

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Journal of Divinity Faculty of Recep Tayyip Erdogan University

e-ISSN: 2147-2823

RTEUIFD, June 2020

Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem
Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı
The Early Maladaptive Schemas and Fate Perception of Patients with
Obsessive-Compulsive Disorder (OCD)

Yasemin ANGIN

Diyamet İşleri Başkanlığı
Presidency of Religious Affairs
Erzurum/Turkey

naksiyeyasemin@gmail.com

ORCID ID: www.orcid.org/0000-0002-9730-6027

Muhammed KIZILGEÇİT

Doç. Dr., Atatürk Üni. İlahiyat Fak., Din Psikolojisi Anabilim Dalı
Assoc. Prof., Ataturk Uni. Divinity Faculty, Department of Psychology of
Religion
Erzurum/Turkey

mkizilgecit@atauni.edu.tr

ORCID ID: www.orcid.org/0000-0002-8914-5681

Atf: Angin, Yasemin-Kızılgeçit, Muhammed. "Obsesif Kompulsif
Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı".
Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 17 (2020): 73-105.

Doi: <https://doi.org/10.32950/rteuifd.708376>

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received: 24 Mart / March 2020

Kabul Tarihi / Accepted: 27 Mayıs / May 2020

Yayın Tarihi / Published: 20 Haziran / June 2020

Plagiarism: This article has been reviewed by at least two referees and scanned
via a plagiarism software. <http://dergipark.org.tr/rteuifd>

Copyright © Published by Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi /
Recep Tayyip Erdogan University, Faculty of Divinity, Rize, 53100 Turkey. All rights
reserved

Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı*

Öz: Bu çalışmada psikiyatrik bir hastalık olan Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) tanısı alan hastalarda erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algısı incelenmektedir. Mizaç özelliklerinin yanı sıra karşılanmayan çocukluk ihtiyaçlarından ve olumsuz yaşam deneyimlerinden temellenen erken dönem uyumsuz şemalar bireyin kendisinin ve diğer insanların içinde bulunduğu yaşamla ilgili inançlarını anlatan bilişsel yapılardır. Kader algısı ise dini kültürün etkisiyle yerleşen öğrenmelerle birlikte yaşam olaylarına ilişkin yapılan yüklemeleri içeren bir algılama biçimi olarak tanımlanabilir. Nitel araştırma deseniyle tasarlanan bu çalışmada OKB hastalarının bilişsel süreçlerini etkilediği düşünülen erken dönem uyumsuz şemalar ile kader algısının rolü anlaşılacak istenmektedir. Bunun için SBÜ Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi psikiyatri polikliniğine başvuran ve mental bozukluğu veya psikotik bozukluğu olmayan 12 OKB tanılı hasta ile görüşmeler yapılmıştır. Görüşmelerden sağlanan veriler içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiş ve elde edilen bulgular araştırma amacı doğrultusunda yorumlanmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların sahip olduğu erken dönem uyumsuz şemalar ile kader algıları arasında taşıdıkları dinamikler açısından örtüşen yönler olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Din Psikolojisi, Obsesif Kompulsif Bozukluk, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Kader Algısı.

The Early Maladaptive Schemas and Fate Perception of Patients with Obsessive-Compulsive Disorder (OCD)

Abstract: The study examines the early maladaptive schemas and fate perception of patients diagnosed with the Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), a psychiatric disease. Early maladaptive schemas based upon unmet childhood needs, negative life experiences and temperament characteristics are cognitive structures that explain an individual's belief regarding life that hosts himself/herself and other people. The perception of fate may be defined as a form of perception that reflects the attribution of life events with settled learning, which is influenced by religious culture. The study that applies a qualitative research method aims to uncover the interaction between the perception of fate and early maladaptive schemas of patients diagnosed with OCD because it is considered that both the fate perception and early maladaptive schemas affect the cognitive process of OCD patients. To do this, the study applies interviews that are conducted with twelve OCD patients within the psychiatry outpatient clinic of the SBU Erzurum Regional Training and Research Hospital – those OCD patients have not diagnosed with either a mental or psychotic disorder. The data obtained from the interviews is analysed with the thematic analysis method, and findings are interpreted in accordance with the purpose of the research. As a result of these analysis, it is identified that there are overlapping aspects between the early maladaptive schemas and the fate perception in terms of their dynamics.

Keywords: Department of Psychology, Obsessive-Compulsive Disorder, Early Maladaptive Schemas, Fate Perception.

* Bu çalışma Doç. Dr. Muhammed KIZILGEÇİT danışmanlığında Yasemin ANGIN tarafından hazırlanan "Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Dini Yönelim ve Tanrı Algısının İncelenmesi: Bir Karma Yöntem Araştırması" isimli doktora tezinden üretilmiştir.

المخططات المبكرة غير المتكيفة وتصور القدر في المرضى الذين يعانون من اضطراب الوسواس القهري

ملخص: في هذه الدراسة، يتم فحص المخططات المبكرة غير المتكيفة وتصور القدر في المرضى الذين تم تشخيصهم باضطراب الوسواس القهري (OCD)، وهو مرض نفسي. المخططات المبكرة غير المتكيفة الناتجة عن احتياجات الطفولة غير الملباة وتجارب الحياة السلبية بالإضافة إلى خصائص المزاج هي هيكل معرفية تصف المعتقدات المتعلقة بالحياة التي يعيش فيها الفرد والآخرين. يمكن تعريف تصور القدر على أنه شكل من أشكال الإدراك الذي يتضمن تحميلات للأحداث الحياتية فضلا عن التعلّمات المستقرة بتأثير الثقافة الدينية. في هذه الدراسة المصممة بتصميم بحث نوعي، تهدف إلى فهم دور تصور القدر والمخططات المبكرة غير المتكيفة، والتي يعتقد أنها تؤثر في العمليات المعرفية لمرضى اضطراب الوسواس القهري. لهذا، تم إجراء مقابلات 12 مريضاً يعانون من اضطراب الوسواس القهري الذين تقدموا إلى العيادة الخارجية للطب النفسي في مستشفى الإقليمي للتدريب والبحوث (SBU Erzurum) والذين لم يكن لديهم اضطراب عقلي أو ذهني. تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من المقابلات عن طريق التحليل الموضوعي وتم تفسير النتائج التي تم الحصول عليها لغرض البحث. نتيجة لهذا البحث تم الوصول إلى أن هناك جوانب متوافقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة وتصورات القدر من حيث الديناميكيات التي يحملها المشاركون.

الكلمات المفتاحية: علم النفس الديني، اضطراب الوسواس القهري، المخططات المبكرة غير المتكيفة، تصور القدر.

GİRİŞ

Psikolojide ve özellikle bilişsel gelişim alanında yaygın bir kullanıma sahip olan bir kavram olarak şema, problemleri çözmeyi ve bilgiyi yorumlamayı sağlayan bilişsel bir kılavuzdur. Bilişsel terapide ise bireyin yaşam deneyimlerini anlamlı hale getiren prensipler bütünü olarak tanımlanabilir. Psikoterapide şemaların bireylerin yaşamının erken dönemlerinde şekillendiği ve sonraki hayat deneyimlerinde sürekliliğini koruduğu kabul edilmektedir. Şemalar her ne kadar bilişsel uyumluluk sergilemeye yardımcı olsa da çoğunlukla kusurlu ve çarpık olmaktadır. Bu durumda şemalar uyumlu ya da uyumsuz olabilmektedir. Young, olumsuz şemaların çoğunun toksik çocukluk deneyimlerinin bir sonucu olarak geliştiğini ileri sürmekte ve onları erken dönem uyumsuz şemalar olarak tanımlamaktadır. Ona göre bu şemalar pek çok psikiyatrik problemin temelini oluşturmaktadır (Young v.dğr., 2009, 24-25). Çocukluk anılarından doğup bedensel uyarımlar, duygular ve bilişlerden oluşarak ilerleyen yaşlarda daha karmaşık hale gelen uyumsuz şemalar bireyin kendisiyle, diğer insanlarla ve dünyayla ilgili sahip olduğu inançları içeren olumsuz psikolojik yapılar olarak yaşam boyu işlev görmektedirler (Farrell v.dğr., 2015, 23-24).

Bireyin yaşama ilişkin değerlendirmelerde bulunurken kullandığı argümanlardan biri de insanlar tarafından farklı şekillerde algılanan kader olgusudur. Farklı kader algıları bireylerin yaşam deneyimlerinin nedenselliğine dair yaptıkları atıflarla ilgilidir. Hayatta karşılaşılan olayları açıklama ve anlamlandırma ihtiyacı duyan insan bunu bir takım olumlu ya da olumsuz yüklemelerle yapmaktadır. Özellikle istenmeyen, can sıkıcı, talihsiz veya trajik bir olay ya da durumla karşılaşıldığında sonuca en fazla katkısı olduğu varsayılan nedensel yüklemeler Tanrı ve kader şeklinde olabilmektedir (Aydın ve Genç, 2016). Bu da tıpkı erken dönem uyumsuz şemalarda olduğu gibi kader algısında da olumsuz içeriklerin desteklenmesine yol açabilmektedir.

Yaşam sürecinde tekrarlayan istenmedik ve beklenmedik yaşam olayları Tanrı'nın iradesiyle ilgili olumsuz içerikli yüklemelerin pekişmesine neden olabilmektedir. Bu durumda uyumsuz şemalara benzer şekilde kaderle ilgili olumsuz içerikli yüklemeler de zaman içerisinde devamlılık kazanabilmektedir. İçinde bulunulan dini kültürün izlerini taşımakla beraber olumsuz yaşam deneyimlerinden de etkilenebilen kader algısı, bireyin kendi kaderinde sahip olduğu sorumluluğu kabul etmesine rağmen Tanrı'nın iradesine yönelik yaptığı olumsuz içerikli yüklemeleri sürdürmesine neden olabilmektedir. Özellikle psikolojik problemleri olan bireylerin yaptığı yüklemelerde Tanrı ve kader ile ilgili daha olumsuz içerikler olduğu düşünülebilir.

Takıntı-zorlantı bozukluğu olarak bilinen OKB ise söz edilen psikolojik rahatsızlıklardan biridir. Bu kişilerin sahip olduğu uyumsuz şemaların izdüşümleri olumsuz içerikli yüklemelerin yapıldığı kader algılarında görülebilmektedir. Bu çalışmada OKB tanısı alan klinik vakalardaki erken dönem uyumsuz şemalarla birlikte kader algısı incelenmektedir.

1. Temel Kavramlar

1.1. Obsesif Kompulsif Bozukluk

OKB gün içerisinde uzun zaman alacak şekilde sıkıntı verici olan ya da işlevsellikte ciddi oranda bozulmaya yol açan tekrarlayıcı obsesyonlar veya kompulsiyonlardan oluşan bir hastalıktır. Bu obsesyonlar zihinde istem dışı belirerek bireyde rahatsızlık oluşturmaktadır. Kompulsiyonlar ise obsesyonların neden olduğu sıkıntıyı azaltmak için istemli olarak sergilenen

zihinsel ve davranışsal tepkiler şeklinde ortaya çıkmaktadır (Karancı v.dğr., 2012; Koyuncu, 2017, 45). OKB semptom örüntülerine göre çeşitli alt tiplere ayrılmaktadır. Bunlar görülme sıklıklarına göre sırasıyla bulaşma, şüphe, cinsel ya da saldırgan bir eylemde bulunmakla ilgili yineleyici düşünceler ve simetri ya da “tam olma” obsesyonları şeklinde sınıflandırılmaktadır. Bu obsesyonları bir takım kompulsif davranışlar izlemektedir. Ayrıca dini obsesyon ve kompulsif istifçilik de sıklıkla görülmektedir (Köroğlu v.dğr., 1995, 12-14).

