



ERGENLERDE OBSESİF KOMPULSİF BELİRTİLERE YÖNELİK BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI MÜDAHALELERİN ARAŞTIRMA EĞİLİMLERİ VE FENOMENOLOJİK ARAŞTIRMA TEMELİNDE İNCELENMESİ (*)

(Araştırma Makalesi)

Mustafa Kerim ŞİMŞEK (**)

Öz

Bu araştırmada ergenlerde obsesif kompulsif bozukluk (OKB) belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler olgusunun temel bileşenlerini araştırma eğilimleri ve olguyu deneyimleyen ergenlerin bakış açısı üzerinden belirlemek amaçlanmıştır. Bu amaç kapsamında çalışma iki aşamalı olarak gerçekleştirilmiştir. Sırasıyla durum çalışması ve fenomenoloji deseni kullanılmıştır. İlk aşamada kabul ölçütleri kapsamında 6 yüksek lisans ve uzmanlık tezi ile 35 makale veri kaynağı olarak kullanılmıştır. İkinci aşamada ise veriler ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenen ve olguyu deneyimleyen 10 ergenle görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Her iki aşamada veriler içerik analizi ile analiz edilmiştir. Analizler sonucu araştırmanın birinci basamağında elde edilen sonuçlar “müdahaleye etki eden faktörler”, “bilişsel ve davranışsal süreçler” ve “bilişsel davranışçı müdahale yöntemleri” olmak üzere 3 tema altında toplanmıştır. Araştırmanın ikinci basamağında ise ergenlerde OKB belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler olgusunun “OKB belirtilerine ilişkin değişimlere katkısı”, “Günlük yaşam değişimlerine katkıları”, “Kişisel hedefleri gerçekleştirmeye ilişkin yeterliliği” ve “OKB belirtilerine ilişkin yeni öğrenmelere katkıları” olmak üzere dört bileşen etrafında toplandığı görülmüştür. Araştırma sonucunda, bilişsel davranışçı müdahaleler fenomeninin durum çalışması kapsamında temel bileşenleri tanımlanmış ve fenomenoloji kapsamında yapılan görüşmelerle de ergenlerde OKB belirtilerini azaltmada ve yaşam işlevselliğini arttırmada etkili bir müdahale yaklaşımı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Obsesif Kompulsif Belirtiler, Bilişsel Davranışçı Müdahaleler, Ergen, Fenomenoloji, Durum Çalışması.

*) “Bu çalışmanın fenomenolojik boyutunda yazarın doktora tez çalışmasının verilerinden yararlanılmıştır.

**) Dr. Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, (e-posta: m.kerim.simsek@hotmail.com)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4304-7696>

Investigation of Cognitive Behavioral Interventions for Obsessive Compulsive Symptoms in Adolescents on the Basis of Research Trends and Phenomenological Research

Abstract

This study sets out to determine the basic components of the phenomenon of cognitive-behavioral interventions for obsessive compulsive disorder (OCD) symptoms in adolescents through research tendencies and the perspective of adolescents experiencing the phenomenon. Within the scope of this purpose, the study was carried out in two stages. Case study and phenomenology design were used, respectively. In the first stage, 6 master's theses and dissertations and 35 articles were used as data sources within the scope of acceptance criteria. In the second stage, data were collected through interviews with 10 adolescents who were determined by the criterion sampling method and who experienced the phenomenon. Data in both stages were analyzed with content analysis. As a result of the analyzes, the results obtained in the first stage of the study were grouped under three themes: "factors affecting the intervention", "cognitive and behavioral processes" and "cognitive-behavioral intervention methods". In the second stage of the study, it was seen that the phenomenon of cognitive behavioral interventions for OCD symptoms in adolescents grouped under four components: "Contribution to changes in OCD symptoms", "Contribution to daily life changes", "Competence in achieving personal goals" and "Contribution to new learning about OCD symptoms". As a result of the study, the main components of the phenomenon of cognitive-behavioral interventions were defined within the scope of the case study, and it was determined that it is an effective intervention approach in reducing OCD symptoms and increasing life functioning in adolescents through interviews conducted within the scope of phenomenology.

Keywords: *Obsessive-Compulsive Symptoms, Cognitive-Behavioral Interventions, Adolescent, Phenomenology, Case Study.*

1. Giriş

Ergenlik, arkadaş ve aile ilişkilerinde tutum değişikliklerinin yaşandığı, akademik gelişim sürecinin hızlandığı, cinsel karakterin edinildiği ve yetişkinlik dönemine hazırlanılan önemli bir gelişim dönemidir (Varela vd., 2017). Bu süreçte yaşanan bedensel ve duygusal değişimler, sosyal ilişkilere dair edinilen yeni roller, artan akademik başarı beklentileri ve meslek edinmeye yönelik girişimler ergenin sorumluluklarına ilişkin baskı hissetmesine ve böylece birtakım uyum sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Ergenlikte yaşanan çatışmalı aile ilişkileri, düşük akademik başarı ile sosyal ilişkilerde anlaşmazlıklar gibi sorunlar ise kimi psikolojik belirtilerin tetiklenmesine neden olarak bazı ruhsal rahatsızlıklara zemin hazırlayabilmektedir. Bu bağlamda ergenin sağlıklı bir gelişim ve uyum süreci geçirmesini engelleyerek klinik ve sosyal işlevselliğine ilişkin önemli bozulmalara yol açan ruhsal sorunlardan birisi olarak obsesif kompulsif bozukluk (OKB) gösterilebilir (Öztürk ve Uluşahin, 2011). OKB, DSM-5'te kaygı ve

sıkıntıya yol açan düşünce, dürtü ya da görsellerin varlığı ile bunların neden olduğu sıkıntıyı etkisiz hale getirmek için tekrar eden davranışlar ya da zihinsel eylemlerle karakterize bir ruhsal sorun olarak tanımlanmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). 1980’li yıllardan itibaren Amerika ve İngiltere’de artan araştırma eğilimleri, sanılanın aksine OKB’nin çocukluk döneminde de sık gözlenebilen bir rahatsızlık olduğunu ve ilk belirtilerinin bu döneme rastladığını ortaya koymuşlardır (Douglass vd., 1995; Politis vd., 2017). Çocuk ve ergenlerde OKB’nin görülme sıklığının %1 ile %4 arasında değişiyor olması (Zohar, 1999; Amerikan Çocuk ve Genç Psikiyatri Birliği [AACAP], 2012) ve belirtilerin varlığının bozukluğa nazaran daha yaygın olduğunun belirtilmesi (Vivan vd., 2014; Shams vd., 2011) bu durumu destekler niteliktedir. Ayrıca ruh sağlığı uzmanlarına OKB şikâyetiyle başvuran yetişkinlerin ortalama %80’inin ilk belirtilerinin çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıktığını ifade etmeleri araştırma bulgularıyla (Hirschtritt vd., 2017) paralellik göstermektedir. Erken dönemde gözlenen belirtilerin ihmal edildiğinde yetişkinliğe giden kronik OKB formunu alabildiği (Barton ve Heyman, 2016) ve OKB’nin en az bir belirti ile kendisini gösterdiği (Alvarenga vd., 2015) düşünülürse ergenlerde gözlenen OKB belirtilerinin önemli bir uyarıcı niteliği taşıdığı ve erken müdahale ile bozukluğa giden seyrinin önlenmesinin oldukça önemli olabileceği düşünülmektedir.

Çocuk ve ergenlerde OKB ve belirtilerine yönelik en sık kullanılan ve etkili olduğu çalışma bulguları ile kanıtlanmış müdahale yöntemlerinden birisi olarak bilişsel davranışçı terapi ve teknikleri gösterilmektedir ((POTS), 2004; Franklin vd., 2011; Iniesta-Sepúlveda vd., 2017). Bilişsel davranışçı terapinin (BDT) özellikle hafif ve orta şiddette seyreden ergen OKB vakalarında ilk tercih edilmesi gereken tedavi yöntemi olduğu vurgulanmakta (Bloch ve Storch, 2015; (NICE), 2005; (AACAP), 2012) ve ayrıca bilişsel davranışçı müdahale tekniklerini içeren belirti odaklı “erken müdahale modeli” kullanılarak OKB belirtilerine yönelik müdahalelerin erken dönemde hayata geçirilmesinin yerinde olacağı önerilmektedir (Freeman vd., 2007).

