğün irrasyonel inanışlar ve temel psikolojik ihtiyaçlarla ilişkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Khojzada,N., (2019). *Genç yetişkin işsizlerde belirsizliğe tahammülsüzlük, kaygı ve erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kol, K., (2020). Olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi], İstanbul.
- Mızrak, Ö.E. (2006). *Anksiyete bozukluğu ve/veya depresif bozukluk tanısı alan hastalarda çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği uyarlama çalışması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

- Oral, M. (1999). *The relationship between dimensions of perfectionism, stressful life events and depressive symptoms in university students 'a test of diathesis-stress model of depression'* [M.S. - Master of Science]. Middle East Technical University.
- Petersen, M. (2017). *The Impact of Perfectionism In Couple Conflict and Relationship Satisfaction: An Exploration of the Mediating Influence of Perfectionism in Gottman's Conflict Model*. [Doctoral dissertation], Azusa Pacific University.
- Sarı, S. (2007). Sürekli kaygının yordayıcıları olarak belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili inançlar ve kontrol odağının incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Satıcı, B. (2018)., Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi, [Yayımlanmamış doktora tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi, Ankara
- Tantan Ulu, ğ. (2019). *Kaygı, karar verme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yüksel,B. (2014). Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

EKLER

EK 1. KATILIMCI BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma, Antalya Bilim Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Neslinur Birlik tarafından Dr. Öğr. Üyesi Cumhur Avcil danışmanlığında yürütülen bir tez araştırmasıdır. Katıldığımız bu çalışma bilimsel nitelikte ve etik anlayışa sahip bir araştırmadır. Çalışmanın amacı, eşik altı obsesif kompulsif belirtilerin, mükemmeliyetçilik, belirsizliğe tahammülsüzlük ve ilişki doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Çalışmaya katılım tamamıyla gönüllülük esasına bağlıdır..Gönüllülük esası gereğince herhangi bir aşamada çalışmadan ayrılma hakkına sahipsiniz. Sizden herhangi bir ücret talep edilmeyecek ve ödenmeyecektir. Cevaplarınız tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından toplu olarak değerlendirilerek, elde edilecek bilgiler bilimsel yayımlarda kullanılacaktır.

Çalışmada kullanılan anketler genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplama sürecini yarıda bırakıp çıkabilirsiniz.

Bu çalışmaya katılım sağladığımız ve vakit ayırdığınız için şimdiden teşekkür ederiz. Sorularınız ve araştırmayla ilgili daha fazla bilgi edinmek için araştırmacı Neslinur Birlik (e-posta: neslinur.birlik@std.antalya.edu.tr) ile iletişime geçebilirsiniz.

Araştırmaya katılmak için lütfen aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz.

Bilgilendirilmiş onam formunu okudum. Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.