Obsesyon veya kompulsiyonlar faydalı davranışların yerine geçebilmekte ve işlevselliği önemli düzeyde bozabilmektedirler. Obsesif düşünceler dikkati toplamayı gerektiren bilişsel faaliyetlerde zorlanmalara neden olabilmekte ya da bu tür uyarılardan kaçınma davranışı günlük hayatta bazı kısıtlılıklara yol açabilmektedir. Kompulsiyonlar ise, obsesyonun oluşturduğu kaygıyı gidermeye yönelik zorlayıcı davranışlardır. Örneğin hastalık bulaşmasından endişe eden bir kişi yaşadığı obsesyonel sıkıntıyı gidermek için cildi tahriş oluncaya kadar ellerini yıkayabilir ya da kapıyı, pencereyi, ocağı, elektrik düğmelerini, elektrikli aletleri düzgünce kapattığından emin olmak için diğer kişilere sorular sorarak güvence aramak, herhangi bir zarar oluşma olasılığı olmamasına rağmen tüm bunları defalarca kontrol etmek şeklinde çabalar sergileyebilir (Köroğlu v.dğr., 1995, 18-19). Bu olgulardan ilki bulaşma, ikincisi ise şüphe alt tipinin özelliklerini taşımaktadır.

OKB'nin çeşitli alt tipleri arasında dinle doğrudan ilişkili olanı, dini içerikli obsesyon ve kompulsiyonlardır. Dini içerikli obsesyon ve kompulsiyonlar ise şöyle sınıflandırılmaktadır: 1) Dini Obsesyonlar: Allah'la ilgili ya da Peygamber veya önemli bir dini figür ile ilgili cinsellik, şiddet, hakaret içeren kabul edilemez düşünce ve imajlar; itikadi konular hakkında bir takım şüpheler, günah işlemekle ilgili yoğun düşünceler, abdestin, gusül abdestinin, namazın eksik yapıldığına dair düşünceler, ibadetin sıhhatini engellemesinden korkulan beden ve giysi temizliği ile ilgili düşünceler, namaz kılarken veya başka bir ibadet sırasında akla gelen kötü, ahlaksız, küfürlü düşünceler veya cinsel içerikli görüntülerdir. 2) Dini Kompulsiyonlar: aşırı ve uygunsuz şekilde tövbe etme, kabul olunmadığını düşünerek tekrar tekrar dua etme, yapılan herhangi bir ibadetin kabul edilmediğini düşünerek o ibadeti yeniden yapma, güvenilen dini figürlerden sürekli onay alma davranışları ve namaz kılmayı bırakmak,

dini sohbet ve ibadet edilen yerlerden uzak durmak gibi kaçınma davranışlarıdır (Toprak, 2018).

Bulaşma, şüphe, cinsel ya da saldırgan bir eylemde bulunma, simetri ya da dini içerikle ilgili olarak OKB'deki alt tiplerin nedenselliği hakkında çeşitli kuramların farklı yaklaşımları bulunmaktadır. Bunlardan biri de şema terapi ile yakından ilişkili olan bilişsel yaklaşımdır. Bu yaklaşımın ortaya koyduğu modelde temel amaç obsesif ya da zorlayıcı düşünceler ile hastaların bu düşüncelerle ilgili değerlendirmeleri üzerine çalışmaktır. OKB sergileyenlerde çoğunlukla abartılı bir sorumluluk duygusu vardır. Bu abartılmış sorumluluk duygusu obsesif yatkınlığı olan insanların bir şeyi yapmayı aklından geçirmek ile onu yapmanın eşdeğer olduğu sonucuna varmalarına neden olmaktadır. Örneğin hasta, yaptığı bilişsel çarpıtmalar nedeniyle sadece birine saldırmayı düşünmenin ya da bir günahı aklından geçirmenin bunu gerçekten yapmaya eşit olduğu sonucuna varabilir. Onun için bilişsel kuramcılar herhangi bir zorlayıcı düşünce ile bu düşünceye kapılmaya dair geliştirilen olumsuz düşünce ve felaketselirici değerlendirmeler şeklindeki bilişsel çarpıtmaları birbirinden ayırmışlardır (Butcher v.dğr., 2013, 393-400). OKB'de yapılan diğer bilişsel çarpıtmalar; yalnızca düşüncenin akla gelmesinin bir olayın gerçekleşmesine neden olduğuna inanma, "ya olursa!", "ya gerçekten yaparsam!" şeklinde düşünme, akla gelen bir düşünceyi aşırı önemseme, belirsizliğe tahammül edememe, mükemmeliyetçilik, "ya hep-ya hiç" tarzı düşünme, başkalarına karşı abartılı sorumluluk hissetme, aşırı ahlakçılık vb. işlevsel olmayan değerlendirmelerdir. (Aktaran: Koyuncu, 2017, 55-57).

Bilişsel çarpıtmalar, erken dönem uyumsuz şemaların devamlılığını sağlayan mekanizmalardan sayılmaktadır. Bilişsel çarpıtma nedeniyle uyumsuz şemayı doğrulayan bilgi desteklenmekte ve şemanın ortaya çıkardığı tavır içerisinde yanlış algılamalar oluşabilmektedir. Mesela kişilerarası ilişkilerde dostça davranışları önemsizleştiren biri bilgiyi bilişsel olarak çarpıtıp kendisinden hoşlanılmadığının kanıtı olarak bu davranışları sahte olarak kabul edebilir (Young v.dğr., 2009, 56-57). Obsesyonları olan biri ise bilişsel çarpıtmaları nedeniyle mükemmel olma çabaları için aşırı derecede zaman harçayabilir. Ya da başına bir felaket geleceği endişesiyle kompulsif ritüeller uygulayabilir. Sonuç olarak bilişsel çarpıtmalar kişilerin sahip olduğu erken

dönem uyumsuz şemaların devam etmesini sağlayan işlevsel olmayan değerlendirmeler olarak görülebilir.

1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Erken dönem uyumsuz şemalar gelişimin erken dönemlerinde başlayan ve hayat boyu tekrarlayan kendilik yıkıcı duygusal ve bilişsel örüntüler olarak tanımlanabilir. Bu şemalar son derece dirençli olup acı çekmeye sebep olsa bile bireye doğru olanı hissettirdiği için değiştirilmesi oldukça zordur. Düşünürken, hissederken ve davranış sergilerken uyumsuz şemalar hep başroldedir (Young v.dğr., 2009, 26-27). Bu şemalar mizaç ve karşılanmayan çocukluk ihtiyaçlarının etkileşiminden oluşmaktadır. Mizaç bireyin dünyaya geldiği anda var olan nöro-biyolojik tarafıdır. Psikiyatrik hastalığı bulunan kişilerin daha hassas mizaç özelliklerine sahip olduğu bilinmektedir. Karşılanmayan çocukluk ihtiyaçları ise erken dönem bakım verenler tarafından anlayış, sevgi, kabul gibi önemli ihtiyaçların giderilmemesi ve bazı travmatik deneyimlerle ilgilidir. Normal çocukluk ihtiyaçları; güvenli bağlanma, bağımsızlık ve başarı hissi, kendi gereksinimlerini ifade etmede özgürlük, gerçekçi sınırlar ve kendiliğindenlik ile oyundur (Farrell v.dğr., 2015, 114-115).

Erken dönem uyumsuz şemalar olarak isimlendirilen 18 şema, 5 şema alanı altında gruplandırılmaktadır. Buna göre;

1. Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı

a. Terkedilme Şeması: Destek verici kişilerin güvenilmez ve istikrarsız olarak algılanmasını içerir. Bu şema tetiklendiği zaman güven, duygusal destek, bağlılık, güç ve koruma verecek hiç kimse yokmuş gibi hissedilebilmektedir.

b. Kusurluluk Şeması: Suçluluk ve utanç duygusu ile kendini işe yaramaz, değersiz, kusurlu, beceriksiz ve kötü görmeyi içerir. Bu şemaya sahip hastalar kendilerini değersizleştiren davranışlara izin verebilmektedirler.

c. Güvensizlik/Suistimal Şeması: Başkalarının zarar vereceği, istismar edeceği, aldatacağı, küçük düşüreceği, kullanacağı beklentilerini içerir. Bu şemaya sahip hastalar diğerlerinin bile bile onlara zarar vereceğine inanmaktadırlar.

d. Duygusal Yoksunluk Şeması: İhtiyaç duyulan duygusal destek, ilgi, anlayış, korunma, empati ve yardımın diğer insanlar tarafından karşılanmayacağı beklentisini içerir.

e. İzolasyon Şeması: Dünyanın geri kalanından izole, diğerlerinden farklı olma ve herhangi bir topluluğun parçası olmama duygusunu içerir (Hoffart v.dğr., 2006; Young v.dğr., 2009, 33-320; Thimm, 2013; Farrell v.dğr., 2015, 115-120; Basile v.dğr., 2019).

II. Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı

a. Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanısızlık Şeması: Ortaya çıkmasının engellenemeyeceği felaketlerden abartılı olarak korkmayı içerir. Bu felaketler tıbbi olabileceği gibi, dışsal ya da duygusal da olabilir.

b. İç-içelik Şeması: Bireyleşememe pahasına önem verilen kişilerle kurulan aşırı duygusal ilgi ve yakınlık ile bu kişilerin desteği olmadan mutlu olamama ya da dayanamama düşüncelerinden bir veya ikisine olan inancı içerir.

c. Başarısızlık Şeması: Okul, iş, kariyer ve spor gibi alanlarda başarısız olduğuna veya olacağına inanmayı içerir. Bu hastalar kendilerini sabote ederek ya da gönülsüzce davranarak gerçekten başarısız olabilir veya üstlendikleri görevi yapmayarak ya da erteleyerek kaçınma davranışı sergileyebilirler.

d. Bağımlılık/Yetersizlik Şeması: Diğerlerinden büyük bir destek almadan günlük yaşamı sürdüremeyeceği inancını içerir. Çoğunlukla beceriksizlik olarak görülmektedir (Hoffart v.dğr., 2006; Young v.dğr., 2009, 35-338; Thimm, 2013; Farrell v.dğr., 2015, 115-120; Basile v.dğr., 2019).

III. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

a. Hak Görme/Büyüklik Şeması: Diğerlerinden daha özel veya iyi olduğuna ve bundan dolayı daha çok hak ve ayrıcalığa sahip olması gerektiğine inanmayı içerir.

b. Yetersiz Öz Denetim Şeması: Duygu ve dürtüleri aşırı şekilde ifade etme ya da hedeflere ulaşmayla ilgili hayal kırıklığı yaşama konusunda düşük dayanma gücü içerir (Hoffart v.dğr., 2006; Young v.dğr., 2009, 35-346; Thimm, 2013; Farrell v.dğr., 2015, 115-120; Basile v.dğr., 2019).

