

Kuramsal Derleme

Romantik İlişkilerde Obsesif Kompulsif Belirtiler ve Risk Faktörleri Üzerine Bir Gözden Geçirme ÇalışmasıGözde AKKAYA¹, Tuğba YILMAZ^{2*}¹İzmir Bakırçay Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Menemen, İzmir, Türkiye²Marmara Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Göztepe İstanbul, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar
kelimeler:**ilişki temalı obsesif
kompulsif
belirtiler,
romantik ilişki,
bağlanma tarzları,
bilişsel çarpıtmalar**Öz**

Pek çok ilişki bağlamında görülebilen ilişki temalı obsesif kompulsif belirtiler, genellikle romantik ilişkilerde araştırılan bir konu olmuştur. Romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif belirtiler; ilişki odaklı ve partner odaklı olarak iki boyutta ele alınmaktadır. Bu belirti kümesi, bireylerin yaşamlarını olumsuz yönde etkilediği gibi çift ilişkileri bağlamında da çeşitli zorlanmalara neden olabilmekte ve ilişki kalitesini zedeleyebilmektedir. Bu çalışmanın amacını romantik ilişki temalı obsesif kompulsif belirtilerin temel özelliklerinin incelenmesi oluşturmaktadır. Bu amaç doğrultusunda ilişki odaklı ve partner odaklı olmak üzere ayrı ayrı ele alınan obsesyon ve kompulsiyonlar son on yıl içerisinde gerçekleştirilen güncel görgül araştırmalar aracılığıyla incelenmiştir. Çalışmanın diğer bir amacı ise bu belirti kümesini risk faktörleriyle beraber ele almaktır. Bu kapsamda romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif belirtilerde risk faktörleri olarak bağlanma tarzları ve bilişsel çarpıtmalar değerlendirilmiştir. Son olarak psikopatoloji alanında araştırma ve uygulama bakımından ilişki temalı obsesif kompulsif belirti kümesinin önemine ve bu konuyla ilgili neler yapılabileceğine dair önerilere yer verilmiştir.

Abstract**Keywords:**relationship related
obsessive
compulsive
symptoms,
romantic
relationships,
attachment styles,
cognitive
distortions

Relationship-Related Obsessive-Compulsive Symptoms (ROCD) which can be observed in several relational contexts, are generally investigated in romantic relationships. Relationship Related Obsessive-Compulsive symptoms are addressed in two dimensions as relationship focused and partner focused. This symptom cluster can negatively affect the lives of individuals as well as leading to severe difficulties in the context of the couple relationship, and it may impair the relationship quality. The aim of this study was to examine the basic characteristics of obsessive-compulsive symptoms in the romantic relationship. In line with this purpose, obsessions, and compulsions, which are discussed separately as relationship-focused, and partner focused, have been examined through current empirical studies conducted in the last ten years. Another aim of the study was to examine this symptom cluster together with its risk factors. In this context, attachment styles, and cognitive distortions were evaluated as risk factors. In conclusion, the importance of the relationship related obsessive compulsive symptom cluster and what needs to be done about this subject in terms of psychopathology were mentioned.

*Sorumlu Yazar, İzmir Bakırçay Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Seyrek Menemen, İzmir.

e-posta: tugba.yilmaz.psy@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.882836

Gönderim Tarihi (Received): 18.02.2021; Kabul Tarihi (Accepted): 01.06.2021

ISSN: 2148-4376

Giriş

Ruhsal Bozuklukların Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'nda (DSM-5) Takıntı-Zorlantı Bozukluğu (Obsesif-Kompulsif Bozukluk) ve İlişkili Bozukluklar başlığı altında sınıflandırılan Takıntı Zorlantı Bozukluğu'nun belirtileri arasında kişide huzursuzluk ve kaygı gibi olumsuz duygular doğuran, istenmedik ve tekrarlayıcı biçimde ortaya çıkan düşünce, dürtü veya imgeler ve/veya bu obsesyonlar nedeniyle yaşanan rahatsızlık duygusunu hafifletebilmek için kişinin yerine getirmek zorunda olduğunu hissettiği, tekrarlayıcı davranışsal ritüeller veya zihinsel eylemler yer almaktadır. Kompulsiyonlar, obsesyonların neden olduğu olumsuzluklardan kurtulabilmek amacıyla gerçekleştirilmesine rağmen obsesyonların düzeyine göre abartılı veya obsesyonlarla bağlantısız olabilmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Obsesif Kompulsif Bozukluk [OKB] semptom türü bakımından karma bir görünüme sahip olmakla birlikte (Starcevic ve Brakoulias, 2017) bu bozukluğun toplumsal alanlara yönelik sergilenen uyum ve yaşam kalitesi bakımından çeşitli zorlanmalarla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Aktaş ve Çuhadar, 2020). OKB tanılı bireyler ile yaş ve cinsiyet bakımından eşleştirilmiş sağlıklı kontrol grubunun karşılaştırılmasına dayalı bir çalışmada, OKB tanı grubunun sosyal işlevsellik ve yaşam kalitesi düzeylerinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Fontenelle ve diğerleri, 2010). Obsesyonların sıkıntı vericiliğinin yanı sıra kompulsiyonlara harcanan zamanın büyüklüğü göz önüne alındığında bu tanıya sahip bireylerin; ilişkisel, sosyal ve mesleki bağlamda yaşamlarını idame ettirmede zorluklar yaşadıkları görülmüştür (Abramowitz ve diğerleri, 2013; Abramowitz ve Siqueland, 2013). Mesleki ve toplumsal alanlarda yaşanan zorluğun ve işsizliğin daha fazla olmasının yanı sıra OKB tanılı bireylerde evlenmenin daha az gerçekleştiği belirlenmiştir (Torres ve diğerleri, 2007). Romantik ilişkilerdeki memnuniyetin, psikolojik açıdan iyi oluşla ilişkili olmasının (Braithwaite ve diğerleri, 2010; Røsand ve diğerleri, 2012) yanı sıra Abbey ve diğerleri (2007) obsesyonların şiddet düzeyinin, ilişkide yakınlığın kurulmasına yönelik olumsuz etkilerinin olduğunu göstermişlerdir. Araştırmacılar bu bulguyu, bireylerin şiddetli obsesyonlarına yönelik sürekli meşguliyet göstermeleri nedeniyle romantik ilişkilerine zaman ve motivasyon bakımından daha az yatırım yaptıkları yönünde değerlendirmişlerdir. Öte yandan OKB'ye sahip bireylerin kişilerarası bağlamda daha fazla güvensizlik yaşamaları ve reddedilmeye yönelik duyarlılık düzeylerinin daha yüksek olması nedeniyle ilişkilerde yakınlığın geliştirilmesi bakımından eksiklikler yaşadıkları belirtilmektedir (Newth ve Rachman, 2001). Bu bağlamda yakın bir zamanda incelenmeye başlanan ve yeni bir semptom grubu olarak ele alınan İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk (Relationship-Related Obsessive Compulsive

Disorder); yakın ilişkilerde görülen ve ilişkiye yönelik olan takıntı ve zorlantıları ifade etmektedir (Doron ve diğerleri, 2014).

Son dönemlerde araştırmaların yoğunlaştığı bir alan olarak ilişkilerde görülen obsesif kompulsif belirtilerin incelenmesinin hem bu belirtileri gösteren bireylerin hem de ilişkide oldukları diğerlerinin iyilik hali ve yaşam kaliteleri bakımından faydalı olması muhtemeldir. Bunun yanı sıra olası risk faktörlerinin ele alınmasının bu semptom grubunun daha ayrıntılı tanımlanmasına katkı sunacağı düşünülmektedir. Bu nedenle mevcut çalışmada öncelikli olarak ilişkilerde görülen obsesif kompulsif semptom grubunun özelliklerine ve bu bağlamda son on yıl içerisinde gerçekleştirilen güncel araştırmalara yer verilerek bağlanma örüntüleri ve bilişsel çarpıtmaların olası risk etmenleri olarak incelenmesi amaçlanmıştır.