Ergen OKB vakalarına ilişkin bilişsel davranışçı müdahale yöntemlerinin etkililiği araştırma bulgularıyla ortaya konuyor olmasına karşın bu girişimlerin belirtilerden çok bozukluğa odaklandığı ve belirtilere yönelik müdahale süreçlerinin görece daha az olduğuna dikkat çekilmektedir (Piacentini vd., 2011; Torp vd., 2015). Ayrıca çocuk ve ergen OKB ile belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahale süreçlerinin araştırma eğilimleri ile değerlendirildiği ve fenomenolojik boyutla desteklendiği çok aşamalı nitel bir çalışmaya alan yazında rastlanmamıştır. Çocuk ve ergen OKB belirtilerine ilişkin alan yazındaki bilişsel davranışçı müdahale süreçlerine ilişkin araştırmaların sınırlılığı ve müdahale süreci ile etkisine ilişkin nitel bir çalışmanın yokluğu alanda önemli bir boşluğa işaret etmektedir. Bu boşluktan hareketle bu çalışmada ergen OKB belirtilerine ilişkin bilişsel davranışçı müdahalelerin genel yapısının ortaya konulması ve etkililiğine ilişkin değerlendirmelerin nitel bir desenle bütüncül olarak ele alınmasının alana ve ergenlerle çalışan ruh sağlığı uzmanlarına çok boyutlu bir bakış açısı kazandırabileceği düşünülmektedir.

Alan yazındaki bahsedilen sınırlılıktan hareketle bu araştırmanın amacı, ergen OKB belirtilerine ilişkin bilişsel davranışçı müdahalelerin, araştırma eğilimleri ve OKB belirtileri gösteren ergen grubun müdahalelerin etkisine ilişkin bakış açıları üzerinden incelenmesidir. Bu amaca dayalı olarak aşağıda belirtilen sorular tasarlanmış ve bu sorulara cevap aranmıştır:

- *İncelenen tez ve makalelerde OKB ile belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler kapsamında ele alınan değişkenler nelerdir?*
- *OKB belirtileri gösteren ergenler bilişsel davranışçı müdahalelerin OKB belirtilerine ilişkin değişimlere katkısını nasıl değerlendirmektedir?*
- *OKB belirtileri gösteren ergenlerin, bilişsel davranışçı müdahalelerin OKB belirtilerine ilişkin günlük yaşam değişimlerine katkıları hakkındaki düşünceleri nelerdir?*
- *OKB belirtileri gösteren ergenlerin, bilişsel davranışçı müdahalelerin OKB belirtilerine ilişkin kişisel hedeflerini gerçekleştirme yeterliliği hakkındaki düşünceleri nelerdir?*
- *OKB belirtileri gösteren ergenlerin, bilişsel davranışçı müdahalelerin OKB belirtilerine yönelik yeni öğrenmelere katkıları hakkındaki düşünceleri nelerdir?*

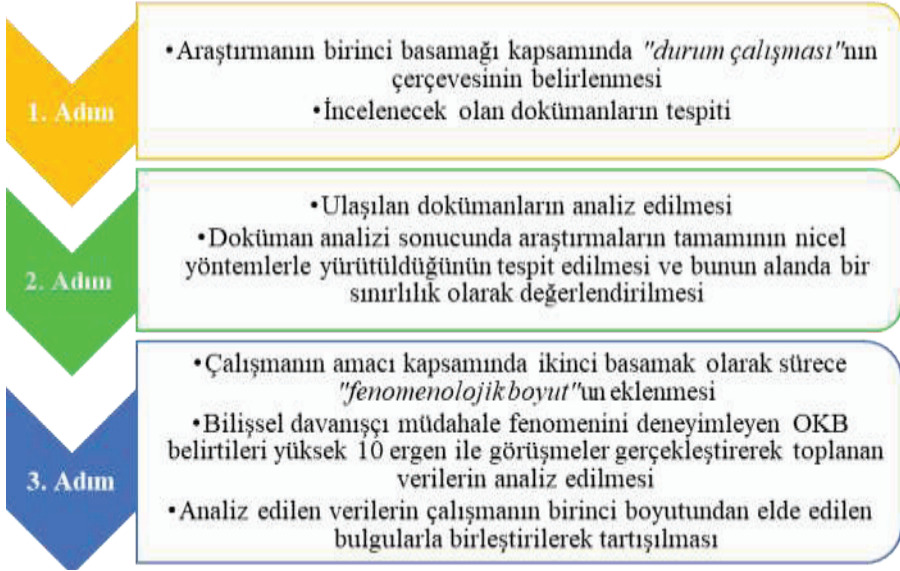
2. Yöntem

Bu çalışmada nitel araştırma desenlerinden durum çalışması ile fenomenoloji (olgubilim) desenleri kullanılmıştır. İlk aşamada hem nicel hem de nitel araştırmalar için kullanılabilen ve bu araştırmanın amacı doğrultusunda nitel yaklaşımı temel alan durum çalışması kullanılmıştır. Durum çalışması, araştırmacının güncel bir durum, gerçek yaşam ya da çoklu sınırlandırılmış sistemler (durumlar) hakkında çeşitli bilgi kaynaklarını (gözlem, mülakat, dokümanlar gibi) kullanarak detaylı ve derinlemesine bilgi topladığı ve bu durumları betimlediği ya da temalar halinde ifade ettiği nitel bir yaklaşımdır (Creswell, 2016). Bu çalışmada var olan bir durumun anlaşılması için tek bir soruna odaklanan ve duruma ilişkin örneklemeler sunabilmek için sınırlandırmalar yapan durum çalışması türlerinden araçsal durum çalışması türü tercih edilmiştir (Stake, 1995). Bu doğrultuda ergenlerde OKB belirtilerine ilişkin bilişsel davranışçı müdahaleler olgusunun ne olduğu ve hangi faktörlerden ne şekilde etkilendiğini ortaya koymak amacıyla ulusal ve uluslararası yayımlanmış tez ve makalelerin içerik analizi ile incelenerek bütüncül bir çerçevenin ortaya koyulması amaçlanmıştır.

Araştırmanın birinci basamağı olan durum çalışmasının tamamlanması sonucu ergenlerde OKB ve belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler olgusunu ele alan araştırmaların çoğunlukla betimsel ve ilişkisel desenleri içeren nicel yaklaşımla yürütüldüğü gözlenmiştir. Bununla birlikte sosyal bilimlerde ve özellikle psikoloji alanında önemli bir yeri olan, bir olayı deneyimleyen kişilerin öznel değerlendirmeleri ile bakış açılarını ele alan nitel yaklaşımlara dayalı çalışmaların bu olgu için var olmadığı tespit edilmiştir.

Alandaki bu boşluktan hareketle araştırma sürecinin ikinci basamağında, OKB belirtileri yüksek olan ergenlerin bilişsel davranışçı müdahalelere ilişkin somut deneyimleri ve müdahalelerin OKB belirtileri üzerindeki etkisine ilişkin değerlendirmeleri belirlemeye odaklanılmıştır.

Bu bağlamda araştırmanın ikinci basamağı nitel araştırma desenlerinden olan fenomenoloji (olgubilim) ile yürütülmüştür. Fenomenolojik çalışma, belirli sayıda kişilerin bir durum, fenomen ya da kavramla ilgili yaşadıkları deneyimleri ortak bir çatı altında anlamlandırmak ve derinlemesine ifade etmektir. Desende veri toplama süreci genellikle fenomeni deneyimleyen kişilerle gerçekleştirilen mülakatlardır ve fenomene ilişkin bazı ortak deneyimleri bilme ile bunları geniş çerçevede görebilmenin ayrıca terapistler, öğretmenler ve sağlık personelleri için değerli olabileceği ifade edilmektedir (Fraenkel vd., 2012; Creswell, 2016). Bu kapsamda “Ergenlerde OKB belirtilerine ilişkin bilişsel davranışçı müdahaleler” fenomen olarak belirlenmiş ve OKB belirtileri yüksek ergenlerin fenomene ilişkin deneyimleri anlaşılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın süreci Şekil 1’de görselleştirilmiştir.



Şekil 1. Araştırma süreci.

2.1. Araştırmanın Veri Kaynakları ve Katılımcıları

2.1.1. Veri Kaynakları

Araştırmanın birinci basamağı olan durum çalışması kapsamında ele alınacak araştırmaların başlığında “ergenlerde OKB belirtileri ve bilişsel davranışçı terapi” ve/veya “ergenlerde OKB ve bilişsel davranışçı terapi” ifadelerinin bulunması ve bu terimlere

yönelik anahtar kelimelerin kullanılarak ulaşımın sağlanabilmesi”, “ilgili makale çalışmalarının yayımlandığı dergilerin çevrimiçi siteleri ile DOI numaralarına erişim sağlanabilmesi”, “ilgili tez çalışmalarının tam metin erişimlerinin mümkün olması” ve “ilgili çalışmaların 2010 ile 2020 yılları arasında yapılmış olması” ölçütleri dikkate alınmıştır.

İlgili sınırlamalar kapsamında bilişsel davranışçı müdahaleler olgusuna ilişkin YÖK Tez merkezi aracılığıyla yapılan aramalar kapsamında 6 yüksek lisans ile uzmanlık tezine ulaşılmış, Google Akademik, PsycINFO, ScienceDirect ve ULAKBİM veri tabanları kullanılarak yapılan taramalar sonucunda ise 35 makaleye ulaşılmış ve temel bilgiler Şekil 2’de yer verilmiştir.