IV. Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı

a. Boyun Eğicilik Şeması: Yapmak zorunda hissettiği için kontrolü kolayca diğerlerine bırakmayı, önemli bir korku düzeyini ve kendisine hükmedilmesine izin vermeyi içerir. Bu şemaya sahip hastalar cezalandırılmamak ya da terk edilmemek için kendilerini boyun eğmeye zorunlu hissetmektedirler. Kendi duygularını veya ihtiyaçlarını dile getirmeleri halinde çok güçlü olan otorite figürünün öfkesini çekmekten, cezalandırılmaktan, eleştirilmekten ya da terk edilmekten korkmaktadırlar. Bundan dolayı itaatkardırlar ve otorite figürlerine boyun eğmek zorunda hissetmektedirler. Bu şemaya sahip hastalar kendi istek ve arzularını bastırıp başkalarının isteklerini yerine getirebilmekte ya da kendilerinden intikam alınacağı korkusundan dolayı otorite figürüne yönelik duydukları öfkeyi bastırıp boyun eğebilmektedirler.

b. Kendini Feda Şeması: Günlük işlerde diğerlerinin ihtiyaçlarını kendi mutluluğu pahasına aşırı şekilde karşılamaya çalışmayı içerir. Bu şemaya sahip olanlar yaşanan acıdan sevdiklerini korumak, bencillik veya suçluluk duygusundan kaçınmak ve doğru olduğuna inandıkları şeyi yapmak istemektedirler.

c. Onay Arayıcılık Şeması: Gerçek duyguları geliştirememe pahasına diğerlerinin onay, takdir ve ilgisini kazanmak için aşırı derecede çabalamayı içerir (Hoffart v.dğr., 2006; Young v.dğr., 2009, 36-364; Thimm, 2013; Farrell v.dğr., 2015, 115-120; Basile v.dğr., 2019).

V- Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı

a. Karamsarlık Şeması: Yaşamın acı, ölüm, kayıp, hayal kırıklığı gibi olumsuz taraflarına odaklanırken olumlu taraflarını küçümsemeyi içerir. Bu kişiler her şeyin yanlış gideceği şeklinde abartılı bir beklentiye sahiptir.

b. Duyguları Bastırma Şeması: Hoşlanmama veya utanma sebebiyle duyguların aşırı derecede bastırılmasını içerir. Bu şemaya sahip kişiler dürtüleri üzerindeki kontrolü kaybetmemek için duygusal kısıtlama göstermektedirler.

c. Yüksek Standartlar Şeması: Yüksek beklentileri karşılamak ve eleştirilerden kaçınmak için sürekli çabalamayı içerir. Bu şemaya sahip kişiler

hiç kimse bilmeyecek olsa dahi çok yüksek standartları karşılamak için çalışmaktadırlar.

d. Cezalandırıcılık Şeması: Hata yapıldığında sert bir şekilde cezalandırılmak gerektiği inancını içerir. Bu şemaya sahip kişiler ahlakçı olup genellikle kendilerini ya da diğerlerini bağışlama konusunda zorlanmaktadırlar (Hoffart v.dğr., 2006; Young v.dğr., 2009, 37-386; Thimm, 2013; Farrell v.dğr., 2015, 115-120; Basile v.dğr., 2019).

Erken dönem uyumsuz şemaların çeşitli kombinasyonlarının pek çok psikiyatrik hasta tarafından kullanıldığı bilinmektedir. Bu şemaların psikiyatrik bir hastalık olan OKB’de de önemli bir rolü bulunmaktadır. Örnek vermek gerekirse duyguları bastırma şemasının OKB için çoğu kez tanı kriterleri taşıdığı belirtilmektedir. Bu şema daha çok hastaların çocukluk döneminde duygularını ifade ederken otorite figürleri tarafından utandırılmasından köken almaktadır. Duyguları bastırma şeması ile yüksek standartlar şemasının birlikte olması ise OKB için tanı kriterlerinin netleşmesine yardımcı olmaktadır. Yüksek standartlar şeması sıklıkla cezalandırıcılık şemasına bağlanmaktadır. Cezalandırıcılık şeması kusurluluk şemasıyla birleştiğinde ise hastanın ahlaki öfke ve haksızlık duygusu oldukça katı olup değişmesi çok zor olabilmektedir. Ayrıca karamsarlık şemasına sahip kişilerin de obsesif ruminasyona (düşüncelerin geniş getirir gibi zihinde tekrarlanması) yatkın olduğu belirtilmektedir (Young v.dğr., 2009, 365-386). Konuyla ilgili yapılan bir çalışmada izolasyon, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık ve karamsarlık şemalarının OKB hastalarında belirgin şekilde aktive olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Atalay vd., 2008). OKB tanısı olan hastaların erken dönem uyumsuz şemalarını değerlendiren başka bir çalışmada bu hastaların kusurluluk, izolasyon ve başarısızlık şemaları kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Aynı çalışmada OKB’nin cinsellik ve dinle ilgili olan boyutunun iç-içelik şeması ve hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Kim v.dğr., 2014). Söz edilen çalışmalarla birlikte konuya ilişkin yapılan diğer çalışmalara (Tenore v.dğr., 2018; Kızılağaç ve Cerit, 2019) bakıldığında hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şemasının diğer şemalara göre öne çıktığı görülmektedir. OKB’de yaygın olarak karşılaşılan

felaketleştirme düşünceleri ve abartılı tehlike algısı ile mücadelenin bu şemayla ilgili tedavinin merkezinde yer alması gerektiği belirtilmektedir (Young v.dğr., 2009, 327).

Hastalar erken dönem uyumsuz şemalarla başa çıkmak için üç farklı yol izlemektedirler. Bunlar şemaya teslim olma, şema kaçınması ve şemanın aşırı telafisidir. Örneğin kusurluluk şemasıyla başa çıkmaya çalışan bir hasta şemanın teslimine yönelik eleştirel arkadaşlar seçebilirken; bir diğeri şema kaçınması nedeniyle insanlardan uzaklaşabilmektedir. Başka biri ise, bu şemayı aşırı şekilde telafi etmeye yönelerek diğer insanlara eleştirel davranıp üstünlük kurmaya çalışabilmektedir. Bu tür başa çıkma biçimleri çocuklukta hayatta kalma mekanizması olarak çalışırken sağlıklı görülmektedir. Ancak yetişkinlik yaşamında aynı yöntemleri uygulamaya devam etmek hastaların şemaları sürdürmesine neden olmakta ve erken dönem uyumsuz şemaların kalıcı hale gelmesine yol açmaktadır (Young v.dğr., 2009, 60-61).

Erken dönem uyumsuz şemalar ve onlarla başa çıkma biçimleri bireylerin kendilerine çocuklukta zarar vermiş olan bazı durumların paradoksal olarak yetişkinlikte yeniden yaşanmasına yol açabilmektedir. Birey çoğu zaman uyumsuz şemayı iyileştirmeye yardımcı olacak ilişkilerden kaçınırken şemayı tetikleyen ve sürdüren ilişkileri kendine çekmekle meşgul olur. Bunun sonucunda benlik ve dünya ile ilgili yargıları giderek yerleşir ve gerçeklik kazanır (Young v.dğr., 2009, 56-58). Bu noktada, "benim kaderim hep böyle!" şeklindeki yakınmalar bu şemaların öncelikli gerçeklik olarak görülmesiyle ilişkilendirilebilir. Yıkıcı yaşam örüntüleri yaşamla ilgili kalıp yargılara neden olabildiği gibi kaderle ilgili yapılan yüklemelerin her seferinde bir öncekiyle aynı içeriğe sahip olması da değişmesi giderek zorlaşan bir kader algısını ortaya çıkarabilmektedir.

1.3. Kader Algısı

Kader algısı nasıl bir kader inancına sahip olunduğuyla yakından ilişkilidir. Dini literatürde planlamak, ölçülü olarak yapmak anlamına gelen kader kelimesi terim olarak Allah'ın ilmiyle bütün nesne ve olayları bilmesi ve belirlemesi demektir. Tarihsel süreçte kaderle ilgili farklı fikirler üzerine şekillenen bazı yaklaşımların olduğu görülmektedir. Ehli Sünnet bu

yaklaşımlardan biri olup insanın eylemlerini gerçekleştirmeye çalışırken Allah tarafından verilen bir güçle bunu yapabildiğini ileri sürmektedir. Ehli Sünnet ekolleri olan Maturidiyye ve Eş'ariyye kaderi ilahi ilimle ilişkili görmekte beraber insanın iradesinin önemini kabul etmektedir. Özellikle Maturidiler insanın eylemlerinde Allah'ın iradesinden ayrı olmadığını vurgularken sahip olduğu özgür iradeyle sorumluluk taşıyan bir varlık olduğuna dikkat çekmişlerdir. Mutezili görüş ise, Allah'ın insanları iradeleri dışında bir şeyi yapmaya zorlamasının ve sonra da o eylemden dolayı onları cezalandırmasının adaletsizlik olacağını savunmaktadır. Bundan dolayı Mutezile ekolu Allah'ın verdiği güç sayesinde insanın eylemlerinin kendisinin yarattığı şeklinde bir görüş ortaya koymaktadır. Cebriyye ise, kader konusuna daha farklı yaklaşarak insanın özgür bir iradeye sahip olmadan sadece Allah'ın dilemesiyle eylemlerini gerçekleştirebildiğini ileri sürmektedir. Bu yaklaşıma göre insan, iyi ya da kötü tüm eylemlerini gerçekleştirirken mecburi olarak bunları yapmaktadır (Yavuz, 2001, 58-63; Karadaş, 2015, 13-20; Aydın ve Genç, 2016).

Kader konusuna farklı yaklaşımları olan ekollerin her biri yaşamla ilgili çeşitli değerlendirmeler yapmaya elverişli argümanlar sunmaktadır. Ancak kaderle ilgili algı oluşturan bu görüşlerden yalnızca bir kısmının ruhsal sağlığı destekleyici olduğuna dair çalışmaların bulunması Tanrı ve kaderle ilgili yapılan atıfları incelemeyi gerektirmektedir. Bu bağlamda kader algısının bireylerin yaşamda karşılaştıkları olaylara ilişkin yaptığı atıfları açıklayan yüklem teorisi temelinde ele alınması konuyu kuramsal bir zeminde değerlendirmeyi sağlayacaktır.