Romantik İlişkide Obsesif Kompulsif Belirtiler

İlişki temalı obsesif kompulsif bozukluk semptomları; ebeveyn çocuk ilişkisi (Doron ve diğerleri, 2017), mentor (danışman) ilişkisi veya romantik ilişki gibi duygusal yakınlık barındıran çeşitli kişilerarası bağlamlarda görülebilmektedir (Doron ve diğerleri, 2014a). Alanyazın incelendiğinde ise ağırlıklı olarak çalışmaların yürütüldüğü bağlamın “romantik ilişkiler” olduğu gözlenmektedir. Romantik ilişki bağlamı semptomolojik olarak değerlendirildiğinde “ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler” ve “partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler” olmak üzere iki temel boyutta ele alınmaktadır (Doron ve diğerleri, 2012a; 2012b). Bu doğrultuda ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler, bizzat ilişkinin kendisi ile ilgili sıkıntı verici ve meşgul edici süregiden düşüncelerle karakterize iken (Doron ve diğerleri, 2012a; Doron ve Szepsenwol, 2015) partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler, partnere ait algılanan kusurları veya eksiklikleri kapsayan takıntıları içermektedir (Doron ve diğerleri, 2012b; Doron ve Szepsenwol, 2015).

Doron ve diğerleri (2016) tarafından yürütülen karşılaştırmalı bir çalışmada ilişki temalı OKB grubunda, OKB ve sağlıklı kontrol grubuna göre hem ilişki hem de partner odaklı obsesif düşünme biçiminin ve kompulsif davranışların daha fazla olduğu görülmüştür. Öte yandan ilişki temalı OKB ve genel OKB tanı grupları arasında yaşamsal alanlardaki işlevsellik, huzursuzluk, direnç ve kontrol algısı düzeyleri bakımından herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu bulgu göz önüne alındığında ilişki temalı obsesif kompulsif bozukluğun yapısal olarak genel OKB'den farklılıklar göstermesine rağmen semptom şiddeti ve ölçütleri bakımından benzer olması nedeniyle OKB spektrumunda bir alt tür olarak değerlendirilebileceği söylenebilir.

İlişki temalı obsesif kompulsif belirtilerin ilişkiden doyum sağlayamama, cinsel tatminsizlik ve şiddet maruziyeti gibi çift bağlamında görülen zorluklarla ilişkili olmasının

(Brandes ve diğerleri, 2020) yanı sıra bu semptom grubunun bireysel faktörlerle de etkileşim halinde olduğu bilinmektedir. Bu faktörler arasında duygusal çökkünlük ve kaygı gibi bireyin deneyimlediği içsel etmenler yer almaktadır (Doron ve diğerleri, 2012a, 2012b). Romantik ilişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilerin klinik gözlemlerden elde edilen bilgiler dahilinde genç erişkinlik döneminde başladığı düşünülmekte (Doron ve diğerleri, 2014a) ve cinsiyetler arası farklılığa rastlanmamasının yanı sıra ilişki süresinin bu belirtileri etkilemediği ifade edilmektedir (Doron ve diğerleri, 2013). Bu bölümde romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif belirtilerin iki alt kümesi olarak ele alınan romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler

Doron ve diğerlerine (2012a) göre, romantik ilişki çerçevesinde ele alınan takıntılar üç faktör altında sıralanmaktadır. Bunlar, bireyin partnerine yönelik duyguları (Örn. “Seviyor muyum? Emin değilim.”) ile partnerinin kendisine yönelik duyguları (Örn. O beni seviyor mu?) ve ilişkinin uygunluğu (Örn. Doğru ilişki mi?) hakkındaki araya girici düşünceler ile tekrarlı değerlendirmelere bağlı endişeleri ve kuşukları kapsamaktadır. Bu doğrultuda bireyin kendi beslediği sevgiyi ve partnerinin kendisine yönelik sergilediği sevgiyi kontrol etmesi, doğru ilişkide olduğunu tasdiklemek amacıyla başkalarının görüşüne danışması veya mevcut ilişkisi hakkında güvence araması, partnerinin özelliklerini diğerleriyle kıyaslaması ve birliktelikte kendisini mutlu hissettiği anları düşünmesi veya imgelemesi gibi kompulsiyonlara sık rastlanmaktadır (Doron ve diğerleri, 2014a). Temel destek kaynağı olarak partner göz önüne alındığında (Boeding ve diğerleri, 2013) obsesyonların oluşturduğu gerginliği azaltmak amacıyla gerçekleştirilen kompulsiyonlar arasında partnerden güvence sağlamanın da yer aldığı söylenebilir (Gomes ve diğerleri, 2014). Genellikle partnerinden sağladığı güvenceler neticesinde birey, sorumluluğu kendinden uzaklaştırabilir ve kısa süreli bir rahatlık hissedebilir (Mahapatra ve diğerleri, 2020). Özellikle ilişkide stres ve sıkıntı verici bir unsur olduğunda veya diğer insanların romantik ilişkilerinde daha fazla mutlu olduğuna yönelik değerlendirmeler yapıldığında, ilişkiye dönük obsesyon ve kompulsiyonlar artmaktadır (Doron ve diğerleri, 2012a).

Doron ve diğerleri (2012a) ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonların, ilişki memnuniyetini ve depresif belirtileri anlamlı olarak yordadığını ortaya koymuşlardır. Bu araştırmada obsesyonların ve özellikle kontrol etme kompulsif davranışının genel OKB ile pozitif bir ilişki gösterdiği gözlenmiştir. Genel OKB’de de bireyin kendi güvenliğini sağlayabilmek için hem diğerlerini (Boeding ve diğerleri, 2013) hem de ilişkiyi (Kasalova ve diğerleri, 2020) aşırı biçimde kontrol ettiği görülmektedir. Bu benzerliğin ilişkiye dair işlevsel

olmayan ve sabitlik gösteren şüphelerle ve ilişki içinde yaşanan artmış huzursuzlukla birlikte değerlendirilebileceği belirtilmektedir (Doron ve diğerleri, 2012a). Doron ve diğerleri (2014a) belirtilerin yalnızca var olan ilişkiye özgü olmadığını, geçmiş ilişki deneyimlerini veya gerçekleşmesi muhtemel ilişkileri de kapsayabildiğini ortaya koymuşlardır. Buna göre semptomları deneyimleyen kişiler; belirtilerin tekrar ortaya çıkmasına veya olası partnerlerini örseleme ihtimaline ilişkin endişe duymaları nedeniyle romantik ilişkilere karşı isteksiz olmakta, ikinci randevulara gitmeme eğilimi sergilemektedir.

Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtiler

İlişki temalı OKB'nin diğer bir boyutunu oluşturan ve partneri merkeze alan obsesif kompulsif belirtiler ilişkiden ziyade partnere yönelik tekrarlayıcı değerlendirmeleri ve davranışları içermektedir (Doron ve diğerleri, 2012b). Doron ve diğerleri (2012b) tarafından partner odaklı obsesyon ve kompulsyonların incelenmesi amacıyla ölçüm aracının geliştirildiği (bkz. Partner-Related Obsessive- Compulsive Symptoms Inventory) bir çalışmada partnere yönelik değerlendirmelerin altı alt boyutta kümelendiği bulunmuştur. Bu alt boyutlar; partnerin fiziksel görünümü, sosyal becerileri, entelektüel ve ahlaki düzeyi, başarı durumu ve duygusal yönden tutarlılığı olarak sıralanmaktadır. Partnerin özelliklerini değerlendirmek, partneri yetersiz olarak algılamayı artırmakta ve bu yetersizlik algısının da bireydeki düşük düzey benlik saygısını, olumsuz duygudurumu, güvensiz bağlanmayı, genel OKB semptomlarını ve ilişkili inançları yordadığı bildirilmektedir (Doron ve diğerleri, 2012b).