Belirlenen Ölçütler Kapsamında İncelenen Tezler

- Çiğdem Koşe (2010)
- Yasir Şafak(2012)
- Canan İnce (2016)
- Gülşah Baki (2018)
- Funda Dönder Şen (2018)
- Gözde Kandemir (2020)

Şekil 2. Belirlenen ölçütler kapsamında incelenen tez ve makalelere ilişkin bilgiler.

Belirlenen Ölçütler Kapsamında İncelenen Makaleler

- İrem Pişgin ve Dilek Şirvanlı Özen (2010)
- Teresa Marino-Carper, Charles Negy, Gillian Burns ve Rachael A.Lunt (2010)
Garcia ve arkadaşları (2010)
- Mary L. Keeley, Gary R. Geffken, Emily Ricketts, Joseph P.H. McNamara ve
Eric A. Storch (2011)
Sean D. Palermo ve arkadaşları (2011)
- Lara Farrell, Allison Waters, Ella Milliner ve Thomas Ollendick (2012)
Metehan Irak (2012)
Charlotte Wilson ve Martin Hall (2012)
Christian Fischer-Terworth (2013)
- Katharina Kircanski, Monica Wu ve John Piacentini (2013)
Storch ve arkadaşları (2014)
- Meredith E. Coles, Ariel Ravid, Martin E. Franklin, Eric A. Storch ve Muniya
Khanna (2014)
Soreni ve arkadaşları (2014)
- Hannah Mary Brown, Kathryn J. Lester, Amita Jassi ve Georgina Krebs
(2015)
Maritn E. Franklin ve arkadaşları (2015)
Ana I. Rosa-Alcázar ve arkadaşları (2015)
Nor Christian Torp ve arkadaşları (2015)
Elieen De Caluwe ve Barbara De Clercq (2015)
Rachel C. Leonard ve arkadaşları (2015)
- Larss, Göran Öst, Eili N. Riise, Gro Janne Wergeland, Bjarne Hansen ve Gerd
Kvale (2016)
Tania Borda, Fügen Neziroğlu, William Taboas, Dean McKay ve Leah
Frenkiel (2017)
Nor Christian Torp ve Gudmundur Skarphedinsson (2017)
Christine A. Conelea ve arkadaşları (2017)
Lindsey M. Collins ve Meredith E. Coles (2018)
- Noah Chase Berman, Ashley M. Shaw, Erin E. Curley ve Sabine Wilhelm
(2018)
- Carrie B. Gillett, Emily L. Bileka, Gregory L. Hannaa ve Kate D. Fitzgeralda
(2018)
- Eili N. Riise, Gerd Kvale, Lars-Gören Ost, Solvei Harila Skjold ve Bjarne
Hnsen (2018)
L.H. Wolters ve arkadaşları (2019)
Davíð R.M.A. Højgaard ve arkadaşları (2019)
Camilla Funch Uhre ve arkadaşları (2020)
Karin Melin ve arkadaşları (2020)
- Nabanita Barua, Shweta Singh, Vivek Agarwal ve Amit Arya (2020)
Myles Rizvi ve arkadaşları (2020)
- Matthew L. McKenzie, Caroline L. Donovanb, Sharna L. Mathieua, Wade J.
Hylanda ve Lara J. Farrella (2020)

Şekil 2. Belirlenen ölçütler kapsamında incelenen tez ve makalelere ilişkin bilgiler.

2.1.2. Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubu amaçsal örnekleme yöntemi türlerinden olan ölçüt örnekleme yöntemi ile tespit edilmiştir. Ölçüt örnekleme yönteminde gözlem birimleri belirli niteliklere sahip kişiler, olaylar ya da durumlardan oluşturularak araştırmacı tarafından belirlenen ve bir takım örnekleme ölçütlerini karşılayan kişilere ulaşmak amaçlanır (Gürbüz ve Şahin, 2016; Büyüköztürk vd., 2012). Bu doğrultuda araştırmanın katılımcılarının seçiminde klinik tanıdan ziyade OKB belirtilerinin tespit edilmesi ve ortaya konulmasına olanak sağlaması ile görüşme tekniği ve yarı yapılandırılmış bir sürece ihtiyaç duymadan doğrudan ölçme aracı ile tespit edilmesine olanak sağlamasından dolayı “OKB Ölçeği Çocuk Formu” (Seçer, 2014) kullanılmıştır. Katılımcıların seçiminde yüksek OKB belirti puanları gösterme ve bilişsel davranışçı müdahaleler içeren psikoeğitim uygulamalarına katılmış olma ölçütleri dikkate alınmıştır. Ayrıca çalışmanın birinci basamağında incelenen dokümanlarda araştırmaların ergen örnekleme yapısının genellikle 15-18 yaş arası olmasından hareketle bu çalışmada da katılımcıların seçiminde 15-18 yaş aralığı dikkate alınmıştır. Bu bağlamda belirlenen ölçütleri karşılayan 32 ergen arasından OKB belirtilerine eşlik eden başka bir ruhsal belirtisi olmayan, daha önce ilaç tedavisi almamış ve ailelerinden gerekli onam alınarak yarı yapılandırılmış görüşmeye katılmayı kabul eden 10 ergen ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

2.2. Araştırma Süreci ve Ortamı

Araştırma süreci iki basamaklı olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın ilk basamağı olan durum çalışması kapsamında 2010- 2020 yılları arası ergenlerde OKB ve belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleleri içeren 6 yüksek lisans ve uzmanlık tezi ile 35 makale içerik analizine tabi tutulmuştur. İçerik analizi, metin ya da metinlerden oluşan bir kümenin içinde bulunan belirli kavramları tespit etmek adına sistematik ve objektif çıkarımların yapıldığı bir tekniktir (Büyüköztürk vd., 2012). İçerik analizi sonucu elde edilen bulgularda ergenlerde OKB belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahalelerin derinlemesine incelenmesine fırsat verebilecek nitel bir çalışma örneğine rastlanmamıştır. Alandaki bu boşluktan hareketle araştırma sürecinin ikinci basamağı olan fenomenoloji işe koşulmuş ve bu kapsamda OKB belirtileri yüksek olan ve bilişsel davranışçı müdahaleleri deneyimleyen 10 ergenle yarı yapılandırılmış formlar aracılığıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma sürecinde görüşmeler Yozgat ilinde bulunan bir devlet okulunda gerçekleştirilmiştir.

2.3. Araştırma Etiği

Araştırma kapsamında fenomenolojik boyuta ilişkin görüşmelerle elde edilen verilerin toplama prosedürü Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Sayı: 56785782-302.01-E.1900335845). Görüşmeler okulun rehberlik servisinde kendilerini rahatça ifade edebilecekleri bir ortam oluşturularak bireysel olarak

gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara görüşmelerin bilimsel bir çalışma haricinde başka bir yerde kullanılmayacağı yönünde bilgilendirme yapılmıştır. Veriler, tespit edilen katılımcılardan ilk olarak gönüllülük ilkesi gözetilerek ve ikinci olarak veli onayları alınarak toplanmıştır. Fenomenolojik boyut kapsamında gerçekleştirilen görüşmelerde yönlendirici sorulardan kaçınmak ve araştırmacının tarafsızlığını arttırmak amacıyla geliştirilmiş standart bir form kullanılmış, katılımcılardan izin alınarak ses kayıtları tutulmuş ve böylece olumlu-olumsuz her ifadenin kaydedilmesi sağlanmıştır. Tutulan ses kayıtları katılımcıların isimleri saklı tutularak transkript edilmiş, bu transkriptler kapsamında içerik ve betimsel analiz işlemleri gerçekleştirilmiş ve bulgulardan elde edilen ortak kodlar tema ve kategoriler haline getirilmiştir. Elde edilen analizlerde ayrıca katılımcıların ifadeleri doğrudan aktarılarak araştırmacının bulguları dürüstçe rapor etmesi koşulu yerine getirilmiştir (Creswell, 2016).

2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmanın birinci basamağı olan durum çalışması kapsamında nitel veri analiz yöntemlerinden olan doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Doküman analizi, araştırılan konuya ilişkin bilgi sağlayarak, çalışılan kavram hakkında bilgi sunabilir ve ayrıca incelenen duruma etki eden koşulları da gösterebilir (Bowen, 2009). Doküman analizi ile incelenen çalışmalar ayrıca ayrıntılı olarak analiz edebilmek, birbiri ile ilişkili kavramları kategori haline getirilerek temalaştırmak ve bulguları tanımlamak adına içerik analizine tabi tutulmuştur (Yıldırım ve Şimşek, 2016).