Yaşanan olayları açıklama ile ilgili süreçleri yüklem teorisi çerçevesinde inceleyen ilk araştırmacı Heider'e göre insanlar yüklem yaparak tutarlı ve orantılı bir dünya görüşüne sahip olmak ve çevre üzerinde kontrol sağlayabilmek gibi iki temel ihtiyacı karşılamaktadırlar. Bu şekilde, karşılaşılan yaşam olayları öngörülebilir olmakta ve tutarlı bir dünyada yaşam daha güvenilir hale gelmektedir (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2017, 110). Benzer şekilde dini kavramların sunduğu bilişsel şemalar da olayları anlamlandırarak açıklamayı sağlamakta ve bireylerin kontrol sağlama ihtiyacını karşılamaktadır (Ok v.dğr., 2019, 29). Hayatta başa gelen olayları açıklama çabası olan din ve yüklem teorisinin benzer işlevlerinin olması Tanrı ve kaderle ilgili bilişlerin

yükleme teorisiyle açıklanabileceğini göstermektedir (Gürses, 2008). Burada yapılan yüklemelerin özellikle odaklandığı yer önemli hale gelmektedir. Olaylar ve davranışlar açıklanırken kişinin sahip olduğu özelliklerden kaynaklandığı varsayılan atıf şekli içsel, kişinin kendisi dışında gelişen başka bir durumla ilişkilendirilen atıf şekli ise dışsal olarak adlandırılmaktadır. Örneğin hastalığın kader gibi dışsal bir nedene bağlanması başa gelen durumun Tanrı'nın öfkesi ya da gazabı şeklinde yorumlanmasına yol açabilir. Olay ve davranışların nedensel açıklamalarına ilişkin yapılan içsel ve dışsal atıfların yanı sıra kalıcı ve geçici ya da kontrol edilebilir ve kontrol edilemez şeklinde atıflar da yapılabilmektedir (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2017, 111).

Kadere ilişkin yapılan yükleme biçimlerinin ruhsal sağlığa katkıda bulunup bulunmaması açısından önemli olduğu söylenebilir. Bireyin kendi yaşamı üzerinde sorumlu ve belirleyici olduğu şeklinde yapılan yüklemelerin ruhsal sağlığa iyi geldiğini ortaya koyan araştırmalar (Kandemir, 2006; Karaca, 2006; Kilit, 2019) sahip olunan kader algısının terapötik bir değeri olabileceğini göstermesi bakımından önemlidir. Bu araştırmalarda bireyin davranışlarının kendi iradesine göre yaratıldığını öne süren Ehli Sünnet anlayışına dayalı olan kader algısının ruhsal sağlığı koruyucu ve iyileştirici olduğu belirtilmektedir. Aydın (2019), kader inancının psikolojik sağlığa etkisini değerlendirdiği çalışmasında başa gelen talihsiz olayları açıklarken gerçekçi sebeplere başvurduktan sonra Allah'a tevekkül etmenin ruh sağlığına olumlu katkısı olduğunu vurgulamaktadır. Bu çalışmalarla beraber Cebriye ekolüne daha yakın olan ve kadercilik bakış açısı olarak nitelendirilen yaklaşımın ise ruh sağlığına olumlu katkı yapmadığını ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır. Kadercilik ve sağlık davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen 46 araştırmanın meta-analitik değerlendirmesinin yapıldığı bir çalışmada dışsal atıfların yoğun olarak yapıldığı kaderciliğin sağlığı tehdit ve sağlığı geliştirme etkinliklerine uyumsuzluk ile pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir (Lawrence v.dğr., 2015, 7).

Dışsal atıflarla şekillenen Tanrı ve kaderle ilgili nedensel yüklemeler psikiyatrik hastalıklardan mustarip olan kişilerce de yapılabilmektedir. Yaparel'in (1994) depresyon ve nedensel atıfları incelediği bir çalışmada katılımcıların kendileriyle ilgili trajik bir olayda Tanrı ve kader gibi dışsal etkenlere yükleme yaptıkları belirtilmiştir. OKB deneyiminde kültürel

kaygıların araştırıldığı ve bu çerçevede OKB tanılı katılımcılarla görüşmelerin yapıldığı bir çalışmada ise kadercilik, kültürel kaygı olarak tanımlanan parametrelerden biri olarak ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada katılımcıların önemli bir kısmının yaptıkları dışsal atıflar nedeniyle OKB ile mücadeleyi dikte ettiğine inandıkları bir kader anlayışına sahip oldukları tespit edilmiştir (Olson v.dğr., 2019). Obsesif kompulsif belirtiler ile yüklenme biçimleri arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir çalışmada obsesif kompulsif belirtiler ile iyi ve kötü olaylar için genellik ve önemlilik yüklenme biçimleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada, OKB’de görülen katı bilişsel şemaların ve karşılaşılan olayların nedensel olarak değişmez şeklinde algılanmasının obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olan daha genel yüklemeleri açıklayabileceği belirtilmiştir (Piri ve Kabakçı, 2007). Bu çalışmada ise, klinik tanısı olan OKB hastalarının bilişsel süreçlerini etkilediği düşünülen kaderle ilgili yüklenme biçimleri ve erken dönem uyumsuz şemaların rolü incelenmektedir.

2. Yöntem

Nitel paradigmaya dayalı olan bu çalışma fenomenolojik desenle yürütülmüştür. Bu araştırma deseni katılımcıların deneyimledikleri bir fenomenin ortak anlamına odaklanır. Temel amaç söz konusu fenomenle ilgili bireysel deneyimleri evrensel nitelikteki bir açıklamaya sığdırmaktır. Böyle bir çalışmada katılımcıların neyi, nasıl deneyimlediklerinden yola çıkılarak tüm deneyimlerin ortak yönünü tanımlayan bütüncül bir betimleme ortaya çıkarılır (Creswell, 2013, 77).

Bu çalışmanın üretildiği tezde bir karma yöntem araştırma deseni olan açıklayıcı ardışık desen kullanılmış olup nicel boyutunda OKB tanılı 81 hastadan oluşan örnekleme çalışılmış, nitel boyutunda “veri doygunluğu” kriteri baz alınarak örnekleme yer alan 18 hasta ile görüşmeler yapılmıştır. Bu çalışmada ise araştırmanın amacı doğrultusunda ilgili tezin nitel çalışma grubundan 12 kişi ile yapılan görüşmelerden elde edilen veriler kullanılmıştır. Bu durumda araştırmanın çalışma grubunu SBÜ Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi psikiyatri polikliniğine başvuran ve mental bozukluğu veya psikotik bozukluğu olmayan 12 OKB tanılı hasta oluşturmaktadır. Katılımcıların 4’ü erkek, 8’i kadındır. Katılımcılar daha yoğun olarak dini ve

cinsel içerikli obsesyon ve kompulsiyonlar ile bulaşma, şüphe ve saldırganlıkla ilgili obsesyon ve kompulsiyonlara sahiptirler. Veri toplama yöntemi olarak görüşmenin kullanıldığı bu çalışmada veriler yaşam, din ve Tanrı hakkında açık uçlu sorular içeren yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır. Bu şekilde elde edilen veriler içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Analiz işlemi NVivo 12 programı kullanılarak yapılmıştır.

3. Araştırma Bulguları

Araştırma bulguları, katılımcılarla gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen verilerin kodlaması ve bu kodları en iyi şekilde açıklayan temaların oluşturulmasıyla sağlanmıştır. Verilerin kodlanması ve temalandırılması NVivo 12 programı kullanılarak yapılmıştır. Bu işlem sonucunda elde edilen erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin bulgular “Kopukluk ve Reddedilmişlik”, “Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma”, “Zedelenmiş Sınırlar”, “Diğerleri Yönelimlilik” ve “Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık” şema alanlarına göre sırasıyla Tablo 1, Tablo 2, Tablo 3, Tablo 4 ve Tablo 5’de, kader algısına ilişkin bulgular ise Tablo 6’da sunulmuştur.

3.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalara İlişkin Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanına İlişkin İfadeleri

Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı				
Terkedilme	Kusurluluk	Güvensizlik/Suistimal	Duygusal Yoksunluk	İzolasyon
<p>K12- “Dediğim gibi, yani annemi tanımıyorum, kimdir nedir bilmiyorum. Kardeşimi bile tanımıyorum... Sıkıntıya düştüğümde O’nu (Allah) bana bir referans gösterecek kimse yoktu, yani baba yok, akraba, eş, dost yok, kimse yok... Sanki yaratıcının beni hiç görmediğini düşünmedim. Çünkü bela üstüne bela geliyordu. Yani dedim ki yaratıcı madem bu kadar kutsal, özel, harika bir varlık niye yardım etmiyor.”</p>	<p>K1- “Allah’ın her zaman beni gördüğünü aklımdan çıkaramıyorum ve utanıyorum.”</p> <p>K3- “Ben çok kötü biriyim ki Cenabı Allah bana bu hastalığı verdi hiç de iyilik vermiyor.”</p> <p>K4- “Sürekli düşünüyorum, çünkü benim gibi aciz bir kula, kötü böyle bir kula... Rabbim benim gibi günahkâr bir kula böyle nimetler ihsan etti.”</p> <p>K5- “Yani şöyle (dine önem verdiğimi) hayatımda gösteremeyi kendime kızarak... Ben sadece nankörüm, bu konuda en ufak bir şüphem bile yok.”</p> <p>K6- “Kendimi kötü hissediyorum, kötü anne gibi hissediyorum... (Kur’an’ı) elime almak istemiyorum, hani kirletmek istemiyorum. Kendimi de günahkâr düşündüğüm düşüncesi var.”</p> <p>K8- “Diyorum ben hiç bir şey yapmıyorum herhalde, hiçbir şeye yaramıyorum.”</p> <p>K9- “Biraz değil çok suçluluk hissediyorum. Ben bazen yani inan ki tesbihat çekerim, bazen çekmeden namazda böyle gözümü kapalı kıldığım çok olur benim.”</p> <p>K11- “Eşim bazen bir konuda benimle alay etse bile ben hak ettim diyorum. Çocuklarım ya da her hangi birisi bana kötü bir söz söylese ben hak ettim diyorum... Demek ki diyorum ben çok kötü bir kulum ki Rabbim bana şifa vermiyor bazen.”</p>	<p>K3- “Diyorum Allah’ım bana ne oluyor, ben nasıl bir Müslümanım, yani Cenab-ı Allah’ın sanki haşa bana bir garezi varmış gibi haşa!.. Allah’ın kaderine inanan bir insanım ama sanki hep ters oluyor her şey, sanki haşa Cenab-ı Allah hep yanlış yapıyor bana.”</p> <p>K1- “Allah’ın bizi sevmesi için mutlaka kötü bir şey mi başımıza gelmeli?!”</p> <p>K6- “Sürekli eşimin telefonunu kontrol ediyordum. Mesajlarına falan bakıyordum. Yani o kadar her şeyi didik didik ediyordum, öyle söyleyebilirim. Çok bu yüzden kavgalarımız oldu... Zaten bu konuda da erkeklere karşı aşırı güvensizlik oluştu bende. Kıskançlığımın temelinde de biraz bu yatıyor.”</p> <p>K12- “Allah bir takıntılı bence, bir şey yani, testere filmi izleyen bir varlık. Bize acı vermekten hoşlanıyor... Anne baba figürünü benden aldı... Belki hayatınızda farklı bir konumda olacaksınız ve 10 yıl sonra bir çocuk vardı deyip bahsedebileceğiniz bir insan olmam için şu anda buradayım.”</p>	<p>K2- “Erkek kardeşlerim bana karşı çok saygısız, kötü sözler söyleyebiliyorlar. Ben onların umurunda değilim. Bana değer vermiyorlar... Aileden yana şanssızım yani. Kardeşler arasında da ayırım yapıyorlar.”</p> <p>K5- “Diğer kardeşlerime göre okul başarısızım daha kötü olmasının vurgulanması olabilir belki, benim ne konuda başarılı olabileceğim hiçbir zaman gözükmedi... Benim gerçekten ne istediğimi hiç kimse anlamadı.”</p> <p>K12- “Benim annemle babam ayrı zaten, ya baba sevgisi diye bir şey ortada yok... Sevgi denen bir şey yok yani, annem beni tanımlayacak olsa der ki oğlum soğukkanlı, soğuk, sessiz sakın bir insan. Ama işte karşı tarafın şeyi görmediği bir durum var, sorumluluklarını görmeyen bir anne var.”</p>	<p>K7- “Yani ben biraz da öyleyim, tekim mesela. Gezerken bile çoğu zaman tek başına falan gezmeyi tercih ediyorum... İçine kapanma gibi bir durum oluştu. İçine kapanma da demeyim de hani her şeyi tek başıma halledeceğim diye karar oluştu bende.”</p>