Özellikle partnerin fiziksel görünümü ile ilgili kusur algısının mevcudiyeti nedeniyle bu alt tür alanyazında beden dismorfik bozukluğa benzer değerlendirilmektedir (Greenberg ve diğerleri, 2013). İki tanı grubu arasındaki benzerliği hem kendine hem de partnere yönelik artan dikkat ve felaketleştirici değerlendirmelerle ele alan araştırmacılara göre bireyin kendisine yönelik dikkatinin artması, kendisini daha fazla kusurlu ve partnerini de daha fazla yetersiz olarak algılamasıyla karakterizedir (Doron ve diğerleri, 2012b). Benzer biçimde, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısı, partner odaklı obsesif kompulsif semptomları yordamaktadır (Abak, 2019).

Doron ve diğerlerine (2012b) göre, partnere ilişkin yetersizlik algıları ile baş edebilmek için kullanılan stratejiler arasında partnerin kişilik ve davranışsal özellikleri bakımından değerlendirilmesi ve bu özelliklerin yineleyici biçimde kontrol edilmesi bulunmaktadır. Partnerde algılanan yetersizliklerin, başkaları tarafından da fark edilebileceği veya daha fazla dışsal karşılaştırmaların yapılabileceği sosyal ortamlarda bulunmama gibi kompulsiyonlar yer almaktadır (Doron ve diğerleri, 2012b). Benzer şekilde, genel OKB'de de sıkıntı verici dışsal bir etmen belirtileri şiddetlendirebilmekte (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2001) ve bireyin kendi

duygularına dair inançları da OKB ile ilişkili olabilmektedir (Smith ve diğerleri, 2012). Öte yandan, duygulara yönelik inançların değerlendirildiği bir çalışmada kontrol edilemezlik, ruminasyon, suçluluk ve tehlikelilik gibi duygusal şemalara OKB grubunda daha sık rastlanmıştır (Oğuz ve diğerleri, 2019). McCubbin ve Sampson (2006) yaptıkları bir araştırmada duyguların tehditkâr biçimde değerlendirilmesinin, OKB semptomlarının artmasıyla ilişki olduğunu bulmuşlardır. Araştırmacılara göre, OKB’de duygulanımından kaçınma görülebilmektedir. Öte yandan kaçınma gibi davranışların toplumsal ilişkiler, akademik başarı veya mesleki etkililik gibi yaşantılarda kısıtlamalara neden olduğu bilinmektedir (Doron ve diğerleri, 2012b).

Bu bilgiler ışığında ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin tetikleyicileri arasında romantik bir film, başka çiftler, arzu edilen niteliklere sahip diğerleri gibi durumsal etmenlerin bulunmasının yanı sıra bireyin sıkılganlık, kızgınlık, anksiyete, kıskançlık ve ilgi kaybı gibi duygusal deneyimleri de yer almaktadır (Doron ve diğerleri, 2014a). Ayrıca evlenme, çocuk sahibi olma gibi ilişkinin yönünü ve niyetini değiştirebilecek durumlarda da belirtilerde artış görülebilmektedir (Doron ve diğerleri, 2014b). Doron ve diğerlerine (2014a) göre, (a) tetikleyici durumlar ilişkiyi sonlandırma niyetini ortaya çıkarabilir, (b) bu tetikleyiciler kişinin deneyimlediği mutsuzluk ve sevgisizlik gibi duygusal durumu ile ilgili veya partnerinin sahip olduğu yetersizliklerle ilgili tekrarlayıcı ve araya girici düşünceleri şiddetlendirebilir, (c) tüm bu değerlendirmeler neticesinde ise birey utanç, suçluluk veya kaygı gibi duyguları deneyimlemekle birlikte kompulsif davranışlar sergileyebilir.

İlişki temalı OKB belirtilerinin boylamsal etkilerinin incelenmesi amacıyla Szepeswol ve diğerlerinin (2016) yürüttüğü bir çalışmada uzun süreli birlikteliği olan kişilerde ilişki odaklı OKB belirtilerinin, partner odaklı OKB belirti şiddetini arttırdığı saptanmıştır. Araştırmacılara göre, ilişkinin erken evresindeyken ortaya çıkan şüpheler, daha doğal algılanıp partnerin kusurları üzerinde düşünmeyi tetiklememekte ancak uzun süreli ilişkilerde aynı şüpheler daha ciddi endişeler olarak yorumlanmakta ve endişelerin nedeni olarak da partnerin kusurlarına odaklanılmaktadır.

Doron ve diğerlerine (2014a) göre, birliktelikte görülen araya girici düşünceler ve kompulsif davranışlar, bireyin hem kendi değer yargularıyla hem de ilişkide deneyimlediği yaşantılarla zıtlık gösterebilmektedir. Bu bozukluğun birey üzerinde olumsuz etkileri olmakla birlikte ilişki bağlamında da zorlanmalara neden olduğu görülmektedir. Örneğin, Doron ve diğerleri (2014b) tarafından yapılan bir çalışmada; ilişki temalı OKB’nin her iki boyutunun da cinsel olarak tatminsizlikle ilişkili olduğu ve bu ilişkiye, ilişki doyumunun aracılık ettiği bulunmuştur. Araştırmacılara göre, ilişkiye yönelik artan kaygı ve korku döngüsü, ilişki doyumunu azaltmakta ve bu da cinsel tatminsizliği artırmaktadır. Öte yandan obsesif biçimde

güven duyamamak, partner odaklı OKB semptom grubu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmakta ve obsesif güvensizlik hem bireyin hem de partnerinin maruz kaldığı fiziksel veya cinsel şiddetle ilişkili olmaktadır (Brandes ve diğerleri, 2020).

Bireyin takıntı ve zorlantılarına partnerinin uyma davranışı göstermesi; şiddetli belirtiler, düşük ilişki tatmini, artmış eleştiri algısı ve tedavi sonuçlarının olumsuzluğuyla ilişkili bulunmuştur (Boeding ve diğerleri, 2013). Aile bireylerinin uyum göstermemesi durumunda ise OKB tanılı bireyler agresif ve şiddetli tepkiler ortaya koyabilmektedirler (Lebowitz ve diğerleri, 2011). Görüldüğü üzere, önemli diğerlerinin belirtilere yönelik tepki türleri farklılaşsa da sonuçlar olumsuz niteliğini korumaktadır. Başka bir deyişle her iki durumda da (dahil olma/olmama) hem bireyin kendisi hem de partner veya diğer aile üyeleri yaşam kalitesi ve işlevsellik bakımından olumsuz etkilenmektedir (Cherian ve diğerleri, 2014; Lebowitz ve diğerleri, 2016; Parlapan Baş, 2019; Wu ve diğerleri, 2016). Çift bağlamında yaşanan iletişim sorunlarının, OKB'de istenmeyen duygusal deneyimlerden kaçınma ve ilişki üzerinde denetim kurmayla ilişkili olmasının (Boeding ve diğerleri, 2013; Mahapatra ve diğerleri, 2020) yanı sıra ilişkide duygusal desteğin olmaması (Çiçek ve diğerleri, 2013) ve kızgınlık algısı (Remmerswall ve diğerleri, 2016) düşük ilişki tatminiyle bağlantılıdır.

İlişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler hakkındaki bilgiler göz önüne alındığında bu semptom grubunun oluşmasında ve devamlılık göstermesinde bağlanma tarzlarının (Doron ve diğerleri, 2014a; Yıldırım, 2018) ve bilişsel çarpıtmaların (Doron ve diğerleri, 2014a; Doron ve diğerleri, 2016) risk faktörleri olarak ele alınabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle ilerleyen bölümde bu semptom grubunda bağlanma tarzları ve bilişsel çarpıtmalar incelenmiştir.