Araştırmanın ikinci basamağı olan fenomenoloji kapsamında ise veriler görüşme tekniği aracılığıyla toplanmıştır. Görüşme tekniği için araştırmacı tarafından “*yarı yapılandırılmış görüşme formu*” tasarlanmış ve alan uzmanı bir diğer kişiden de dönütler alınarak forma son şekli verilmiştir. Görüşmeler sonucu alınan ses kayıtları transkript edilmiş ve her bir katılımcı K1, K2,...,K9, K10 şeklinde kodlanmıştır. Elde edilen veriler ilk olarak yazılı hale getirilmiş, ortak ifadelerin bir listesi oluşturularak kodlamaya gidilmiş ve yineleyen kodlar tespit edilerek daha büyük ve ortak bilgi birimlerini içeren kategoriler haline getirilmiştir. İlgili kategoriler de temalar oluşturularak bulgular halinde sunulmuştur (Creswell, 2016).

2.5. Geçerlik ve Güvenirlilik İçin Alınan Önlemler

Nitel araştırmalarda iç geçerliğe karşılık gelen kavram inanılabilirlik. İnanılabilirlik ya da inandırıcılık, araştırma bulgularının dış dünyadaki gerçeklikle uyuşup uyuşmadığı sorunuyla ilgilidir. Araştırmadan elde edilen bulguların gerçekten var olan durumu yansıtmayı yansıtmadığına ilişkin yeterliliği ifade eder (Merriam, 2018). Bu araştırmada inanılabilirliği arttırmak için araştırmacı ve veri kaynaklarının çeşitliliğine gidilmiştir. Bu bağlamda araştırma iki aşamalı olarak tasarlanmış, durum çalışması kapsamında yapılan doküman analizi sonucu elde edilen verilere dair daha detaylı ve derinlemesine bilgiler sunmak

amacıyla fenomenolojik desen kullanılmıştır. Araştırmanın ikinci basamağı olan fenomenolojik desen 10 katılımcı ile gerçekleştirilmiş ve araştırmanın görüşme soruları, bulguların yazımı, yorumlanması ve çıkarımlarında eleştirel inceleme adına araştırmacı dışında bir üniversitede akademisyen olarak görev yapan, nitel araştırmalarda deneyimli ve uzmanlık alanı psikoloji olan bir uzmanın da görüşlerine başvurulmuştur. Nitel araştırmalarda dış geçerliğe karşılık gelen kavram aktarılabilişirlik. Aktarılabilişirlik, çıkarımların farklı durumlara ne derecede uygulanabileceğı ve ne derece genellenebilir olduğunu ifade eder (Lincoln ve Guba, 1985). Aktarılabilişirlik olasılığını arttırmak için araştırma süreci ve ilgili tanımlamalar detaylı şekilde betimlenmiş, araştırmanın örneklem seçiminde amaçsal örnekleme çeşitlerinden olan ölçüt örnekleme tekniğinin kullanılmış, araştırma ortamının betimlenmesi yapılmış ve araştırmanın birinci basamağı olan durum çalışmasında dokümanların tespitine ilişkin dâhil etme/dışlama kriterleri belirlenmiştir.

Nitel araştırmalarda güvenilirlik, iç güvenilirliğı ifade eden tutarlılık ve dış güvenilirliğe karşılık gelen onaylanabilirlik kavramlarıyla tanımlanmıştır (Merriam, 2018). Tutarlılık, başka araştırmacıların aynı verileri kullanarak aynı sonuçları elde edip edemeyeceğı ile ilgilidir. Bu araştırmada tutarlılığı arttırmak için araştırma yöntem ve veri kaynakları ayrıntılı şekilde tanımlanmış, üçgenleme stratejisi ile iki basamaklı bir süreç izlenerek birden fazla nitel araştırma deseni işe koşulmuş ve başka bir uzman tarafından süreç ve sonuçlar incelenmiştir. Onaylanabilirlik, araştırma sonuçlarının benzer ortamlarda aynı şekilde elde edilip edilmeyeceğı ile ilgilidir (LeCompte ve Goetz, 1982). Bu araştırmada onaylanabilirlik ilkesini sağlamak için ise araştırma yöntem ve veri kaynakları açık biçimde ifade edilmiş, araştırmacının süreçteki konumu açıklanmış, fenomenolojik sürecin gerçekleştirildiğı ortam betimlenmiş ve ses kayıtları transkript edilip kodlanarak ilgili uzman görüşü de alınmış ve kodlayıcılar arası görüş birliğı sağlanmıştır.

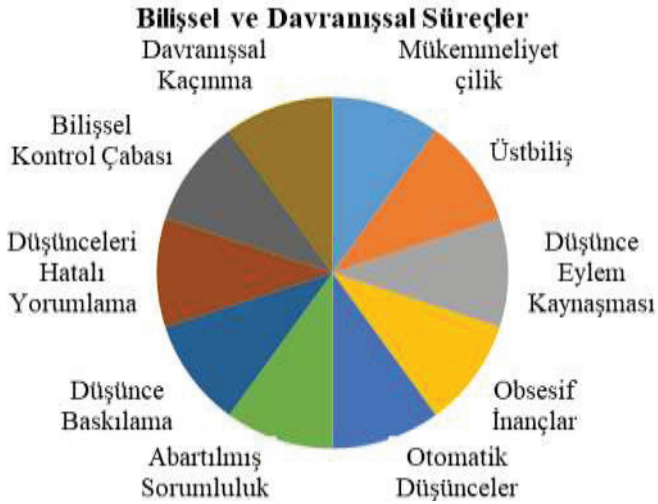
3. Bulgular

3.1. Araştırmanın Birinci Basamağı Olan Durum Çalışması ile İlgili Elde Edilen Verilerin Analizine İlişkin Bulgular

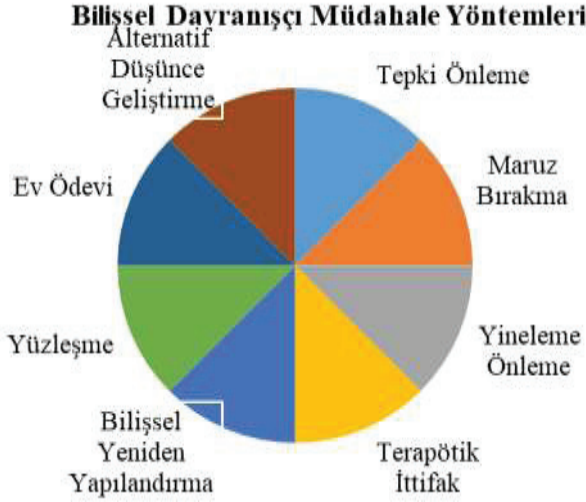
Araştırma sürecinde durum çalışması kapsamında 2010-2020 yılları arası ergenlerde OKB belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahalelerde sıklıkla ele alınan değişkenler ve çalışılan kavramlar “*İncelenen tez ve makalelerde OKB ile belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler kapsamında ele alınan değişkenler nelerdir?*” araştırma sorusu temel alınarak incelenmiştir. Doküman analizi sonucu elde edilen veriler araştırmacı tarafından nitel veri analizi stratejileri kapsamında kodlanmış ve ilgili kodlarla kategorileştirmeye gidilmiştir. Kod ve kategorilere yönelik ayrıca uzman görüşü de alınmış ve görüş birliğı sağlanarak ortak kavramlar “*Müdahaleye etki eden faktörler*”, “*Bilişsel ve davranışsal süreçler*” ile “*Bilişsel davranışçı müdahale yöntemleri*” olmak üzere 3 ana tema altında toplanmıştır. Araştırma sürecinde ana temalara ilişkin kategorileştirme-ye gidilmiştir. İlgili kategori ve kodları ifade eden değişkenlere ilişkin ayrıntılı bilgiler Şekil 3, Şekil 4 ve Şekil 5’te sunulmuştur.



Şekil 3. Müdahaleye etki eden faktörler ilişkin ele alınan değişkenler.



Şekil 4. Bilişsel ve davranışsal süreçlere ilişkin ele alınan değişkenler.



Şekil 5. Bilişsel davranışçı müdahalelere ilişkin ele alınan değişkenler.

İncelenen dokümanlarda ergenlerde bilişsel davranışçı müdahalelerin yetişkin forma benzer olmakla birlikte somutlaştırılmış ve metaforlar içeren etkinliklerle desteklenmesinin daha etkili olabileceği görülmektedir. Bilişsel ve davranışsal süreçlerin içinde bulunan gelişim döneminden kaynaklı sosyal beklentiler ve akademik kaygılar nedeniyle yetişkin formdan farklılaşabildiği görülmekte ve müdahale etkinliklerinin yürütülmesinde bu faktörlerin dikkate alınmasının önemli olacağı düşünülmektedir. Grup çalışmaları içeren müdahalelerde akran desteğinin ergen grup için önemli bir faktör olabildiği görülmektedir. Diğer ruhsal sorunların kapsamında yer alan ve en sık rastlanılan dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), depresyon ve kaygı bozukluklarının OKB belirtilerinin şiddetlenmesinde ve devamında önemli faktörler olduğu söylenebilir. Ergen grupla çalışırken özellikle sürece ailelerin de katılmasının önemli olduğu, ayrıca duygu düzenleme becerileri yüksek olan ergenlerin müdahalelere daha çabuk reaksiyon gösterdiği ve bu durumun OKB belirtilerinde farkındalık kazanmada etkili olduğu söylenebilir.