Tablo 2. Katılımcıların Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanına İlişkin İfadeleri

Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı			
Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık	İç İçelik	Başarısızlık	Bağımlılık/ Yetersizlik
<p>K1- “Yataklarım yastıklarım içindeki yünler diyeyim ben size, onlara çok takıntım var... Yastıklarımı ben en son bu sene de yorganlarımı yapamadım... Bu yatağın yünü kimin, bu kadar yastık bana nereden geldi, karıştı mı, kimsenin yünü?... Kim demişse küçükken yün haramdır, çok haramdır, iğne çok haramdır.”</p> <p>K2- “Şimdi ise sosyal medyada yazdıklarımı defalarca kontrol ediyorum. Yazdıklarım arasında özel hayatımla ilgili istemediğim bir şey var mı diye...”</p> <p>K3- “Mesela salata yapıyorum yanımda biriyle konuşurken, diyorum ki Allah’ım şimdi ben buna zarar mı veririm acaba, bu bıçakla bir yerine mi vururum, bir şey mi yaparım korkusuyla artık kendimden geçiyorum... Şimdi ben Allah bir şeyden bir bela verecek, bir yerden bir bela gelecek, bir sıkıntı, aileme bana eşime, hep bir korku var içimde her zaman.”</p> <p>K4- “Kapıyı kilitlediğimde kızıma da baskı yapıyorum, kitlediğimizi hissetmiyom, anahtarı üstünde kalmış, artık defalarca acaba kim geldi, girdi mi kimse, birisi bir yere el vurdu mu, yani sanki ev bütün berbat!”</p> <p>K5- “Gusül abdesti almadan hiçbir yere dokunamıyorum, kimseyle konuşmuyorum, telefona cevap vermiyorum. Çünkü dokunduğum yerler ve konuştuğum kişiler de kirli olur diye endişeleniyorum.”</p> <p>K6- “Sürekli nazar duasını okuyordum. Yani bir şeyin mutluyşam o bozulacak korkusu, birisi planlarımı bozacak, işte her şeyi mahvedecek, işte yeni baştan her şeye başlayacağım işte bunların endişesini taşıyordum.”</p> <p>K10- “Mesela kardeşlerim lambayı açık bırakıyordu. Ben gidip ısrarla hemen söndürüp bir de onlara hemen laf sayıyordum. Ondan sonra telefon zararlı mesela, yanımızda falan, gece kardeşlerimin telefonlarını kapatıyordum. Aman onlara zarar gelmesin, işte böyle bir şey olmasın. Zarar vermesin falan diye...”</p> <p>K12- “Şey, sayılarla ilgili şöyle, bir sayı var, kodladığım sayılar var. İşte iki basamaklı bir asal sayı, bu kötüdür, bunu gördüğümde kötüdür. İki basamaklı işte o asal sayının iki katı olan sayı iyidir. 2 basamaklı asal sayının 3 le çarpılmış hali bir konuda dikkat etmem, dikkatli olmam gerektiği anlamına geliyor. İşte bazı yine asal sayılar var, onları ise farklı şekilde kodlamışım, başarı, tehlike, öfke, dikkat et</p>	<p>K6- “Ben ne kadar dövse de her zaman annemin tarafındaydım. Annemle ilişkim bağım çok kuvvetli yani. Her gün annemin sesini duymazsam o günüm geçmez benim. Yani her gün konuşmak zorundayım.”</p>	<p>K3- “Yani bir şeyin içinde düzen değil, yok yani, şey yok, başaramıyorum bir şeyi, başlıyorum diyorum ki ben bunu yapacağım 1, 2, 3, 5 bitiyor, yani her işte... İşe de gitme, çalışmak istedim dışarıda kantinde falan 2 gün gitti... Hocaya Kur’an’a gittim, 15-20 gün işte, bu hastalıktan dolayı, başaramadım geri geldim.”</p> <p>K5- “En istediğim şeyleri yapamıyorum. İsteddiğim şeyleri yapamadığım gibi yapmama engel olan şeylerle de ayrıyeten savaştığım için, dediğim gibi yine bu sefer nakavt oluyorum ve ortada hiçbir şey yok... Namaz kıl, bırak, kıl, bırak...”</p> <p>K8- “Bir de bir şey çok oluyor bende, mesela bir şeye başladıktan sonra bir ay devam edip bırakma gibi bir şey, mesela spora başladım şu anda sanki bırakacağım, öyle geliyor... Bir şeyin devamlılığı yok işte, onu bilmiyorum neden, hiç kararlı değilim.”</p>	

gibi kodladığım sayılar var.”

Tablo 3. Katılımcıların Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanına İlişkin İfadeleri

Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

Hak Görme/Büyüklik

Yetersiz Öz Denetim

K2- “Mesela ben bakıyorum, kız çok çirkin ama yanındaki erkek çok yakışıklı, yani geneli öyle... Bakıyorum aynaya, elim yüzüm düzgün, yani niye bu kadar şanssızım!? Beni istemeyen kişiler niye istemiyor? Sebep ne? Sebep yok ki!.. Huy güzelliği eksik olan bir kız değilim, huyum da güzel benim. Bu yüzden reddedilmek için bir sebebim yok.”

K5- “Hakikaten istediği kadar karşıdan bu kanaat olarak algılandım, birçok insandan çok fazla akıllı olduğuma eminim, yani her türlü ispatlarım... Ay namazımı kılmadım korkusu yok bende, o namaz kabul olacak, olmasın, ben kıldım bitti, kime ne!”

Tablo 4. Katılımcıların Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanına İlişkin İfadeleri**Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı**

Boyun Eğicilik	Kendini Fedâ	Onay Arayıcılık
<p>K1- “Ailem hakkında söylediğim şeyler vicdanen sızlatıyor. Anne baba ne olursa olsun, onlar her ne kadar kırarlarsa, bir kapıdan atarlarsa, bizim onları affetme ya da küsme özelliğimiz olmadığını biliyorum”</p>	<p>K10- “Bugün mesela evde ben sürekli orta yolu bulmaya çalışan bir insanım. Bu beni çok çok aslında yoruyor. Ama bunu yapacak başka insan yok.</p>	
<p>K3- “Ben bir günah işlediğim zaman Cenab-ı Allah’ın beni cezalandıracağını biliyorum, ben o korkuyla yaşadım yani, her zaman dikkat ettim, yanlış yapmadım, aman dikkat edeyim hiç bir zaman bir günah işlemeyeyim!”</p>	<p>Mesela babamla o kız kardeşim çok çatışma yaşıyorlar. Böyle olunca benim araya girmem gerekiyor, tamam istersen şimdi şey yapmayalım, şöyle olmasın, böyle olmasın. Sonra zaten annem tiroit kanseri oldu. Biz anneme dedik ki sakın bir daha, ya bu babamın hastalığı, öksürecek hastaysa, bu da onun gibi bir şey. Sen de tepki göster. Hani içine atma bize bağır, şey yap.”</p>	
<p>K4- “Bir hata yaptığım zaman, mesela sabah namazımı kılmadım, kılamadım kalktım, önce temizlik yapmış olayım yarım kaza yaparım, yani bir baktım ki işlerim ters gitmeye başladı, hemen kalktım bir daha tekrar abdest aldım namaz kıldım... Çok korkuyorum, yanlış bir şey yaptım mı, mutlaka başıma bir şey gelir.”</p>		
<p>K7- “Ailem benimle çok ilgilenir, çok düşkündür. Aram hep iyidir onlarla. Şey değil, sıkıntı yoktur, herhangi bir, ben de şikâyetinde bulunmam... Sadece biraz belki çok üstüme düştükleri için belki beni sıkıştır, belki bunlardan rahatsız olmuşumdur, çok aşırı bir şekilde(öyle davrandıkları için)... Yeter artık ben çocuk muyum, beni devamlı arıyorsunuz gibi şeyler olmuştur. Yani şikâyetim bu yönde olur olsa... Ama onlar da belki biliyorum ki benim iyiliğim için bunu yapıyorlar.”</p>		
<p>K8- “Babamla da baya bir çatışmalar oluyordu, bayağı bir şeyler oluyordu, yani kavga dövüş, bu tarz şeyler. Çünkü bir süre sonra dayanamıyor adam... Sinir oluyorum gerçekten, çok sinir oluyorum. Bu sefer babaya karşı insan öfkeleniyor, hiç güzel bir şey değil... Beni dövüyordu küçük çocukken. Mesela 4. sınıfta bir kere okulda dövmüştü beni. Babam kesinlikle gaddar bir insan değil.”</p>		
<p>K9- “Kader hakkında her zaman susmayı tercih ettim yine susacağım. Çünkü bu konu insanı küfre bile götürür... Ha şöyle bir şey olabilir mi, hani işte bazıları der ki, ben kendim demem de, elhamdülillah. Bazıları der ki, ya bu nasıl kader, o adam Allah korusun çok tehlikeli bir kelime kullanır... Haksızlığa uğrama derken, ben yıllar boyu çalıştım, artık bıktım, yoruldu, çocuklukta beri... Okumadım, hep çalıştım. Başkalarına bakıyorsun, okumuşlar, meslek sahibi olmuşlar. Benim hep aynı, aldığım maaş da belli... Hep aynı yani... İsyân değil ama bu söylediğim, Allah’ın muradı.”</p>		
<p>K10- “(Allah’ın) gücünü gördüğümde korkuyorum... Kendimi sürekli sınavda gibi hissetmem, aslında Allah’ı sürekli hatırlayabilmeme, hayatımı O’na</p>		

göre düzenleyebilmeme neden oluyor.”