Risk Faktörleri

Bağlanma Tarzları. Yaşamın erken dönemlerinde bakım verenle kurulan etkileşimler temelinde şekillenen ve içselleştirilen bağlanma tarzları (Bowlby, 1973) yaşamın sonraki dönemlerinde de bireyin benlik değerlendirmelerini ve diğerleriyle kurduğu ilişkilerini etkilemektedir (Bowlby, 1988; Ainsworth, 1989). Mikulincer ve Shaver'e (2007, s.369) göre, gelişimsel açıdan güvenli bağlanmanın inşasında bağlanma figürleri ile yaşanan sevgi, ilgi, bakıma ilişkin tekrarlayıcı olumlu deneyimler etkili olmakta ve bu deneyimler bireylerin psikolojik iyilik halinde rol oynamaktadır. Güvenli bağlanmaya karşın kaygı/kaçınma olarak kümelenen güvensiz bağlanma tarzında ise diğerlerinin ve kendisinin olumsuz temsili söz konusudur. İhmalkâr, reddedici ve ulaşılamaz bağlanma figürleriyle deneyimlenen olumsuz yaşantılar neticesinde oluşan güvensiz bağlanma hem kişisel hem de kişilerarası kısıtlılıklara neden olmakta ve bireyi psikopatoloji bakımından riskli konuma getirmektedir (Doron ve

diğerleri, 2009; Mikulincer ve Shaver, 2007). Kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeylerindeki artışın; düşük düzey benlik algısıyla ilişkili olmasının yanı sıra bu artış bireyin mevcut hayatını, kişilerarası ilişkilerini ve geleceğini daha olumsuz yorumlamasını tetiklemekte ve bireyin psikolojik sorunlara karşı hassasiyetini arttırmaktadır (Hisli ve Yaka, 2010). Bağlanmanın kaygılı ve kaçınan alt boyutlarını gösteren bireylerde abartılmış tehdit ve sorumluluk inancına daha fazla rastlanmakta ve bu inançlar, OKB'ye yönelik bilişsel bir yatkınlık olarak ele alınabilmektedir (Boysan ve Çam, 2016).

Sümer ve diğerlerinin (2009) yürüttüğü bir çalışmada OKB grubunda yüksek düzey kaygılı bağlanma görülmesinden dolayı bağlanma kaygısı, OKB için bir risk faktörü olarak ele alınmıştır. Başka bir çalışmada OKB tanı grubunun kontrol grubuna göre kaygılı bağlanma puanları daha yüksekken kaçınan bağlanma türünde anlamlı bir farka rastlanmamıştır (Vatan, 2016). Kaygılı bağlanmanın, bireyin zorlayıcı yaşam olaylarıyla başa çıkma kapasitesini azaltması dolayısıyla OKB belirtilerini arttırabileceği bildirilmektedir (Doron ve diğerleri, 2011). Kaygılı bağlanan bireylerde terk edilmeye yönelik korkunun yüksek düzeyde olduğu görülmekte ve bu durumun açıklayıcıları arasında zorlayıcı yaşam deneyimlerinin olumsuz sonuçlarını büyütme ve ruminatif düşünme yoluyla benlik hakkında başarısızlık algılama eğilimi yer almaktadır (Doron ve diğerleri, 2012c). Yakın ilişkiler bağlamı göz önüne alındığında kaygılı bağlanmanın ve incinebilir benlik algısının, ilişki temalı obsesif kompulsif belirtilerin gelişiminde ve devamlılığında etkili olduğu söylenebilir. Benlik değerini ilişkisiyle birlikte ele alan bireylerde ilişki temalı obsesyon ve kompulsiyonlar daha ciddi seyrederken kaygılı bağlanmanın da daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Doron ve diğerleri, 2013).

Aşırı korumacı ebeveyn tutumu nedeniyle ortaya çıkan kaygılı bağlanmada, birey ilişkisiyle ve duygularıyla ilgili araya girici düşüncelere ve obsesif düşünme biçimine karşı daha hassas olabilmekte ve daha şiddetli ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler deneyimleyebilmektedir (Trak ve İnözü, 2019). Doron ve Szepsenwol'e (2015) göre, partner odaklı OKB belirtileri yüksek olan bireylerin benlik saygısı düzeyleri daha düşük olmasına rağmen partnerlerine ilişkin olumlu nitelikte düşünceler söz konusu olduğunda benlik saygısında farklılaşma gözlenmemektedir. Yazarlar bu durumu, partner odaklı OKB belirtileri görülen bireylerin olumsuz düşüncelere karşı hassasiyet eşiklerinin daha düşük olmasıyla açıklamaktadırlar.

Evlilik kalitesi ve bağlanma tarzlarının incelendiği ve ilişki odaklı OKB belirtilerinin aracı etkisinin saptandığı bir çalışmada (Kabiri ve diğerleri, 2017), ilişki içinde sürekli güvence arayışı gibi obsesyon ve kompulsiyonların partner üzerinde baskı yaratmasıyla ilişkide daha sık çatışma ve gerginlik deneyimlendiği ve evlilik doyumunda azalma olduğu görülmüştür. Kaygılı bağlanma ile ilişkili olarak ele alınan bir başka faktör ise obsesif güvensizliktir. Brandes

ve diğerlerine (2020) göre, obsesif güvensizlik; güvensiz bağlanmanın kaygılı alt türüyle, ilişki niyetindeki kararsızlıklarla, bilişsel ve davranışsal kıskançlıklarla karakterize olmakta ve ilişkide stres ve huzursuzluğa yol açmaktadır. Bu nedenle ilerleyen bölümde ilişkiye yönelik olan obsesif kompulsif belirtiler bilişsel çarpıtmalar dahilinde ele alınacaktır.

Bilişsel Çarpıtmalar. Araya girici nitelikteki düşüncelerin, bireyin benlik duygusu ve inançlarıyla uyumsuzluk doğuracak biçimde değerlendirilmesi (Clark ve Purdon, 1993), felaketleştirici ve işlevsiz yorumlanması (Rachman, 1997, 1998) obsesyonların gelişiminde önemli bir etmendir. Değerlendirme, yorumlama ve kontrol etme biçimleri obsesif ve araya girici nitelikteki düşüncelerin farkını ortaya koymaktadır (Moulding ve diğerleri, 2014; Salkovski, 1985). Bu doğrultuda belirsizliğe tahammülsüzlük, mükemmeliyetçilik, abartılı tehdit ve sorumluluk (Izadi ve diğerleri, 2014), düşüncelere gösterilen aşırı önem ve kontrol stratejileri (Clark ve Purdon, 1993; Izadi ve diğerleri, 2014; Rachman, 1997, 1998) araya girici düşünceleri işlevsiz biçimde değerlendirmeyi etkilemekte ve obsesyon haline getirmektedir. Bu bağlamda OKB tanılı bireyler daha fazla mükemmeliyetçi eğilimler sergilemekte, düşüncelere ve bu düşünceleri kontrol etmeye daha fazla önem vermekte, bir unsuru tehdit olarak görmeye daha yatkın olmakta, sorumlulukları abartmakta ve bu bireylerde belirsizliğe tolerans eşiği daha düşük olmaktadır (Konkan ve diğerleri, 2012; Köse Karaca ve Gürsoy, 2019). Öte yandan bu bilişsel değişkenlerin yanı sıra OKB grubunda düşünceyi kontrol etmeyle birlikte kendine ceza verme gibi kompulsif davranışlar ve düşünce eylem kaynaşması daha sık sergilenmektedir (Yorulmaz ve diğerleri, 2013). Bu bağlamda Şema Terapi yaklaşımından bakıldığında erken dönem ihtiyaçların karşılanmaması sonucu oluşan sosyal izolasyon, cezalandırıcılık ve başarısızlık gibi şemalar ile (Basile ve diğerleri, 2017) şema modlarının OKB ile ilişkili olduğu (Aytaç ve diğerleri, 2020) özellikle de cezalandırıcı ebeveyn ve kaçınan başa çıkma modunun ilişkili olduğu yönünde (Basile ve diğerleri, 2017) çalışmalar vardır. Yanı sıra, OKB’de görülen uyumsuz inanç ve şemaların Bilişsel Davranışçı Terapi [BDT] ile değişimini inceleyen bir çalışmada mükemmeliyetçilik, bağımlılık ve yetersizlikle ilgili uyumsuz şemaların belirtilerdeki azalmaya aracılık ettiği bildirilmiştir (Wilhmen ve diğerleri, 2015). OKB’de Panik Bozukluk ve normal kontrol grubuna göre kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon/yabancılaşma şemalarına daha sık rastlanmaktadır (Kwak ve Lee, 2015). Bu bulgu göz önüne alındığında, sosyal izolasyon/yabancılaşma şemasını, obsesyon ve kompulsiyonlar tarafından güçlendirilen kusurluluk/ utanç şeması arttırabildiği ve böylece kusurluluk/utanç inançları kişilerarası ilişkilere de yansıtılabildiği söylenebilir (Weingarden ve Renshaw, 2015). OKB’ye benzer şekilde Beden Dismorfik Bozukluk’taki bilişsel değerlendirme hatalarını inceleyen araştırmacılar (Fang ve diğerleri, 2020) bilişsel hataların; erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili olabileceği

gibi dikkatin seçici biçimde algılanan kusura odaklanmasıyla da ilişkili olabileceğini ve fiziksel görünüm hakkındaki uyumsuz inançları içerdiğini ifade etmektedir.