3.2. Araştırmanın İkinci Basamağı Olan Fenomenoloji Kapsamında Elde Edilen Verilerin Analizine İlişkin Bulgular

Fenomenoloji kapsamında OKB belirtileri yüksek olan ve bilişsel davranışçı psikoeğitim müdahale uygulamasını deneyimlemiş 10 katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Tasarlanan araştırma soruları doğrultusunda görüşmelerden elde edilen veriler araştırmacı tarafından transkript edilmiştir. Transkript sonucu elde edilen veriler araştırmacı tarafından nitel veri analizi stratejileri kapsamında kodlanmış ve ilgili kod-

lar kullanılarak kategorileştirmeye gidilmiştir. Kod ve kategorilere yönelik ayrıca uzman görüşü de alınmış ve görüş birliği sağlanarak OKB belirtilerine yönelik bilişsel davranışçı müdahaleler fenomenine ilişkin benzer kavramlar ve içerikleri karşılayan katılımcı ifadeleri “OKB belirtilerine ilişkin değişimlere katkısı”, “Günlük yaşam değişimlerine katkıları”, “Kişisel hedefleri gerçekleştirmeye ilişkin yeterliliği” ve “OKB belirtilerine ilişkin yeni öğrenmelere katkıları” olmak üzere dört tema altında toplanmıştır.

Araştırma soruları ve yarı yapılandırılmış görüşmeler doğrultusunda oluşturulan her bir temaya ilişkin katılımcı ifadeleri doğrudan alıntılar verilerek Tablo 1, Tablo 2, Tablo 3 ve Tablo 4’te sunulmuştur.

Bilişsel davranışçı müdahaleler fenomeninin, katılımcıların OKB belirtilerine ilişkin değişimlerine katkıları hakkındaki ifadeleri Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Fenomenin OKB Belirtilerine İlişkin Değişimlere Katkısı Hakkındaki Görüşleri

Görüşmelerden Alınan İfadeler

K5- “Davranışlarımı ertelemeyi öğrendim. Emin olduğum halde eve tekrar çıkıp kapıyı kontrol ediyordum. Kilitlediysem bir daha bakmayım dedim. Işığı kapattıysam mesela kapatmışımdır dedim bakmadım”

K6- “Önceden babamı aradığım zaman ardından annemi de arıyordum sorduğum şeyi onaylatıyordum. Artık yapmıyorum bazen aklıma geliyor ama sonra babamı aramayı unutuyorum”

K7- “Mesela aklıma bir şey geldiğinde 1 saat sonra düşüneceğim diyorum bu ertelendikçe biraz daha unutturuyor”

K10- “Ben evden çıkarken sürekli elimi bir yerlere vururdum artık vurmuyorum”

Tablo 1’de görüldüğü gibi katılımcıların fenomeni deneyimledikten sonra OKB belirtilerine ilişkin yakınmalarında azalmaların olduğu görülmektedir. Fenomen kapsamında gerçekleştirilen etkinliklerin ergenlerde OKB belirtileri için azaltıcı işlevleri olduğu ve olumlu değişimler için aracılık ettiği anlaşılmaktadır. Ayrıca katılımcıların OKB belirtilerine ilişkin kazandığı farkındalık sayesinde işlevsel stratejiler geliştirebildikleri de görülmektedir.

Bilişsel davranışçı müdahaleler fenomeninin, katılımcıların OKB belirtilerine ilişkin günlük yaşam değişimlerine katkıları hakkındaki ifadeleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların Fenomenin OKB Belirtilerine İlişkin Günlük Yaşam Değişimlerine Katkısı Hakkındaki Görüşleri

Görüşmelerden Alınan İfadeler

K1- “İnsanlara olan davranışımı değiştirdi. Artık insanları gördüğümde gülümseyebiliyorum, onlarla daha samimi oldum. Çok utangaçtım eskiden şimdi daha rahatım.”

K10- “Her şeyde çok zaman kaybediyordum. Şimdi daha iyiyim, eskiden düşünmekten dolayı geç uyuyordum şimdi erkenden uyuyabiliyorum ve erken kalkıyorum. Yolda yürürken bazı şeyleri sayıyordum şimdi hiç saymadan gidebiliyorum.”

Tablo 2’de görüldüğü üzere katılımcılar fenomenin OKB belirtilerinin yanında günlük yaşam işlevselliklerine de olumlu etkileri olduğunu belirtmektedir. Katılımcıların psikolojik iyi oluşlarında artış görülmekte ve sosyal ilişkilerinde daha aktif oldukları anlaşılmaktadır. Ayrıca özellikle eskiye kıyasla zamanı daha iyi kullandıklarını belirten katılımcılar bu durumun akademik başarıları da olumlu katkılar da sağlayacağını düşünmektedir. İfadelerden anlaşılacağı gibi fenomenin ergenlik döneminin gelişim ödevlerine de katkılar sağladığı görülmektedir.

Bilişsel davranışçı müdahaleler fenomeninin, katılımcıların OKB belirtilerine ilişkin kişisel hedeflerini gerçekleştirme yeterliliği hakkındaki ifadeleri Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların Fenomenin OKB Belirtilerine İlişkin Kişisel Hedeflerini Gerçekleştirme Yeterliliği Hakkındaki Görüşleri

Görüşmelerden Alınan İfadeler

K6- “Takıntılımdan kurtulmak istiyordum ve bu süreç beklentilerimi karşıladı.”

K3- “Akademik açıdan belli bir düzene girmek istiyordum. Programdan beri aynı şeyleri izlemiyorum, bu anlamda katkısı oldu. Küçüklükten beri düzenli bir ders çalışmakta sorun yaşıyordum, günlük 2 saat çalışırdım, kafama göre rastgele hangi kitabı elime alırsam ona çalışırdım. Lise sınavlarına düzensiz bir çalışma ile girdim

ama üniversite sınavında bunu yapmak istemedim. Bunun için bu programa katıldım ve çok fayda gördüm.”

K10- “Bazı şeyleri sık sık düşünmemek istiyordum, kafamdan atmak istiyorum ve bu çalışma işime yaradı.”

K8- “Ben bu kadar etkili olacağını beklemiyordum ama çok değiştim, bana olumlu katkıları çok oldu.”

Tablo 3’te görüldüğü üzere fenomenin katılımcıların kişisel hedeflerini gerçekleştirme noktasında yeterli olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların OKB belirtilerinin özellikle günlük yaşam işlevselliğine olan olumsuz etkisi azaltabilmek ve akademik açıdan daha

verimli çalışarak hedeflerine ulaşmak düşüncelerinin fenomen sonucu karşılandığı görülmektedir. Bilişsel davranışçı müdahaleler fenomeninin, katılımcıların OKB belirtilerine yönelik yeni öğrenmelere katkıları hakkındaki ifadeleri ise Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların Fenomenin OKB Belirtilerine Yönelik Yeni Öğrenmelere Katkıları Hakkındaki Görüşleri

Görüşmelerden Alınan İfadeler

K1- *“Takıntılarımızdan kaçmayacağız, eğer kaçarsak onları yenemeyiz. Bir de bazı şeyleri sürekli düşünmemek, takıntıların her söylediğini umursamamak.”*

K5- *“Takıntıyla ilgili aklıma gelen şeyleri hemen yapmayı erteliyorduk ya sonra yapıyorduk. Zaten böyle yapınca unutuyoruz bu benim için etkili oldu. Bu iyiydi. Düşünce boyutundaki takıntılar için ya öyle değilse o zaman ne olur demiştiniz ya bu tarz düşünceler hani işlevsel ve işlevsel olmayan düşünceler onlar sürekli aklımda.”*

K10- *“Kafaya her şeyi takmamayı öğrendim çünkü aklımıza gelen olmayabilir. Cep telefonumu yanıma alırsam sorun olmaz dükkânın kilidi kapalıysa öğrenmek için tekrar aratmama gerek yok. Aklıma gelenler kesin olacak diye bir şey de yok, bunları öğrendim.”*

K9- *“Takıntımın dediğini yapmazsam hiçbir şey olmuyor. Zihnimin bana verdiği gereksiz bir iş aslında bu. Zihninden geçenleri dinlemesen de oluyor. Bir de bu takıntılar sadece bende yokmuş. Önceden odayı dağınık görüyordum ama bu programdan sonra anladım ki dağınık kalsa da bir şey olmuyor. Belli bir süre sonra unutuyorsun zaten. Bazen çok sıkıldığım, daldığım zamanlar oluyor. Her şeyi düzenliyorum sonra ben ne yaptım diyorum artık farkındayım yani. Eskiden odam dağınıksa kapıyı örterdim toparlardım. Gergin olduğumda hiç fark etmiyordum bunu ama artık fark ettim.”*

Tablo 4’de görüldüğü gibi katılımcıların OKB belirtilerine ilişkin genel bilgileri artmış, bilişsel yeniden değerlendirme ve işlevsel olanı kullanma stratejileri öğrenilmiştir. Farkında olunmayan ya da anlam verilemeyen OKB’ye ilişkin durumlara karşı farkındalık kazanılmış ve maruz kalma etkinlikleri ile olası kaygı değerlendirmelerinin abartılı formu sağlıklı şekilde yeniden yorumlanabilmiştir. Bu durum fenomenin ergenlerin OKB belirtilerine ilişkin yeni öğrenmelerine önemli derecede katkı sağladığı şeklinde yorumlanabilir.