Tablo 5. Katılımcıların Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanına İlişkin İfadeleri

Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı			
Karamsarlık	Duyguları Bastırma	Yüksek Standartlar	Cezalandırıcılık
<p>K2- “Diyorum ya başlı başına her şeyi geçtim, aile konusundaki şanssızlığımı da, işte aşk konusundaki şanssızlığımı da geçtim. Yani başlı başına bu takıntı hastalığı yiyip bitiriyor zaten... Ben genel anlamda şansız bir insanım bunu söylemeye çalışıyorum.”</p> <p>K3- “Allah bana bu hastalığı verdi, hiç de iyilik vermiyor... Şu içinde olduğum durum, yani bir bataklığın içerisinde biraz batıyorum bataklığa çıkıyorum tekrar bir daha, yani orada sıkıştım, şuraya kadar ne aşağı gidebiliyorum, ne yukarı çıkabiliyorum.”</p> <p>K6- “Yani bir şeyin, mutluyum o bozulacak korkusu, birisi planlarımı bozacak, işte her şeyi mahvedecek, işte yeni baştan her şeye başlayacağım, işte bunların endişesini taşıyordum.”</p> <p>K12- “Yıkılmış bir aile daha da yıkılıyor, destek veren yok, sorumluluklarınız artıyor... Kendime toplumda bir rol biçtiğim zaman hiçbir zaman bu sorumluluklarım bitmeyecek.”</p>	<p>K5- “Duygusal olmaktan nefret ederim hiç sevmem... Kolay kolay ağlamam.”</p> <p>K7- “Yani ben şöyle söyleyeyim, daha mesela yani ufak tefek şeyler, çocukça şeyler, şu an onları (duygularımı) tarif etsem üstüme gülerim. Niye bunlardan huzursuz olmuşum diye. Yani onun için, saçma bulduğum için... Duygusal olarak, var tabii de şu an ifade edemiyorum... Duygusal olarak aslında pek fazla yok, düşünsel olarak dediğim gibi...”</p> <p>K9- “Valla ben duygusallığı bilmem, beceremem de.”</p>	<p>K8- “Her şeyi uygulamaya çalışıyorum, mesela duyduğum her şeyi, bu da zaten olması gereken bir şey... Beş vakit namazımı kılıyorum tamam, günlük Kur’an okumaya çalışıyorum, işte anlamaya çalışıyorum. Mesela teheccüd namazı konusunda, teheccüd namazını kılamıyorum çok fazla, yani günlük yoğun tempodan dolayı işte. Sabah namazına kalkıyorum, sabah namazından önce biraz zor geliyor. Bu sefer teheccüd namazını inkar ediyordum gibi oluyor. Zannediyorum ki inkar ediyorum, böyle bir değişik durum var.”</p> <p>K11- “Yani çok istiyorum, kafada bir telaş olmasa yani namazımı kılsam, orucumu tutsam... Ya namaza durduğum zaman kafamda bir şey olmasın ki oluyor, yani mecbur olacak bir şey, ben mesela diyorum öyle bir şey olmasa da yani öyle yani dua etsem zikir çeksem hep canı gönülden, anlamını düşünerek... Keşke bu konu aklımdan çıksa da ben O’na daha iyi bir kul olsam, o zaman ibadetlerimi yapardım. Bu olay bütün manevi hayatımı etkiledi.”</p>	<p>K3- “Ama olacak işte dirileceğiz, cezalandırılacağız. İşte Allah, hesap, kitap, şu, bu, yani cezalandırma benim kafama yerleşmiş... Mesela diyelim ki elini tuttum eşimin o zaman geçmişte, o zaman ama şimdi benim ailem. Allah ceza verecek veya bana ceza verecek, bir kötü bir şey olacak, yani bir kötü şey.”</p> <p>K4- “Yani mesela ben kendi hatamdan bir şey başıma geldiği zaman diyorum, ben kızma da diyorum bunu, ben Rabbimden ceza olarak görüyorum. Çünkü ben bunu hakkettim diyorum, bildiğim halde yaptığım işi hakkettim. Bu ceza bana hak!”</p> <p>K7- “Sonuçta eğer biz Allah’ın istemediği davranışları sergilersek, bunda da ısrarcı olursak, O’nun cezalandırıcı olacağını biliyorum, öyle düşünüyorum. Öyle aşırı iyimserliğim yok. Zaten dinimizde de korkma var, Allah’ın gazabı var... Çünkü insan bence, yani, evet insanlar çok da kötü olabiliyorlar, yani çok da kötü olabiliyorlar diye düşünüyorum.”</p> <p>K9- “Allah, onların cehennemine gitmesini istemez. Hep O’nun rızasına dair şeyler yapmamızı ister. Öbür taraftan baktığın zaman azabı gazabı çok çetin olandır... Mesela bir Müslüman kibirlenir, der ki ben namaz kılıyorum kardeş, Kur’an okuyorum, onunla ben bir olur muyum? Allah’ın gazabına hak olur o!”</p>

3.2. Kader Algısına İlişkin Bulgular

Tablo 6. Katılımcıların Kader Algısına İlişkin İfadeleri

Tanrı'nın iradesine yapılan yükleme	Tanrı'nın ve bireyin iradesine yapılan yükleme	
Tanrı'nın iradesine yapılan olumsuz içerikli yükleme	Bireyin sorumluluğunu kabul etmekle birlikte Tanrı'nın iradesine yapılan olumsuz içerikli yükleme	Hem Tanrı'nın hem bireyin iradesine yapılan olumsuz içerikli yükleme
<p>K3- "Sanki hep ters oluyor her şey sanki haşa Cenab-ı Allah hep yanlış yapıyor bana. Yani diyorum Allah'ım teyzemin kızları da böyle hasta oldu, onlar iyi oldu, herkes iyi oldu ben iyi olamıyorum, demek ki Cenab-ı Allah'ın bana karşı bir şeyi var... Yani kaderimin Allah tarafından iyi yazılmadığını düşünüyorum." K12- "(Allah) arada böyle bela verir, deprem yaratır, böyle ağlarız, kolumuz bacağımız kopar, yalvarırız kendisine kolumuz bacağımız yerine gelsin diye, bundan hoşlanan birisiymiş gibi geliyor bana... Onlar çabalıyor çünkü Allah vermiyor, onlar çabalıyor işte..."</p>	<p>K1- "Çoğu konularda mesela biz bazı şeylere kader deyip susuyoruz ya hani aslında bazı şeyler kader değil ama, bazı şeyler insanın yaşam biçimi insanın kendi özgür kararı." "Allah'ın bizi sevmesi için mutlaka kötü bir şey mi başımıza gelmeli?! Allah'la ilgili bu düşünceyi, neden bizi sevmiyor düşüncesini aklımdan atamıyorum. Onun için bu hastalık hiç geçmesin, iyileşmeyeyim ki bu gidince daha çok korktuğum bir şey başıma gelmesin diyorum." K2- "Gördüm ki bir insan bir şeye emek verirse Allah illaki karşılığını veriyor, yani ne kadar zorluklar olursa olsun ne kadar olumsuzluklar olursa olsun Allah şey yapıyor, yani karşılığını veriyor." "Hani tamam bu yaşadığım olay çok adaletini gösteren bir şey ama dünyada yaşadığım bir sürü umutsuzluk var, bunları düşünüp teraziye koyunca yine de tam anlamıyla barışamıyorum yaratıcıyla, küskünüm ona! Diyorum ya başlı başıma her şeyi geçtim, aile konusundaki şanssızlığımı da, işte aşk konusundaki şanssızlığımı da geçtim. Yani başlı başıma bu takımtı hastalığı yiyip bitiriyor zaten." K6- "Yani kaderin aslında biraz da bizim elimizde olan bir şey biz elimizle bir şeyler çiziyoruz ama Allah ne çizeceğimizi biliyor. Kader böyle bir şey. Allah ne yapacağımızı neye karar vereceğimizi biliyor ama müdahale etmiyor. Karşımıza fırsatlar da çıkarıyor engeller de çıkarabiliyor ama bunları geçip geçmeme ya da takılıp düşme konusunda bizi özgür bırakıyor." "Bu aldatılma olayından sonra biraz uzaklaşma olmuş olabilir bende, yani bu</p>	<p>K4- "Yani Rabbim ne takdir etmiş ise insanın başına gelir... Şöyle Rabbim yani göz vermiş, irade vermiş, akıl vermiş tabii. Burada bize güç vermiş, kul görüyor, ha onu tamamen kadere bağlamıyorum, elimden geldiği kadar onu yapmaya çalışıyorum ama tamamen kadere de bağlamıyorum, tamamen kendim de kaderden çıkarmıyorum, kader değil de ben bunu kendi elimle yaparım, böyle yaparım şöyle yaparım öyle de değil, ikisinin ortası, ortada dengede. Her şey takdir yani ne yapalım! Yani ben bu kadar biliyorum, çok merhametli, çok sabırlı böyle bir Rabbim var, ama aynı zamanda da çok korkuyorum, yanlış bir şey yaptım mı, mutlaka başıma bir şey gelir." K5- "Kaderi belirleyen kim? Allah. O zaman kader önceden yazılmış, nasıl oluyor, hani önceden yazılmıştı kader, o kişi seçecekse... İşte o bağlantıyı ben bir türlü anlayamıyorum, çok anlamak için de uğraşmıyorum açıkçası... Dediğim gibi yani onu düşünmek yerine önce büyük farzları yerine getireyim... O bu kadar iyiyken ben nasıl hala tam olarak O'na dört dörtlük güvenip de, hani nasıl şu olur bu olur diyerek vesveselere ehemmiyet veriyorum!" K7- "Dinimizde de korkma var, Allah'ın gazabı var, kavramlar var, bunları reddedemeyiz, zaten bunları reddedince de belki nefsimize yenik düşeriz, kötü şeyleri devamlı yaparız diye</p>

kötü etkiledi, bütün inancım, bütün her şeyim yıkıldı... Neden hani ben bir şeyi mi hak ettim, yani doğru olan bu mıydı, o şekilde sorgulamaya başladım... Neden benim başıma geldi diye sorgulamalarım oldu.”

K8- “Allah herkese akıl vermiştir. İnsanlar aklını kullanarak a şekline de b şekline de dönüştürebilirler, iyi ya da kötü, ama Allah önceden bunu görüp takdir etmiştir.”

“Bende olumsuz şeyler noktasında biraz sıkıntı oluyor bende. Söylediğim gibi elimi kesiyorum, verdiği olumsuz bir şey, bu sefer Allah’ı suçlamaya çalışıyorum. Bu sefer zannediyorum ki imanında bir eksiklik oldu küfre girdim.... Mesela bir şey kaybediyorum, mesela diyelim bugün çorabımı kaybettim, çorabımı ararken bile zannediyorum ki Allah bana zulmediyor böyle bir duygu oluşuyor.”

K10- “O şeyi mekanizmayı döşeyen Rabbim, ama buna dokunmak senin elinde. Ben öyle görüyorum (kaderi) yani. Bir şeyleri kendimiz seçebileceğimizin farkındayım. İsteyip nasip eden de Rabbim.”

“Yani Allah bana karşı adil mi? Şimdi ben şey yapmadığım için, hep hayırlısını isteyip bir yerde de böyle bir şey olacağına inandığım için. Matematiksel olarak çok fazla adaletsizlik yaşadım ama nasıl? Şey olarak değil, burada ben oturacaktım siz oturdunuz değil de hani çok fazla, en basitinden çok fazla emek vererek hazırladığım bir sınavda başıma öyle bir şeyin gelmesi, şudur budur...”

K11- “Kaderle ilgili ne kadarı kader ne kadarı insanın yaptıkları onu bilmiyorum. Ama kadere inanıyorum. Evlilik mesela ya da hastalık...”