OKB ve ilişkili bozuklukların bilişsel modeline benzer biçimde ilişki temalı obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireylerde de işlevsiz inanç ve değerlendirmelere rastlanmaktadır (Doron ve diğerleri, 2012a, 2012b). OKB ve ilişkide OKB tanılı bireylerin karşılaştırılmasına dayalı bir çalışmada, mevcut birlikteliğin doğru olmadığına yönelik değerlendirmelerin, ilişki temalı OKB belirtileri olan bireylerde daha sık bildirildiği ve bu grupta ayrılık sonrası yaşanacak olan yalnız kalma durumunun daha olumsuz değerlendirildiği gözlenmiştir (Doron ve diğerleri, 2016). Doron ve diğerlerine (2014a) göre, ilişki temalı OKB’de ilişkinin kendisiyle veya partnerle ilgili eksiklikleri bir tehdit olarak algılama, ilişkinin ve partnerin mükemmel olmadığına yönelik inançlar veya ilişkinin geleceği ile ilgili belirsizliklere katlanamama gibi bilişsel yanlılıklar görülmekte ve bu doğrultuda araya girici düşünceler işlevsiz biçimde değerlendirilmektedir. Bu durum “Saatlerdir aramadığına göre beni gerçekten sevmiyor” veya “Onunlayken daima mükemmel hissetmediğime göre belki de o doğru kişi değil” şeklinde düşünce hatalarıyla olabilmektedir (Doron ve diğerleri, 2014a). Öte yandan ilişkide OKB belirtilerine ve işlevsiz inançlara yönelik BDT temelli geliştirilen mobil uygulamanın (bkn. GG Relationship Doubts) kullanıldığı bir çalışmada belirtilerle ilişkili uyumsuz inançlardaki değişimlerin benlik algısını olumlu yönde etkilediği ve birliktelikle ilgili sıkıntıyı azaltabildiği bulunmuştur (Cerea ve diğerleri, 2020).

Bir başka çalışmada ilişki temalı OKB semptom grubunun gelişimsel yordayıcıları olarak ebeveyn psikolojik kontrolü, mükemmeliyetçilik ve bağlanma biçimleri incelenmiştir (Yıldırım, 2018). Mevcut çalışma; bireyin uyumsuzluk içeren mükemmeliyetçi yaklaşımının, partnerine ve ilişkisine ilişkin obsesif düşünme biçimi ile ortaya çıktığına işaret etmektedir. Öte yandan hem ebeveyn psikolojik kontrolü ve ilişki temalı obsesif kompulsif belirtiler arasında hem de kaygılı bağlanma ve partner odaklı obsesif kompulsif belirti kümesi arasında uyumsuz mükemmeliyetçiliğin aracı rolünün olduğu saptanmıştır. Öte yandan erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğerleri yönelimlilik şema alanlarının bireyin mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinde artışa neden olduğu ve bunun da partner odaklı obsesif kompulsif belirtileri arttırdığı bildirilmektedir (Toroslu, 2020).

Doron ve diğerlerine (2016) göre ilişkide obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireyler OKB ve ilişkili diğer bozukluklardan farklı olarak düşünceleri ve bunların kontrolünü ve abartılı sorumluluk inançlarını daha fazla önemsemektedirler. Öte yandan bireyin kendi düşüncelerine odaklanıp bunları kendi duygularıyla ve ilişkisiyle ilgili olumsuz göstergeler olarak yorumlaması da belirtileri şiddetlendiren diğer bir etmendir (Doron ve diğerleri, 2014a;

Doron ve diğerleri, 2012a). Başka bir ifadeyle partnerinde veya ilişkisinde algıladığı yetersizliklerin nedeni olarak partnerine beslediği sevgisinin eksik olduğu yönündeki işlevsiz değerlendirmeleri (Doron ve diğerleri, 2014a) sonucunda birey, kendisini daha huzursuz hissetmekte ve bu huzursuzlukla başa çıkabilmek için onay arama veya kontrol etme gibi kompulsif davranışlar sergilemektedir (Doron ve diğerleri, 2012a). Öte yandan duyguların ve ilişkinin ne olması gerektiğine yönelik -malı, -meli ifadelerini kapsayan abartılı romantik inançlar ilişki deneyimlerinin yorumlanmasındaki yanlılıkları arttırmaktadır (Doron ve Derby, 2017). Bununla birlikte diğerlerine güven duyma ile ilgili uyumsuz inançları ve partnere yönelik daha fazla beklenti içinde olmayı tetikleyen bağlanma kaygısı ve partnere yönelik güvensizlik duygusu, ilişki bağlamında kendini gerçekleştiren kehanetlere dönüşebilmektedir (Rodriguez ve diğerleri, 2015). İlişki ile ilgili takıntı ve zorlantıları olan bireylerin OKB tanımlı bireylere göre daha fazla depresif belirti göstermelerinin (Doron ve diğerleri, 2016) yanı sıra obsesyon ve kompulsiyonlarla ilgili inançlar; depresyon, kaygı ve huzursuzlukla birlikte öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkileyip ilişkide görülen OKB belirtilerinin devamlılığına neden olmaktadır (Melli ve diğerleri, 2018).

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada yakın ilişkilerde görülen ve Obsesif Kompulsif Bozukluk ile birlikte ele alınan romantik ilişki temalı obsesif kompulsif belirtilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Gerçekleştirilen incelemeler ve gözden geçirme çalışması sonucunda İlişki Temalı Obsesif Kompulsif Bozukluk olarak kavramsallaştırılan semptom grubunun ilgili alan yazına son dönemlerde kazandırıldığı ve henüz DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'nda yer almadığı görülmüştür. Sıklıkla romantik birlikteliklerde incelenen bu semptom grubu, genel OKB ile kavramsal bakımdan örtüşüyormuş gibi görünmesine rağmen hem belirtilerin yoğunlaştığı bağlam (ebeveyn-çocuk ilişkisi/ romantik ilişkiler) hem de belirtilerin odağı (ilişki odaklı/ partner odaklı) göz önüne alındığında her iki tanı grubunun farklılıklar gösterdiği söylenebilir. İlişki temalı OKB'de belirtilerin genel OKB'deki gibi nesnelere (temizlik malzeme ve gereçleri kullanma, sayı sayma, kaldırımın çizgilerine basmama gibi) ziyade insani ilişkilere odaklanmaktadır. Diğer bir deyişle, İlişki Temalı OKB'de bireylerin uğraşısı yakın insani ilişkiler üzerindedir ve genel OKB'deki gibi nesnelere uğraşmaktan uzaktır. Bu bakımdan bu semptom grubunun takıntı ve zorlantı düzleminde genel OKB ile benzerliklerinin olduğu ancak mevcut farklılıkları nedeniyle OKB'nin bir alt türü olarak ele alınabileceği düşünülmektedir.