4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın her iki aşamasında da elde edilen bulgulardan ulaşılan sonuçlarda ergen OKB belirtilerinde bilişsel ve davranışsal tekniklerin birlikte kullanılmasının daha etkili sonuçlar verebildiği ve belirtilere ilişkin değişimlere katkılar sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bilişsel yeniden yapılandırma teknikleri ile OKB belirtilerine ilişkin algılanan kaygı düzeyinin azaltılıyor olması ergenleri maruz bırakma deneylerine daha az

kaygılı olacak şekilde hazırlıyor gibi görünmektedir. Farrell vd. (2016)'nin maruz bırakma stratejileri ile bilişsel müdahalelerin ele alındığı ve psikoeğitim oturumlarının da sürece dâhil edildiği tedavilerinde, çocuk ve ergenlerin OKB belirtilerinde %60'lık düşüş sağlamaları ve tedavi ardından gelen 6 aylık izlemde de bu oranın %70'lere çıktığını bildirmeleri bu sonuçları destekler niteliktedir. Araştırma sonuçları ile elde edilen bir diğer durum, katılımcıların OKB belirtileri ve ikincil etkilerine ilişkin yeni öğrenmeler deneyimlemeleridir. OKB'ye yönelik bilişsel davranışçı müdahalelerde duygu düzenleme becerilerini içine alan tekniklerin sürece katılmasının katılımcılar tarafından olumlu karşılanarak farkındalığı arttırdığı gözlemlenmiştir. Ergenlerin OKB belirtilerine ilişkin verdikleri duygusal tepkilerin belirtilerin sürdürülmesindeki rolünü fark etmeleri onların belirtileri sağlıklı şekilde tekrar yorumlayıp anlamlandırmasında önemli bir yeri olduğu şeklinde yorumlanabilir. Fink vd. (2018)'in temizlik takıntısı olan kişilerin zihinde canlandırdıkları tiksindirici görüntüler yüzünden tikslenme duygularının sürekli tetiklendiği ve bu eylemin belirtilerin devamında da önemli bir rolü olduğunu ifade etmeleri ve buna dair oluşturulan farkındalıkla belirtilerde azalmaların gözlenmesi araştırmadan elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Araştırmada elde edilen bir diğer sonuç, katılımcıların OKB belirtilerinde gözlenen değişimlerin kişisel hedeflerini gerçekleştirmeye olan olumlu katkılarıdır. Bilişsel davranışçı müdahale fenomenini deneyimleyen katılımcıların akademik başarıdan belirtilerde azalmaya kadar giden kişisel hedeflerini gerçekleştirmiş görünmektedirler. Nitekim Negreior vd. (2018) OKB belirtileri yüksek ergenlerin akademik performans ve becerilerinde akranlarına kıyasla düşüklüklerin gözlemlendiğine vurgu yapmaları ve bilişsel davranışçı müdahaleler sonucu ergenlerin OKB belirtilerinde azalmaların görüldüğüne dair araştırma sonuçları (Uhre vd., 2020; Aspvall vd., 2021) katılımcıların ifadeleri ile paralellik göstermektedir. Araştırmanın ikinci basamağında elde edilen önemli bir diğer sonuç ise, bilişsel davranışçı müdahalelerin katılımcıların OKB belirtilerinin yanında günlük yaşam işlevsellikleri üzerinde de olumlu etkileri olduğunu gözlenmesidir. Katılımcılar bilişsel davranışçı müdahale fenomenini deneyimledikten sonra OKB belirtilerinde azalma sağlayarak günlük yaşamlarının diğer alanlarında da olumlu ilerlemeler elde etmiş görünmektedir. Nitekim Conelea vd. (2018)'nin pediatrik OKB tedavi çalışması 2 (POTS II) bu bulgularla paralellik göstermektedir. Asnaani vd. (2017)'nin 100 OKB tanısı almış yetişkinle yürüttükleri çalışmada da maruz bırakma ve yanıt önleme tedavi teknikleri sonucunda OKB belirti şiddetindeki azalmaların yaşam kalitesi/işlevsellikteki iyileşmelerle ilişkili ve bu alanlara ikincil olumlu sonuçları olduğunu belirtmeleri bu araştırmada elde edilen sonuçları destekler niteliktedir.

İlgili literatürde de görüldüğü üzere bilişsel davranışçı müdahalelerin gerek durum çalışması gerekse fenomenini deneyimleyen katılımcıların ifadelerinden ulaşılan sonuçlarda OKB belirtilerinde azalmaları sağladığı görülmüş ve ayrıca onların günlük yaşam işlevleri, kişisel hedefleri gerçekleştirme ve yeni öğrenme deneyimlerine de olumlu yansımaları olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçtan hareketle psikoloji alanında yürütülen çalışmaların nicel yaklaşım eğilimlerinin yanında nitel araştırmalarla da desteklenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Ayrıca OKB belirtilerine ilişkin bilişsel davranışçı müdahalelerin etkisini ortaya koyan nitel çalışmalarının sayısının artırılması da önerile-

bilir. Araştırmanın birinci basamağında durum çalışması kapsamında veri kaynaklarının sınırlandırılmış olması bir sınırlılık olarak değerlendirilebilir. Yine çalışmanın ikinci basamağı olan fenomenolojik yaklaşımda görüşmelerin yapıldığı katılımcıların sayısının 10 olması da verilerin genellenebilirliği açısından bir sınırlılık olarak ele alınabilir.

Kaynakça

- Abramowitz, J. S., & Jacoby, R. J. (2015). Obsessive-compulsive and related disorders: A critical review of the new diagnostic class. *Annual Review of Clinical Psychology, 11*, 165-186.
- Alvarenga, P. G., Cesar, R. C., Leckman, J. F., Moriyama, T. S., Torres, A. R., Bloch, M. H., ... & Miguel, E. C. (2015). Obsessive-compulsive symptom dimensions in a population-based, cross-sectional sample of school-aged children. *Journal of Psychiatric Research, 62*, 108-114.
- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP) (2012). Practice parameters for the assessment and treatment of children and adolescents with obsessive-compulsive disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 51*(1), 98-113.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Mental bozuklukların tanusal ve sayımsal el kitabı (DSM-V)*. (E. Köroğlu, çev.). Ankara: Hekimler Birliği Yayınları. (Çalışmanın orijinali 2013'de yayımlanmıştır.)
- Asnaani, A., Kaczkurkin, A. N., Alpert, E., McLean, C. P., Simpson, H. B., & Foa, E. B. (2017). The effect of treatment on quality of life and functioning in OCD. *Comprehensive Psychiatry, 73*, 7- 14.
- Aspvall, K., Andersson, E., Melin, K., Norlin, L., Eriksson, V., Vigerland, S., ... & Serlachius, E. (2021). Effect of an internet-delivered stepped-care program vs in-person cognitive behavioral therapy on obsessive-compulsive disorder symptoms in children and adolescents: a randomized clinical trial. *JAMA, 325*(18), 1863-1873.
- Baki, G. (2018). *Obsesif kompulsif bozukluğu olan çocuk ve ergenlerin ebeveynlerinde başa çıkma tutumları ile ilişkili durumlar*. (Uzmanlık Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 523358)
- Barton, R., & Heyman, I. (2016). Obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *Pediatrics and Child Health, 26*(12), 527-533.
- Barua, N., Singh, S., Agarwal, V., & Arya, A. (2020). Executive functions, metacognitive beliefs, and thought control strategies in adolescents with obsessive compulsive disorder. *International Journal of Research and Analytical Reviews (IJRAR), 7*(1), 672-680.
- Berg, C. Z., Whitaker, A., Davies, M., Flament, M. F., & Rapoport, J. L. (1988). The survey form of the Leyton Obsessional Inventory-Child Version: norms from an epidemiological study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 27*(6), 759-763.