“Bazen mesela diyorum ki kendi kendime, mesela ilerde yine dedim kendi kendime, Ya Rabbim! Ben artık bu hastalığı taşıyamıyorum, bu OKB hastalığımı, bana niye şifa vermiyorsun?!”

düşünüyorum... Birçok şeyi senin icraatların veya senin isteklerin sonucu Allah’ın takdiri olarak görüyorum. Benim gayretim var, Allah da izin verdiğyse o olur ama gayret yoksa olmaz, bu şekilde düşünüyorum. Ama benim gayretim çok var bir şekilde engelleyebilir Allah. Mesela belki hasta olmasaydım, belki daha da farklı olurdu. Belki ne bileyim hastalıkla geçen zamanım gitmezdi de belki daha iyi bir yerde olurum ama istemediğim bir şekilde hastalık beni buldu, bir şekilde engellendim yani.”

K9- “Ben Allah’tan hayır istersem Rabbim bana hayrı yaratır, hep hayır yönünde kaderim o şekilde gider. Ama ben Allah’tan desem ki ben içki içeceğim, Allah Teâlâ bana o içki içme şeyini yaratır... Ben mesela o büyüdüğümüz ortamlarda, ballı ortamıydı, Allah affetsin, yani kötü yollardaydı yani, Allah affetsin, içki içen ortamlarda şey olduk... Haksızlığa uğrama derken, ben yıllar boyu çalıştım, artık bıktım, yoruldum, çocuklukta beri... Okumadım, hep çalıştım. Başkalarına bakıyorsun, okumuşlar, meslek sahibi olmuşlar. Benim hep aynı, aldığım maaş da belli. İşte çocukluğumda neyse şimdi de o!.. Onlar çocuklarını kreşe gönderirken biz mahalleye top oynamaya gönderiyoruz. Sonuçta bu çocukların geleceği aynı olur mu?.. Hep aynı yani... İsyan değil ama bu söylediğim, Allah’ın muradı...”

4. Bulguların Yorumlanması

Erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin yapılan analizlerin yansıtıldığı Tablo 1, Tablo 2, Tablo 3, Tablo 4 ve Tablo 5 incelendiğinde şema alanlarına göre gruplandırılan şemalara ilişkin katılımcıların ifadelerini görmek mümkündür. Buna göre katılımcıların bağımlılık/yetersizlik, yetersiz öz denetim ve onay arayıcılık şemaları dışındaki şemalara sahip olduğunu gösteren ifadeler bulunmaktadır. Kader algısına ilişkin yapılan analizlerin yansıtıldığı Tablo 6'ya bakıldığında ise, katılımcıların kader algılarına ilişkin ifadelerin yer aldığı görülmektedir. Buna göre katılımcıların bir kısmının Tanrı'nın iradesine yönelik olumsuz içerikli yüklemeler yaparken diğer bir kısmının ise Tanrı'nın ve bireyin iradesine yönelik yüklemeler yaptığı anlaşılmaktadır. Tanrı'nın ve bireyin iradesine yönelik yüklemeler yapan katılımcılar ise bireyin sorumluluğunu kabul etmekle birlikte Tanrı'nın iradesine yönelik ve hem Tanrı'nın hem de bireyin iradesine yönelik olumsuz içerikli yüklemeler yapanlar olarak ayrılmaktadır.

Araştırma bulguları katılımcıların yaşam, din ve Tanrı hakkında sorulan soruları yanıtlarken kullandıkları ifadelerin analiz edilmesi sonucu ortaya çıkmıştır. Bulguları yorumlamadan önce belirtmek gerekir ki katılımcılar bu çalışmada yapılan analiz sonucu ortaya çıkan uyumsuz şemalardan daha farklı şemalara da sahip olabilirler. Ancak bu çalışmanın yapılan görüşmelerle sınırlı olması nedeniyle katılımcıların sahip olduğu tüm şemaların analiz edilerek gösterilmesi mümkün değildir. Diğer taraftan elde edilen veri kaynağı katılımcıların sahip olduğu uyumsuz şemalar ve kader algısıyla ilgili değerlendirmeler yapmaya olanak tanıyacak düzeydedir. Bu bağlamda bulguları yorumlamaya devam edecek olursak katılımcılar tarafından en çok kullanılan şemaların hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması, kusurluluk şeması ve boyun eğme şeması olduğu anlaşılmaktadır.

Katılımcıların OKB tanılı olması hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şemasının en çok görülen şema olmasını açıklamakta ve bu bulgunun literatürle uyumlu olduğu görülmektedir (Atalay vd., 2008; Kim v.dğr., 2014; Tenore v.dğr., 2018; Kızılağaç ve Cerit, 2019). Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanında bulunan bu şemaya sahip kişiler her

an bir felaketin çıkmak üzere olduğunu düşünmektedirler. Hastaların çoğu bu şemayla başa çıkmak için kaçınma ya da aşırı telafi davranışlarına yönelmekte ve sıklıkla kompulsif ritüeller uygulamaktadırlar (Young v.dğr., 2009, 326). Bu kişiler genellikle ebeveynleri tarafından özgüvenlerine zarar verilmiş ve ev dışında yaşamlarını sürdürebilmeleri konusunda desteklenmemiş olan bireylerdir (Young v.dğr., 2009, 39). Katılımcılardan bu şemaya sahip olanların yaşam örüntülerinde ve kader algılarında zedelenmiş otonomiye ilişkin ipuçları bulunmaktadır. Örneğin hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şemasına sahip olan kadın katılımcı K3'ün her an bir hata yapabileceği ve bundan dolayı başına bir bela gelebileceği ile ilgili kaygısı bulunmaktadır. Bu katılımcı çocukluğundan itibaren argo içeren konuşmalarıyla kendisinin hiçbir işi tam olarak yapamayacağını salık veren abisinden yakınmaktadır. Bu katılımcının diğer birçok uyumsuz şemasının yanında başarısızlık şeması da bulunmaktadır. Ayrıca K3'ün hayatta hiçbir şeyin üstesinden gelemediğinden ve başladığı işi devam ettiremediğinden söz ederken *"Sanki hep ters oluyor her şey, sanki haşa Cenab-ı Allah hep yanlış yapıyor bana... Yani kaderimin Allah tarafından iyi yazılmadığını düşünüyorum"* şeklindeki sözleri nasıl bir kader algısına sahip olduğunu göstermesi bakımından dikkat çekicidir. Bu hastanın kader algısının dışsal ve olumsuz içerikli oluşunun yaşam deneyimleri aracılığıyla şekillendiğini düşünmek mümkündür. Hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması olan başka bir katılımcı ise K12'dir. Erkek katılımcı olan K12'nin terkedilme, güvensizlik/suiistimal, duygusal yoksunluk ve karamsarlık şemaları da bulunmaktadır. Zarardan korunmak için sayılara çeşitli anlamlar yükleyerek önlem almaya çabalayan bu hastanın da yaşam grafiğinin destekleyici olaylarla şekillenmediği anlaşılmaktadır. Öyle ki bu olaylar uyumsuz şemaların yanı sıra kader algısını da etkilemiştir. Bu katılımcının *"Yani baba yok, akraba, eş, dost yok, kimse yok... Sanki yaratıcının beni hiç gördüğünü düşünmedim. Çünkü bela üstüne bela geliyordu. Yani dedim ki yaratıcı madem bu kadar kutsal, özel, harika bir varlık niye yardım etmiyor?!"* şeklindeki sözleri hayatta kadersel olarak yalnız bırakıldığına dair düşüncesini yansıtmaktadır.

Katılımcıların sözleri incelendiğinde hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması kadar sık karşılaşılan bir diğer şemanın kusurluluk şeması

olduğu görülmektedir. Konuya ilişkin yapılan araştırmalarda OKB'li hastalarda kusurluluk şemasını bulgulayan çalışmaların olduğu görülmektedir (Kwak ve Lee, 2015; Kızılağaç ve Cerit, 2019). Bu şema Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanında yer almaktadır. Bu alandaki şemalara sahip hastalar istikrar, sevgi ve ait olma gibi gereksinimlerinin karşılanamayacağına inanmaktadırlar. Geldikleri aileler dengesiz, istismarcı, soğuk ve reddedicidirler. Bu alandaki şemalara sahip olanlar genellikle travmatik çocukluk geçirmiş ve kendilerini değersizleştiren ya da başkalarının kendilerini değersizleştirmesine izin veren bireylerdir. Aynı zamanda yüksek standartlar şemasının pek çok özelliği kusurluluk şemasının belirtisi olabilmektedir. Bu kişiler içten içe problemleri için başkalarının suçlu olduğunu düşünme eğilimindedirler (Young v.dğr., 2009, 33-313). Erkek katılımcı olan K8'in *"Diyorum ben hiç bir şey yapmıyorum herhalde, hiçbir şeye yaramıyorum"* ve kadın katılımcı K11'in *"Eşim bazen bir konuda benimle alay etse bile ben hak ettim diyorum. Çocuklarım ya da her hangi birisi bana kötü bir söz söylese ben hak ettim diyorum... Demek ki diyorum ben çok kötü bir kulum ki Rabbim bana şifa vermiyor"* şeklindeki sözleri kusurluluk şemasını yansıtmaktadır. Başa gelen istenmedik olaylarla ilgili olarak bu katılımcılardan K11'in *"Bazen mesela diyorum ki kendi kendime, mesela ilerde yine dedim kendi kendime, Ya Rabbim! Ben artık bu hastalığı taşıyamıyorum, bu OKB hastalığını, bana niye şifa vermiyorsun?!"* ve K8'in *"Bende olumsuz şeyler noktasında biraz sıkıntı oluyor bende. Söylediğim gibi elimi kesiyorum, verdiği olumsuz bir şey, bu sefer Allah'ı suçlamaya çalışıyorum. Bu sefer zannediyorum ki imanımda bir eksiklik oldu, küfre girdim.... Mesela bir şey kaybediyorum, mesela diyelim bugün çorabımı kaybettim, çorabımı ararken bile zannediyorum ki Allah bana zulmediyor, böyle bir duygu oluşuyor"* şeklindeki sözleri kusurluluk şemasının içten içe başkasını suçlama özelliğini göstermekle birlikte dışsal atflarla şekillenen Tanrı ve kader algısını da ortaya koymaktadır.