Alan yazına henüz kazandırılmış olması ile birlikte etiyolojik, epidemiyolojik araştırmaların ve ölçümleme araçlarının kısıtlılığı göz önüne alındığında bu semptom grubuna dair var olan bilgilerin sınırlılığı ortaya koyulmaktadır. Özellikle ulusal alan yazın için daha

yeni bir alan olduğu ifade edilebilir. Öte yandan, bu semptom grubuna dair yürütülen çalışmaların odağının sıklıkla romantik ilişkiler olması nedeniyle ebeveyn-çocuk ilişkisi gibi diğer pek çok ilişki bağlamının göz ardı edildiği düşünülmektedir (Parlapan Baş, 2019). Dolayısıyla bağlamsal farklılıklarını, risk faktörlerini, başlangıç yaşını, hem cinsiyetler arası hem de kültürler arası farklarını, klinik görünümü, prognozu ve tedavi alanlarını kapsayan pek çok ulusal ve uluslararası yeni araştırmalara ihtiyaç duyulduğu belirtilebilir. İşlevsel olmayan biçimde seyreden takıntı ve zorlantılar hem bireyi (Doron ve diğerleri, 2014a; Szepeswol ve diğerleri, 2016) hem partnerini (Boeding ve diğerleri, 2013; Brandes ve diğerleri, 2020; Cherian ve diğerleri, 2014; Lebowitz ve diğerleri, 2016; Wu ve diğerleri, 2016) depresyon ve anksiyete yaşamaya açısından riske etmektedir. Ayrıca, ikili arasındaki ilişkinin zorlayıcı hale gelmesi göz önüne alındığında ilişkiden alınan doyumun da etkileneceği düşünülmektedir (Parlapan Baş, 2019).

Bu derlemede ilişkilerde görülen obsesif kompulsif belirtilerin risk etmenleri olarak bağlanma tarzları ve bilişsel çarpıtmalar ele alınmıştır. Buna göre hem ilişkiye yönelik hem de partnere yönelik obsesif kompulsif bireylerle gerçekleştirilen çalışmaların sonuçları; güvensiz bağlanmanın özellikle de kaygılı alt türünün (Brandes ve diğerleri, 2020; Doron ve diğerleri, 2013; Yıldırım, 2018) ve düşük düzey benlik değerinin (Kabiri ve diğerleri, 2017; Trak ve İnözü, 2019) belirtilerin ortaya çıkmasında ve sürdürülmesinde önemli olduğunu destekler niteliktedir. Kişi kendine yönelik değerini, diğeriyle kurduğu etkileşimler üzerine biçimlendirdiğinde ve bu biçimlendirme neticesinde kendine yönelik olumsuz bir algıya kapıldığında sahip olunan tanıdan bağımsız olarak psikolojik iyi oluş üzerinde yıkıcı etkiler görülebileceği söylenebilir (Hisli ve Yaka, 2010; Trak ve İnözü, 2019). Bu açıdan ele alındığında benliğin özellikle de ilişkiler yüzünden olumsuz algılanmasının, hem obsesif kompulsif belirtileri meydana getiren hem de bu belirtiler nedeniyle kişinin daha çok olumsuz duygular yaşamaya ve dolayısıyla belirtilerin şiddetlenmesine neden olan bir kısır döngüyü doğurabileceği düşünülmektedir.

Bilişsel model doğrultusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde Genel OKB’de de risk etmenleri olarak değerlendirilen pek çok fonksiyonel olmayan inancın yanı sıra ilişki temalı OKB’ye özgü çeşitli bilişsel çarpıtmaların da varlığı dikkat çekmektedir. İlişki veya partnere yönelik olumsuz değerlendirmeler neticesinde birey bu değerlendirmeyi neden yaptığını düşünerek olumsuz duygusal ve davranışsal tepkileri gerçekleştiriyor olabilir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen işlem daha fazla olumsuz davranışsal ve duygusal çıktıları olan bir kısır döngü olarak ele alınabilir (Doron ve diğerleri, 2012a; Doron ve diğerleri, 2016). Kusursuzluğun ve belirsizliğin sınır noktasının çizilmesinin (Doron ve Derby, 2017; Toroslu, 2020; Wilhman ve diğerleri, 2015) ve aslında ilişkinin kişi için ne anlam ifade ettiğinin belirlenmesinin sağaltım

sürecinde olumlu etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Bağlanma tarzının kişiyi savunmasız kaldığı bilişsel çarpıtmalara ve otomatik düşüncelere nasıl hazırladığının altının çizilebileceği düşünülmektedir. Otomatik düşünceler Sokratik sorgulama tekniği ile sorgulanırken özellikle bağlanma ve yakın ilişkiler kurma gibi erken dönem yaşantıların önemine değinilebilir. İlişkiye yönelik obsesyonların ne kadarının partnerinden ne kadarının danışanın yakın ilişkiler kurmaya yönelik kaygılı hazır oluşundan kaynaklandığı sorgulanabilir.

OKB'nin diğer alt tipleriyle kıyaslandığında ilişki temalı OKB'de zihinsel ritüeller fark edilmeyecek nitelikte olabilir (Lombardi ve Rodriguez, 2019). Bu doğrultuda ilişkiye dönük OKB belirtilerinin genel OKB'den ayrı tutularak oluşturulacak vaka formülasyonu ve tedavi protokolünün, prognoz bakımından bireye ve bireyin psikoterapi sürecine işlevsellik kazandıracağı söylenebilir. Örneğin, maruz bırakma ve tepki önleme yaklaşımıyla belirtilerde azalma gözlenen ilişkide OKB semptomlarına sahip bir olguda birlikteliğin devam etmesi veya sonlandırılması gibi ilişki temalı içerikli en kötü senaryolar oluşturulup hayali maruz bırakma psikoterapi sürecine eklenmiştir (Lombardi ve Rodriguez, 2019). Bununla birlikte partnerini daha az çekici algıladığı fotoğraflara bakmak ve diğer romantik partner adaylarını değerlendirmek gibi in vivo tekniklerinin de kullanıldığı bildirilmiştir (Lombardi ve Rodriguez, 2019). Hayali ya da in vivo maruz bırakma tekniklerinin tetikleyici yakın insani ilişkiler üzerinden biçimlendirilmesinin ilişki temalı OKB'nin psikoterapisinde kullanıldığı ve yararlı olduğu görülmektedir (Doron ve diğerleri, 2014a).

İlişkisel sorunların göz ardı edilmesi veya partnerlerden birinin tedaviye gönüllü olmaması gibi durumlar, ilişki temalı OKB'nin psikoterapisinde zorlayıcı bir faktördür (Lombardi ve Rodriguez, 2019). Bu yüzden çift bağlamında baş etme stratejilerinin geliştirilmesinin ilişki temalı OKB psikoterapisinde önem arz ettiği ifade edilebilir. Tüm bu bilgiler ışığında ifade edilen önerileri gerçekleştirebilmek için uygulama ve araştırma alanında ilişkide obsesif kompulsif semptom grubuna dair ulusal ve uluslararası alan yazında daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Bu belirtilerin gelişimsel mekanizmalarını ve sürdürücü etmenlerini tanımlayabilmenin psikoterapi sürecini destekleyeceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Abak, E. (2019). *Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- 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, S. J., Fabricant, E. L. ve Jacoby, J. R. (2013). Obsessive-Compulsive Disorder. İçinde W. E. Craighead, D. J. Miklowitz ve L. W. Craighead (Ed.), *Psychopathology: History, diagnosis, and empirical foundations* (2. basım) (ss. 80-107). New York: John Wiley & Sons.
- Abramowitz, S. J. ve Siqueland, L. (2013). Obsessive-Compulsive Disorder. İçinde L. G. Castonguay ve T. F. Oltmanns (Ed.), *Psychopathology: From science to clinical practice* (ss. 143-171). New York: Guilford Publications.
- Ainsworth M. D. S. (1989) Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-16. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
- Aktaş, M. C. ve Çuhadar, D. (2020). Evaluation Of The Social Adjustment And Quality Of Life In Patients With Obsessive Compulsive Disorder. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 15(2), 55–70. <https://doi.org/10.12739/nwsa.2020.15.2.1b0090>
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2001). *DSM-IV-TR Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı* (Yeniden Gözden Geçirilmiş Baskı). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı* (5. basım). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aytaç, M., Köse Karaca, B. ve Karaosmanoğlu, A. (2020). Turkish adaptation of the short schema mode inventory. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27(3), 346-363. <https://doi.org/10.1002/cpp.2432>
- Basile, B., Tenore, K., Luppino, O. I. ve Mancini, F. (2017). Schema therapy mode model applied to OCD. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(6), 407-414.
- Boeding, S. A., Paprocki, C. M., Baucom, D. H., Abramowitz, J. S., Wheaton, M. G., Fabricant, L. E. ve Fischer, M. S. (2013). Let me check that for you: Symptom accommodation in romantic partners of adults with Obsessive-Compulsive Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 51, 316-322. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.03.002>
- Boysan, M. ve Çam, Z. (2016). An investigation into the role of attachment insecurities in obsessive-compulsive symptoms. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(5), 566–581. <https://doi.org/10.1080/03069885.2016.1262533>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R. ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>
- Brandes, O., Stern, A. ve Doron, G. (2020). “I just can't trust my partner”: Evaluating associations between untrustworthiness obsessions, relationship obsessions and couples violence. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.100500>