- Berman, N. C., Shaw, A. M., Curley, E. E., & Wilhelm, S. (2018). Emotion regulation and obsessive-compulsive phenomena in youth. *Journal of Obsessive-compulsive and Related Disorders*, 19, 44-49.
- Bloch, M. H., & Storch, E. A. (2015). Assessment and management of treatment-refractory obsessive-compulsive disorder in children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 54(4), 251-262.
- Borda, T., Neziroglu, F., Taboas, W., McKay, D., & Frenkiel, L. (2017). Overvalued ideation in adolescents with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 255, 66-71.
- Bowen, G. A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40.
- Brown, H. M., Lester, K. J., Jassi, A., Heyman, I., & Krebs, G. (2015). Paediatric obsessive-compulsive disorder and depressive symptoms: Clinical correlates and CBT treatment outcomes. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(5), 933- 942.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (Geliştirilmiş 15. Baskı). Ankara: PegemA Yayınları.
- Collins, L. M., & Coles, M. E. (2018). A preliminary investigation of pathways to inflated responsibility beliefs in children with obsessive compulsive disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 46(3), 374.
- Coluccia, A., Ferretti, F., Fagiolini, A., & Pozza, A. (2017). Quality of life in children and adolescents with obsessive-compulsive disorder: a systematic review and meta-analysis. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 13, 597- 608.
- Conelea, C. A., Selles, R. R., Benito, K. G., Walther, M. M., Machan, J. T., Garcia, A. M., ... & Freeman, J. B. (2017). Secondary outcomes from the pediatric obsessive compulsive disorder treatment study II. *Journal of Psychiatric Research*, 92, 94-100.
- Creswell, J.W. (2016). *Nitel araştırma yöntemleri. Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (M. Bütün ve S.B. Demir, çev. ed.). Ankara: Siyasal Kitabevi (Çalışmanın orijinali 2013'te yayımlanmıştır.)
- Creswell, J.W., & Plano Clark, V.L. (2018). *Karma yöntem araştırmaları tasarımı ve yürütülmesi* (Y. Dede & S.B. Demir, çev. ed.). Ankara: Anı Yayıncılık (Çalışmanın orijinali 2011'de yayımlanmıştır.)
- De Caluwé, E., & De Clercq, B. (2015). Obsessive-compulsive symptoms in children and adolescents: symptomatology, impairment and quality of life. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(11), 1389-1398.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21. <http://www.ctf.edu.tr/Stek/pdfs/63/6302.pdf> adresinden edinilmiştir.

- Douglass, H. M., Moffitt, T. E., Dar, R., McGee, R., & Silva, P.(1995). Obsessive-compulsive disorder in a birth cohort of 18-year- olds: Prevalence and predictors. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *34*, 1424-1431.
- Dönder Şen, F. (2018). *Obsesif kompulsif bozukluk tanılı gençlerde sosyal becerilerin değerlendirilmesi*. (Uzmanlık Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 508121)
- Farrell, L. J., Oar, E. L., Waters, A. M., McConnell, H., Tiralongo, E., Garbharran, V., & Ollendick, T. (2016). Brief intensive CBT for pediatric OCD with E-therapy maintenance. *Journal of Anxiety Disorders*, *42*, 85-94.
- Farrell, L., Waters, A., Milliner, E., & Ollendick, T. (2012). Comorbidity and treatment response in pediatric obsessive- compulsive disorder: a pilot study of group cognitive-behavioral treatment. *Psychiatry Research*, *199*(2), 115-123.
- Fink, J., Pflugrad, E., Stierle, C., & Exner, C. (2018). Changing disgust through imagery rescripting and cognitive reappraisal in contamination-based obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, *54*, 36-48.
- Fischer-Terworth, C. (2013). Obsessive-compulsive disorder in children and adolescents: Impact on academic and psychosocial functioning in the school setting. *Life Span and Disability*, *16*(2), 127-55.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). New York: McGram-Hill Companies.
- Franklin, M. E., Kratz, H. E., Freeman, J. B., Ivarsson, T., Heyman, I., Sookman, D., ... & March, J. (2015). Cognitive-behavioral therapy for pediatric obsessive-compulsive disorder: Empirical review and clinical recommendations. *Psychiatry Research*, *227*(1), 78-92.
- Franklin, M. E., Sapyta, J., Freeman, J. B., Khanna, M., Compton, S., Almirall, D., ... & Foa, E. B. (2011). Cognitive behavior therapy augmentation of pharmacotherapy in pediatric obsessive- compulsive disorder: the Pediatric OCD Treatment Study II (POTS II) randomized controlled trial. *Jama*, *306*(11), 1224- 1232.
- Freeman, J. B., Choate-Summers, M. L., Moore, P. S., Garcia, A. M., Sapyta, J. J., Leonard, H. L., & Franklin, M. E. (2007). Cognitive behavioral treatment for young children with obsessive-compulsive disorder. *Biological Psychiatry*, *61*(3), 337-343.
- Garcia, A. M., Sapyta, J. J., Moore, P. S., Freeman, J. B., Franklin, M. E., March, J. S., & Foa, E. B. (2010). Predictors and moderators of treatment outcome in the Pediatric Obsessive Compulsive Treatment Study (POTS I). *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *49*(10), 1024-1033.
- Gillett, C. B., Bilek, E. L., Hanna, G. L., & Fitzgerald, K. D. (2018). Intolerance of uncertainty in youth with obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder: A transdiagnostic construct with implications for phenomenology and treatment. *Clinical Psychology Review*, *60*, 100-108.

- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri. Felsefe-yöntem-analiz* (3.baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hays, P. A. (2004). Case study research. In K. de Marrais and S. D. Lapan (Eds.), *Foundations for research: Methods of Inquiry in Education and the Social Sciences* (pp. 217-234). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hirschtritt, M. E., Bloch, M. H., & Mathews, C. A. (2017). Obsessive- compulsive disorder: advances in diagnosis and treatment. *Jama*, 317(13), 1358-1367.
- Højgaard, D. R., Schneider, S. C., La Buissonnière-Ariza, V., Kay, B., Riemann, B. C., Jacobi, D., ... & McIngvale, E. (2019). Predictors of treatment outcome for youth receiving intensive residential treatment for obsessive-compulsive disorder (OCD). *Cognitive Behaviour Therapy*, 49(4), 294-306.
- Iniesta-Sepúlveda, M., Rosa-Alcázar, A.I., Sánchez-Meca, J., Rosa-Alcázar, Á., & Parada-Navas, J.L. (2017). Cognitive-behavioral high parental involvement treatments for pediatric obsessive- compulsive disorder: A meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 49, 53-64.
- Irak, M. (2012). Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formunun Türkçe standardizasyonu, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 47-54.
- İnce, C. (2016). *Obsesif kompulsif bozukluğu olan çocuk-ergenlerde öfke düzeyi ve depresyon ilişkisi*. (Uzmanlık Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 462576).
- Kandemir, G. (2020). *Obsesif kompulsif bozukluk tanısı konulan ergen hastalarda tedavi yanıtına etkili bazı faktörler: üstbilişler, obsesif inançlar, duygu düzenleme güçlükleri ve ailenin duygu dışavurumu*. (Uzmanlık Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 622150)
- Keeley, M. L., Geffken, G. R., Ricketts, E., McNamara, J. P., & Storch, E. A. (2011). The therapeutic alliance in the cognitive behavioral treatment of pediatric obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(7), 855-863.
- Kircanski, K., Wu, M., & Piacentini, J. (2014). Reduction of subjective distress in CBT for childhood OCD: Nature of change, predictors, and relation to treatment outcome. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 125-132.
- Koşe, Ç. (2010). *Obsesif kompulsif bozukluğu olan çocuklara uygulanmış olan bilişsel davranışçı terapi, ilaç tedavisi ve kombinasyonunun etkililiklerinin karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden Edinilmiştir. (Tez No. 278764).
- LeCompte, M. D., & Goetz, J. P. (1982). Problems of reliability and validity in ethnographic research. *Review of Educational Research*, 52(1), 31-60.
- Leonard, R. C., Franklin, M. E., Wetterneck, C. T., Riemann, B. C., Simpson, H. B., Kinnear, K., ... & Lake, P. M. (2015). Residential treatment outcomes for adolescents with obsessive- compulsive disorder. *Psychotherapy Research*, 26(6), 727-736.

- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Los Angeles: SAGE.
- Marino-Carper, T., Negy, C., Burns, G., & Lunt, R. A. (2010). The effects of psychoeducation on thought-action fusion, thought suppression, and responsibility. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(3), 289-296.
- McKenzie, M. L., Donovan, C. L., Mathieu, S. L., Hyland, W. J., & Farrell, L. J. (2020). Variability in emotion regulation in paediatric obsessive-compulsive disorder: Associations with symptom presentation and response to treatment. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24, 100502.
- Melin, K., Skarphedinsson, G., Thomsen, P. H., Weidle, B., Torp, N. C., Valderhaug, R., ... & Ivarsson, T. (2020). Treatment gains are sustainable in pediatric obsessive-compulsive disorder: three-year follow-up from the NordLOTS. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(2), 244-253.
- Merriam, S. B. (2018). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber* (3. Basım) (S. Turan, çev. ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık (Çalışmanın orijinali 2013'te yayımlanmıştır.)
- National Collaborating Centre for Mental Health (NICE). (2005). *Obsessive-compulsive disorder: core interventions in the treatment of obsessive-compulsive disorder and body dysmorphic disorder*. London: British Psychological Society and the Royal College of Psychiatrists.
- Negreiros, J., Belschner, L., Selles, R. R., Lin, S., & Stewart, S. E. (2018). Academic skills in pediatric obsessive-compulsive disorder: A preliminary study. *Annals of clinical psychiatry: official journal of the American Academy of Clinical Psychiatrists*, 30(3), 185-195.
- Öst, L. G., Riise, E. N., Wergeland, G. J., Hansen, B., & Kvale, G. (2016). Cognitive behavioral and pharmacological treatments of OCD in children: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 43, 58-69.
- Öztürk, M.O., & Uluşahin, A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları Cilt-I*. (Yenilenmiş 11.Baskı) Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Palermo, S.D., Bloch, M.H., Craiglow, B., Landeros-Weisenberger, A., Dombrowski, P.A., Panza, K., ... & Leckman, J.F. (2011). Predictors of early adulthood quality of life in children with obsessive-compulsive disorder. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 46(4), 291-297.
- Pediatric Obsessive-Compulsive Disorder Treatment Study (POTS) Team (2004). Cognitive-behavioral therapy, sertraline, and their combination for children and adolescents with obsessive-compulsive disorder: The pediatric obsessive-compulsive disorder treatment study (POTS) randomized controlled trial. *JAMA*, 292, 1969-1976.
- Piacentini, J., Bergman, L., Keller, M., & MacCracken, J. (2003). Functional impairment in children and adolescents with obsessive compulsive disorder. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 13(1), 61-69.
- Piacentini, J., Bergman, R.L., Chang, S., Langley, A., Peris, T., Wood, J.J., & McCracken, J. (2011). Controlled comparison of family cognitive behavioral therapy and

- psychoeducation/relaxation training for child obsessive-compulsive disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 50(11), 1149-1161.
- Pinto, A., Dargani, N., Wheaton, M. G., Cervoni, C., Rees, C. S., & Egan, S. J. (2017). Perfectionism in obsessive-compulsive disorder and related disorders: What should treating clinicians know?. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 12, 102-108.
- Pişgin, İ., & Özen, D.Ş. (2010). Çocukluktan erişkinliğe obsesif kompulsif bozuklukta hatalı değerlendirme ve inanç alanları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(1), 117-131.
- Politis, S., Magklara, K., Petrikis, P., Michalis, G., Simos, G., & Skapinakis, P. (2017). Epidemiology and comorbidity of obsessive-compulsive disorder in late adolescence: a cross-sectional study in senior high schools in Greece. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 21(3), 188-194.
- Riise, E. N., Kvale, G., Öst, L. G., Skjold, S. H., & Hansen, B. (2018). Concentrated exposure and response prevention for adolescents with obsessive-compulsive disorder: A replication study. *Journal of obsessive-compulsive and related disorders*, 19, 15-22.
- Rizvi, M., Smilansky, H., Porth, R., Myers, N., Geller, D., Small, B. J., ... & Storch, E. A. (2020). The moderating effect of age on the associations of cognitive and metacognitive beliefs with pediatric OCD symptoms. *Cognitive Behaviour Therapy*, 1-17.
- Rosa-Alcázar, A. I., Sánchez-Meca, J., Rosa-Alcázar, Á., Iniesta-Sepúlveda, M., Olivares-Rodríguez, J., & Parada-Navas, J. L. (2015). Psychological treatment of obsessive-compulsive disorder in children and adolescents: A meta-analysis. *The Spanish Journal of Psychology*, 18, 1-22.
- Santrock, J.W. (2017). *Ergenlik* (D.M. Siyez, çev. ed.). Ankara: Nobel Yayıncılık (Çalışmanın orijinali 2012'de yayımlanmıştır.)
- Seçer, İ. (2014). Obsesif kompulsif bozukluk ölçeği çocuk formunun türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 39(176), 355-367.
- Shams, G., Foroughi, E., Esmaili, Y., Amini, H., & Ebrahimkhani, N. (2011). Prevalence rates of obsessive-compulsive symptoms and psychiatric comorbidity among adolescents in Iran. *Acta Medica Iranica*, 49(10), 680-687. Retrieved from <https://acta.tums.ac.ir/index.php/acta/article/view/3818/3793>
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Storch, E. A., De Nadai, A. S., Jacob, M. L., Lewin, A. B., Muroff, J., Eisen, J., ... & Murphy, T. K. (2014). Phenomenology and correlates of insight in pediatric obsessive-compulsive disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 55(3), 613-620.
- Şafak, Y. (2012). *Obsesif kompulsif bozuklukta bilişsel davranışçı grup psikoterapisinin etkinliğinin değerlendirilmesi*. (Uzmanlık Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.606656)

- Şafak, Y., Karadere, M. E., Özdel, K., Özcan, T., Türkçapar, M. H., Kuru, E., & Yücens, B. (2014). Obsesif kompulsif bozuklukta bilişsel davranışçı grup psikoterapisinin etkinliğinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25, 225-233.
- Torp, N. C., & Skarphedinsson, G. (2017). Early responders and remitters to exposure-based CBT for pediatric OCD. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 12, 71-77.
- Torp, N. C., Dahl, K., Skarphedinsson, G., Thomsen, P. H., Valderhaug, R., Weidle, B., ... & Wentzel-Larsen, T. (2015). Effectiveness of cognitive behavior treatment for pediatric obsessive-compulsive disorder: Acute outcomes from the Nordic Long-term OCD Treatment Study (NordLOTS). *Behaviour Research and Therapy*, 64, 15-23.
- Uhre, C. F., Uhre, V. F., Lønfeldt, N. N., Pretzmann, L., Vangkilde, S., Plessen, K. J., ... & Pagsberg, A. K. (2020). Systematic review and meta-analysis: Cognitive-behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(1), 64-77.
- Valderhaug, R., & Ivarsson, T. (2005). Functional impairment in clinical samples of Norwegian and Swedish children and adolescents with obsessive-compulsive disorder. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 14(3), 164-173.
- Varela, J.J., Zimmerman, Z.A., Ryan, A.M., Stoddard, S.A., Heinze, J.E., & Alfaro, J. (2017). Life satisfaction, school satisfaction, and school violence: A mediation analysis for Chilean adolescent victims and perpetrators. *Child Indicators Research*, 1-19.
- Vivan, A. D. S., Rodrigues, L., Wendt, G., Bicca, M. G., Braga, D. T., & Cordioli, A. V. (2014). Obsessive-compulsive symptoms and obsessive-compulsive disorder in adolescents: a population-based study. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 36(2), 111-118.
- Wilson, C., & Hall, M. (2012). Thought control strategies in adolescents: Links with OCD symptoms and meta-cognitive beliefs. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40(4), 438.
- Wolters, L. H., Prins, P. J., Garst, G. J. A., Hogendoorn, S. M., Boer, F., Vervoort, L., & de Haan, E. (2019). Mediating mechanisms in cognitive behavioral therapy for childhood OCD: The role of dysfunctional beliefs. *Child Psychiatry & Human Development*, 50(2), 173-185.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2016). *Sosyal Bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (10. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zohar, A. H. (1999). The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 8(3), 445-446.

EK-1: Etik Kurul Kararı

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : 56785782-302.08.01-E.1900335845

25.11.2019

Konu : Uygulama İzmi (Mustafa Kerim
ŞİMŞEK)

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 18.11.2019 tarihli ve 29202147-300-E.1900329574 sayılı belge.

İlgi'de kayıtlı yazı gereğince; Danışmanlığını Doç. Dr. İsmail SEÇER'in yürüttüğü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı doktora öğrencisi **Mustafa Kerim ŞİMŞEK**'in tez çalışması kapsamında Aralık 2019-Haziran 2020 tarihleri arasında uygulama yapabilmesi için ilgide kayıtlı yazı ekinde belirtilen birimlerden gerekli izinlerin alınması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Mustafa SÖZBİLİR
Müdür

Ek : 18.11.2019 tarihli 29202147-300-E.1900329574 sayılı belge

Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü 25240 Erzurum
Tel: +90 442 2315630
Elektronik Ağ: <http://www.atauni.edu.tr/#birim=egitim-bilimleri-enstitusu>

Kep Adresi: atauni@hs01.kep.tr

Bilgi: Onur VURAL
Faks: +90 442 2315883
E-Posta: egitbik@atauni.edu.tr