- Cerea, S., Ghisi, M., Bottesi, G., Carraro, E., Broggio, D. ve Doron, G. (2020). Reaching reliable change using short, daily, cognitive training exercises delivered on a mobile application: The case of Relationship Obsessive Compulsive Disorder (ROCD) symptoms and cognitions in a subclinical cohort. *Journal of Affective Disorders*, 276, 775-787. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.043>
- Cicek, E., Cicek, I. E., Kayhan, F., Uguz, F. ve Kaya, N. (2013). "Quality of life, family burden and associated factors in relatives with obsessive-compulsive disorder". *General Hospital Psychiatry*, 35(3), 253-258. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2013.01.004>
- Cherian, A. V., Pandian, D., Math, S. B., Kandavel, T. ve Janardhan Reddy, Y. C. (2014). Family accommodation of obsessional symptoms and naturalistic outcome of obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 215(2), 372-378. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.11.017>
- Clark, D. A., ve Purdon, C. (1993). New Perspectives for a Cognitive Theory of Obsessions. *Australian Psychologist*, 28(3), 161-167. <https://doi.org/10.1080/00050069308258896>
- Doron, G. ve Derby, D. (2017). Assessment and treatment of relationship-related OCD symptoms (ROCD): A modular approach. İçinde J. S. Abramowitz, D. McKay ve E. A. Storch (Ed.), *The Wiley Handbook of Obsessive Compulsive Disorders* (ss. 547-564). Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.
- 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. ve Szepsenwol, O. (2017). "I can't stop thinking about my child's flaws": An investigation of parental preoccupation with their children's perceived flaws. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 14, 106-111. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2017.06.007>
- Doron, G., Derby, D., Szepsenwol, O., Nahaloni, E. ve Moulding, R. (2016). Relationship Obsessive-Compulsive Disorder: Interference, symptoms, and maladaptive beliefs. *Frontiers in Psychiatry*, 7(12). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2016.00058>
- Doron, G., Derby, D. S., Szepsenwol, O. ve Talmor, D. (2012a). Tainted love: Exploring relationship-centered 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., Derby, D. S., Szepsenwol, O. ve Talmor, D. (2012b). Flaws and all: Exploring partner-focused obsessive-compulsive symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1(4), 234-243. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2012.05.004>
- 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>
- Doron, G., Moulding, R., Kyrios, M., Nedeljkovic, M. ve Mikulincer, M. (2009). Adult attachment insecurities are related to obsessive compulsive phenomena. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28, 1022-1049.
- Doron, G., Moulding, R., Nedeljkovic, M., Kyrios, M., Mikulincer, M. ve Sar-El, D. (2011). Adult attachment insecurities are associated with obsessive compulsive disorder. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(2), 163-178. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02028.x>
- Doron, G., Sar-El, D. ve Mikulincer, M. (2012c). Threats to moral self-perceptions trigger obsessive compulsive contamination-related behavioral tendencies. *Journal of Behavior*

- Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(3), 884–890.
<https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2012.01.002>
- Doron, G. ve Szepeswol, O. (2015). Partner-focused obsessions and self-esteem: An experimental investigation. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 49, 173–179.
<https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.05.007>
- Doron, G., Szepeswol, O., Karp, E. ve Gal, N. (2013). Obsessing about intimate-relationships: Testing the double relationship-vulnerability hypothesis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44(4), 433–440. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.05.003>
- Fang, A., Steketee, G., Keshaviah, A., Didie, E., Phillips, K. A. ve Wilhelm, S. (2020). Mechanisms of change in Cognitive Behavioral Therapy for Body Dysmorphic Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 44, 596–610. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10080-w>
- 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>
- Gomes, J. B., Noppen, B. V., Pato, M., Braga, D. T., Meyer, E., Bortoncello, C. F. ve Cordioli, A. V. (2014). Patient and family factors associated with family accommodation in obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 68(8), 621–630.
<https://doi.org/10.1111/pcn.12172>
- Greenberg, J. L., Falkenstein, M., Reuman, L., Fama, J., Marques, L. ve Wilhelm, S. (2013). The phenomenology of self-reported body dysmorphic disorder by proxy. *Body Image*, 10(2), 243–246. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.01.001>
- Hisli Şahin, N. ve Yaka, A. İ. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), kendilik algısı, olumsuz otomatik düşünceler ve psikopatolojik belirtiler bağlamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 64–76.
- Izadi, R., Asgari, K., Neshatdust, H., ve Abedi, M. (2012). Assessment of obsessive beliefs in individuals with obsessive-compulsive disorder in comparison to healthy sample. *International Journal of Psychology and Counselling*, 4(7), 81–85.
<https://doi.org/10.5897/IJPC12.010>
- Kabiri, M., Neshat-Doost, H. T. ve Mehrabi, H. A. (2017). The mediating role of relationship obsessive-compulsive disorder in relation to attachment styles and marital quality in woman. *Journal of Research & Health*, 7(5), 1065–1073.
- Kasalova, P., Prasko, J., Ociskova, M., Holubova, M., Vanek, J., Kantor, K., Minarikova, K., Hodny, F., Slepecky, M. ve Barnard, L. (2020). Marriage under control: Obsessive compulsive disorder and partnership. *Neuroendocrinology Letters*, 41(3), 134–145.
- Konkan, R., Şenormancı, Ö., Güçlü, O., Aydın, E. ve Sungur, M. Z. (2012). Obsesif kompulsif bozukluk ve obsesif inançlar. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 91–96.
- Köse Karaca, B. ve Gürsoy, M. (2019). Mükemmeliyetçiliği şema terapiyle ele almak: Bir vaka üzerinden anlatım. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(3), 312–333.
- Kwak, K. H. ve Lee, S. J. (2015). A comparative study of early maladaptive schemas in obsessive–compulsive disorder and panic disorder. *Psychiatry Research*, 230, 757–762.
- Lombardi, A. ve Rodriguez, C. (2019). Enhancing exposure and response prevention treatment in an individual with relationship obsessive-compulsive disorder: A case report. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 33(3), 185–195. <http://dx.doi.org/10.1891/0889-8391.33.3.185>

- Lebowitz, E. R., Omer, H. ve Leckman, J. F. (2011). Coercive and disruptive behaviors in pediatric obsessive-compulsive disorder. *Depression and Anxiety*, 28(10), 899-905. <https://doi.org/10.1002/da.20858>
- Lebowitz, E. R., Panza, K. E. ve Bloch, M. H. (2016). Family accommodation in obsessive-compulsive and anxiety disorders: A five-year update. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 16(1), 45-53. <https://doi.org/10.1586/14737175.2016.1126181>
- Mahapatra, A., Kuppili, P. P., Gupta, R., Deep, R. ve Khandelwal, S. K. (2020). Prevalence and predictors of family accommodation in obsessive-compulsive disorder in an Indian setting. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(1), 43-50. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_299_17
- McCubbin, R. A. ve Sampson, M. J. (2006). The relationship between obsessive-compulsive symptoms and appraisals of emotional states. *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 42-57. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.11.008>
- Melli, G., Bulli, F., Doron, G. ve Carraresi, C. (2018). Maladaptive beliefs in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): Replication and extension in a clinical sample. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 18, 47-53. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.06.005>
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Moulding, R., Coles, M. E., Abramowitz, J. S., Alcolado, G. M., Alonso, P., Belloch, A., Bouvard, M., Clark, D. A., Doron, G., Fernandez-Alvarez, H., Garcia-Soriano, G., Ghisi, M., Gomez, B., Inozu, M., Radomsky, A. S., Shams, G., Sica, C., Simos, G. ve Wong, W. (2014). Part 2. They scare because we care: The relationship between obsessive intrusive thoughts and appraisals and control strategies across 15 cities. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(3), 280-291. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2014.02.006>
- Newth, S. ve Rachman, S. (2001). The concealment of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 39(4), 457-464. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(00\)00006-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(00)00006-1)
- Oguz, G., Celikbas, Z., Batmaz, S., Cagli, S. ve Sungur, M. Z. (2019). Comparison between obsessive compulsive disorder and panic disorder on metacognitive beliefs, emotional schemas, and cognitive flexibility. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(9), 157-178. <https://doi.org/10.1007/s41811-019-00047-5>
- Parlapan Baş, E. (2019). *Association of relationship obsessive-compulsive symptoms with depression, anxiety and stress: Marriage and child related factors as moderators*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 35(9), 793 - 802.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 385 - 401.
- Remmerswaal, K., Batelaan, N., Smit, J., Oppen, P. V. ve Balkom, A. V. (2016). Quality of life and relationship satisfaction of patients with Obsessive Compulsive Disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 11, 56-62. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.08.005>
- Rodriguez, L. M., DiBello, A. M., Øverup, C. S. ve Neighbors, C. (2015). The price of distrust: Trust, anxious attachment, jealousy, and partner abuse. *Partner Abuse*, 6(3), 298- 319. <https://doi.org/10.1891/1946-6560.6.3.298>
- Røsand, G.-M. B., Slinning, K., Eberhard-Gran, M., Røysamb, E. ve Tambs, K. (2012). The buffering effect of relationship satisfaction on emotional distress in couples. *BMC Public Health*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-66>

- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 571-583. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(85\)90105-6](https://doi.org/10.1016/0005-7967(85)90105-6)
- Smith, A. H., Wetterneck, C. T., Hart, J. M., Short, M. B. ve Björgvinsson, T. (2012). Differences in obsessional beliefs and emotion appraisal in obsessive compulsive symptom presentation. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1(1), 54-61. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2011.11.003>
- Starcevic, V. ve Brakoulias, V. (2017). Current understanding of the relationships between obsessive-compulsive disorder and personality disturbance. *Current Opinion in Psychiatry*, 30(1), 50–55. <https://doi.org/10.1097/yco.0000000000000291>
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R. ve Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: Bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.
- Szepesenwol, O., Shahar, B. ve Doron, G. (2016). Letting it linger: Exploring the longitudinal effects of relationship-related obsessive-compulsive phenomena. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 11, 101-104. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.10.001>
- Toroslu, B. (2020). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ile romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü.* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Başkent Üniversitesi.
- 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>
- Trak, E. ve Inozu, M. (2019). Developmental and self-related vulnerability factors in relationship-centered obsessive compulsive disorder symptoms: A moderated mediation model. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 121– 128. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.03.004>
- Vatan, S. (2016). Obsesif kompulsif bozuklukta bağlanma, obsesif inançlar ve duygu düzenleme zorlukları: Klinik ve klinik olmayan örneklem karşılaştırması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 4(7), 41-57.
- Yıldırım, B. (2018). *Beliren yetişkinlikte romantik ilişki temalı ve eş odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişimsel yordayıcıları: Özerklik, bağlanma ve mükemmeliyetçilik.* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yorulmaz, O., Baştuğ, G., Tüzer, V. ve Göka, E. (2013). Obsesif-kompulsif bozukluğu olan hastalarda yorumlama, inançlar ve düşünce kontrol yöntemleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14, 183-191.
- Weingarden, H. ve Renshaw, K. D. (2015). Shame in the obsessive compulsive related disorders: A conceptual review. *Journal of Affective Disorders*, 171, 74–84.
- Wilhelm, S., Berman, N. C., Keshaviah, A., Schwartz, R. A. ve Steketee, G. (2015). Mechanisms of change in cognitive therapy for obsessive compulsive disorder: Role of maladaptive beliefs and schemas. *Behaviour Research and Therapy*, 65, 5-10. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.12.006>
- Wu, M. S., McGuire, J.F., Martino, C., Phares, V., Selles, R. R. ve Storch, E. A. (2016). A meta-analysis of family accommodation and OCD symptom severity. *Clinical Psychology Review*, 45, 34-44.

Obsessive Compulsive Symptoms and Risk Factors in Romantic Relationships: A Review Study

Summary

Relationship-related Obsessive-Compulsive Symptoms (ROCD) that have recently begun to be addressed are generally investigated in romantic relationships, although they can be observed in several other relational contexts. Relationship related obsessive-compulsive symptoms are addressed in two dimensions as relationship focused and partner focused. This symptom cluster can negatively affect the lives of individuals as well as leading to severe difficulties in the context of the couple relationship, and it may impair relationship satisfaction. The aim of this study is to examine the basic characteristics of obsessive-compulsive symptoms in the romantic relationship. In line with this purpose, obsessions, and compulsions, which are discussed separately as relationship-focused, and partner focused, were examined through current empirical studies conducted in the last 10 years.

While relationship-oriented obsessive-compulsive symptoms are characterized by troubling and occupying ongoing thoughts about the relationship itself (Doron et al., 2012a; Doron & Szepeswol, 2015), partner-oriented obsessive-compulsive symptoms include obsessions that include perceived defects or deficiencies of the partner (Doron et al., 2012b; Doron and Szepeswol, 2015). Relationship-oriented obsessive-compulsive symptoms are repetitive with interfering thoughts about the individual's own feelings towards his partner (e.g., I am not sure if I love it.) and the partner's feelings towards him (e.g., Does he love me?) And the relevance of the relationship (e.g., Is it the right relationship?) It covers concerns and doubts that cause preoccupation and inconvenience due to evaluations. Doron et al. (2014a), the most common compulsions; It states that the individual controls the love he / she nurtures and the love exhibited by his partner towards him / herself, consults the opinion of others or seeks assurance about the current relationship in order to confirm that he / she is in the right relationship, compares the characteristics of his partner with others, and thinks or imagines the moments in which he / she feels happy in the relationship to suppress his obsessive thoughts.

Partner-oriented obsessive-compulsive symptoms include repetitive evaluations and behaviors towards the partner (Doron et al., 2012b). Partners are repeatedly evaluated in terms of their physical appearance, social skills, intellectual and moral attributes, success and emotional consistency.

Another aim of the study was to examine this symptom cluster together with its risk factors. Among the factors increasing the risk of relationship-oriented obsessive-compulsive symptoms, it is seen that attachment type and cognitive distortions are frequently the subject

of research. Overprotective parenting (Trak & İnözü, 2019), anxious attachment and vulnerable self-perception are effective in the development and continuity of relationship-themed obsessive-compulsive symptoms. In terms of cognitive distortions, it was observed that perfectionism, the importance given to thoughts and controlling these thoughts, being more prone to seeing an element as a threat, exaggerating responsibilities, and having a lower tolerance to uncertainty were found to be risk factors.

Although relationship-oriented obsessive-compulsive symptoms seem to overlap conceptually with general OCD, considering both the context in which the symptoms are concentrated (parent-child relationship / romantic relationships) and the focus of the symptoms (relationship-oriented / partner-oriented), it can be said that both diagnostic groups differ. It is thought that risk factors can be taken into consideration in clinical evaluation in psychotherapy applications. In conclusion, the importance of the relationship related obsessive compulsive symptom cluster and what needs to be done about this subject in terms of psychopathology are mentioned.