Katılımcılar arasında özellikle kutsalla ilgili kabul edilemez düşünceler şeklinde dini obsesyonu olan hastaların kusurluluk şemasına sahip olması erken dönem uyumsuz şemaların temellendiği yer olarak aile ortamını bir kez daha sorgulamayı gerektirmektedir. Kusurluluk şeması ve katılımcıların en çok sahip olduğu şemalar bakımından üçüncü sırada yer alan boyun eğcilik şemasıyla ilgili elde dilen bulgular birlikte değerlendirildiğinde araştırmanın

dini obsesyonlarla ilgili açıklayıcı sonuçlara ulaşması sağlanmaktadır. Ayrıca araştırmamızdaki OKB tanılı hastaların çoğunun kutsalla ilgili kabul edilemez düşünceler tarzında dini obsesyonlarının olması bu obsesyon tipini daha fazla irdelemeye olanak tanımaktadır. Daha önce belirtildiği gibi önemli bir korku düzeyini içeren boyun eğcilik şemasına sahip olan hastalar cezalandırılmamak ya da terk edilmemek için kendilerini boyun eğmeye zorunlu hissetmekte ve bundan dolayı otorite figürlerinin karşısında kendi istek ve arzularını bastırmaktadırlar. Çalışma grubunda yer alan ve dini obsesyonu olan katılımcılar da en büyük otorite olan Tanrı'yla ilgili kabul edilemez düşüncelere sahiptirler. Otoriteye karşı duydukları ve fakat bastırmak zorunda hissettikleri öfkenin obsesyon olarak belirme olasılığı göz önünde bulundurulduğunda bu hastaların boyun eğcilik şemasına sahip olmaları daha anlaşılır hale gelmektedir. Bu alt tipteki hastalar otorite tarafından cezalandırılmaktan korkarken aynı zamanda hata yapıldığında sert bir şekilde cezalandırılmak gerektiği inancına da sahip olabilmektedirler. Bu durumda çalışma grubunda bulunan cezalandırıcılık şemasına sahip ve çoğu dini obsesyonu olan katılımcıların her birinin aynı zamanda boyun eğcilik şemasına sahip olması şaşırtıcı bir sonuç olmamaktadır.

Boyun eğcilik şemasının yer aldığı Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı tipik olarak koşullu kabullenmeye dayalı aile yapısından köken alırken cezalandırıcılık şemasının yer aldığı Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı ise sert, baskıcı ve özdenetimin kendiliğindenliğe göre üstün tutulduğu aile yapısından köken almaktadır. Bu şemalara sahip hastaların ebeveynlerinin soğuk olduğu ve çocuklarının ihtiyaçlarından çok kendi duygusal ihtiyaçlarına ya da sosyal görünümüne önem verdiği bilinmektedir (Young v.dğr., 2009, 41-42).

Boyun eğcilik ve cezalandırıcılık şemalarının her ikisine de sahip olan kadın katılımcı K4'ün *"Babam bizi eve kilitler, yüksek duvarları olan bahçemize bile çıkmamıza izin vermezdi. Bir keresinde kardeşim bahçeye çıkmıştı da kafasına çok sert bir şekilde vurmıştı ve kardeşimin kafatasını kırmıştı, kanlar akmıştı... Bahçeye çıkıp küfür gibi şeyler öğrenmesin, ahlaki bozulmasın diye yapmıştı. Annem de farklı değildi, baskı yapardı. Öyle ki ben hasta (OKB) oldum, kardeşim de sara hastasıydı. Ben pencereden bile bakamazdım. Arkadaşımınla sohbet etsem annem bize koca peşinde*

misiniz derdi” şeklindeki sözleri doğal ihtiyaçları baskı altına alan ve otoritenin acımasız rolünü ortaya koyan bir aile ortamında büyüdüğünü göstermektedir. Bu katılımcının *“Yani mesela ben kendi hatamdan bir şey başıma geldiği zaman diyorum, ben kızıma da diyorum bunu, ben Rabbimden ceza olarak görüyorum. Çünkü ben bunu hak ettim diyorum, bildiğim halde yaptığım işi hak ettim. Bu ceza bana hak!”* şeklindeki sözleri ise aileden köken alan cezalandırıcılık şemasını yansıtırken aynı zamanda nasıl bir kader algısına sahip olduğuna ışık tutmaktadır. Dini hassasiyeti yüksek olduğu izlenimi veren bu katılımcının ifadelerinden başına gelen musibetleri yaptığı eylemlere bağladığı ve her an cezalandırılacağı düşüncesiyle tetikte beklediği anlaşılmaktadır. *“Her şey takdir yani ne yapalım! Yani ben bu kadar biliyorum, çok merhametli, çok sabırlı böyle bir Rabbim var, ama aynı zamanda da çok korkuyorum, yanlış bir şey yaptım mı, mutlaka başıma bir şey gelir”* şeklindeki sözleri K4’ün hayatla ilgili beklentisi hakkında fikir vermektedir. Burada ortaya çıkan tablo erken çocukluk dönemlerinden köken alan uyumsuz şemaların yetişkinlikte sahip olunan Tanrı ve kader algısını da şekillendirdiğini göstermektedir.

Cezalandırıcılık şeması gibi karamsarlık şeması da Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanında yer almaktadır. Kadın katılımcı olan K2’nin *“Diyorum ya başlı başıma her şeyi geçtim, aile konusundaki şanssızlığımı da, işte aşk konusundaki şanssızlığımı da geçtim. Yani başlı başıma bu takıntı hastalığı yiyip bitiriyor zaten... Ben genel anlamda şanssız bir insanım bunu söylemeye çalışıyorum”* şeklindeki sözleri bu şemaya örnek olarak gösterilebilir. Bu katılımcının *“Hani tamam bu yaşadığım olay (Allah’ın) çok adaletini gösteren bir şey ama dünyada yaşadığım bir sürü umutsuzluk var, bunları düşünüp teraziye koyunca yine de tam anlamıyla barışamıyorum yaratıcıyla, küskünüm ona!”* şeklindeki sözleri ise karamsarlık şemasıyla bağlantılı olarak kaderini yarattığına inandığı Tanrı hakkındaki görüşünü ortaya koymaktadır. Sahip olduğu uyumsuz şemalar ile kader algısının benzer motiflerle örülü olduğu anlaşılan katılımcı çocukluk döneminden bahsederken maddi ve manevi yönden ihmal edildiğini ve ebeveyni tarafından negatif ayrımcılığa maruz bırakıldığını söylemektedir. Bu söylemler onun kendisi, diğerleri ve hayatla ya da kaderiyle ilgili sahip olduğu bilişlerin temelini erken çocukluk döneminde atıldığını göstermesi bakımından önemlidir.

Tanrı hakkında olumsuz atıflar yapan başka bir kadın katılımcı K1'in *"Allah'ın bizi sevmesi için mutlaka kötü bir şey mi başımıza gelmeli?!"* şeklindeki sözleri bu katılımcının hayatta karşılaştığı istenmedik olayların Tanrı tarafından kasıtlı olarak yaratıldığına inandığını göstermektedir. K1'in anlattığı yaşam öyküsü incelendiğinde benzer atıfları babası ve erken yaşta sahip olduğu kayınvalidesi için de yaptığı görülmektedir. Bu katılımcının başına gelen talihsiz olayların nedeniyle ilgili olarak otorite figürü tarafından ancak o şekilde sevebileceğine dair bir inanç geliştirmiş olduğu ve bu inancı yetişkinlik hayatında Tanrı ile kurduğu ilişkide de sürdürdüğü anlaşılmaktadır. Bu katılımcının yukarıda geçen ifadesi güvensizlik/suistimal şemasını ortaya koyarken kendini koruyup gözetken figürlere karşı güven duymadığını ve kendisinden bir şey alınmadan sevgi, ilgi gibi ihtiyaçlarının karşılanmayacağına olan inancını göstermektedir.

Katılımcılar arasında yıkıcı yaşam örüntüleri ve olumsuz içerikli yüklemelerin yapıldığı kader algısı açısından en dezavantajlı kişinin erkek katılımcı olan K12 olduğu düşünülmektedir. K12'nin şemalarının; terkedilme, güvensizlik/suistimal, duygusal yoksunluk, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık ve karamsarlık olduğu belirtilmişti. Bu katılımcının çocukluk dönemiyle ilgili ifadeleri şöyledir: *"Babanın olmadığı bir çocukluk... Babam biraz çapkındı, fırlayıp gitti. İşte böyle bir gidiyor 10 gün Avrupa'da, geliyor, bir gidiyor 5 yıl Ortadoğu'ya, orada çalışıyor, geliyor... Yani bu hayatımda toptasan 3 yıl gördüm, sonra kardeşim vefat ettikten sonra şey oldu, tamamiyle koştum gitti. Toplasanız hayatımda 3 yıl falan birlikte bir şey yapmışımdır. 22 yaşındayım, 3 yılımı birlikte harcamışım sadece. Bu şekilde işte, bir var bir yok işte. 5 lirasını hatırlıyorum, para ver 5 lira verir, bir çikolata alır falan, öyle hafif şeyler yani, yoldan geçen bir yabancıymış gibi... Çocukluğumun pekiyi geçtiği söylenemez."* Bu katılımcının Tanrı ve kaderle ilgili algısı olumsuz yüklemelerle doludur. Babasına güvenemediği ve ondan yeterli ilgi ve desteği alamadığı yaşamında Tanrı'nın da güvenilmez olduğuna inanmaktadır. Hatta O'nu da tıpkı babası gibi anlamaya çalışmakta ve bunu *"Yani (Allah) hatta bize böyle acı yaşattığı için kendisine üzülüyor bile olabilirim yani... Derdin ne diye insan soruyor"* şeklinde ifade etmektedir. Burada katılımcının babasıyla ilgili duygularını Tanrı'ya aktardığı anlaşılmaktadır. Ancak duyduğu öfke dinmemekte ve güvensizlik

duygusunu şu şekilde dile getirmektedir: *“(Allah) arada böyle bela verir, deprem yaratır, böyle ağlarız, kolumuz bacağıımız kopar, yalvarırız kendisine kolumuz bacağıımız yerine gelsin diye, bundan hoşlanan birisiymiş gibi geliyor bana.”* Bu sözler katılımcının başına gelen veya gelebilecek olan kadersel olaylarla ilgili görüşünü anlatmaktadır. Kendini hayat sahnesinde her türlü destekten mahrum bırakılmış ve yapayalnız hisseden katılımcının terkedilme şemasını ortaya koyan sözleri ise şöyledir: *“Dediğim gibi, yani annemi tanımıyorum, kimdir nedir bilmiyorum. Kardeşimi bile tanımıyorum... Sıkıntıya düştüğümde O’nu (Allah) bana bir referans gösterecek kimse yoktu, yani baba yok, akraba, eş, dost yok, kimse yok... Sanki yaratıcının beni hiç gördüğünü düşünmedim. Çünkü bela üstüne bela geliyordu. Yani dedim ki yaratıcı madem bu kadar kutsal, özel, harika bir varlık niye yardım etmiyor?!”* Bu sözlerin tamamı katılımcının erken çocukluk döneminden itibaren yaşadığı olumsuz olayları, yoksun bırakılmış gelişimsel ihtiyaçlarını ve bunların bileşkesi olarak kendini, diğer insanları ve dünyayı tanımlamasını sağlayan şemalar ile karşılaşılan olayların nedenselliğiyle ilgili yaptığı yüklemelerden oluşan kader algısını yansıtmaktadır.

Gerek K12’nin gerekse diğer katılımcıların ifadelerinin analizi sonucu elde edilen bulgulardan hareketle yıkıcı birçok nedensel faktörün ürünü olan uyumsuz şemaların aslında bireyin sahip olduğu kader algısı hakkında fikir verdiğini söylemek mümkündür. Bu da erken dönem uyumsuz şemalar ile kader algısının yapılan bilişsel değerlendirmeler bakımından ortak paydada bir araya gelebileceğini göstermektedir. Kader algısının şemalardan farklı olan yanı ise olayların tabiatüstü bir varlık tarafından yönetildiğine ilişkin yaygın olarak sahip olunan inançtır. Bu bağlamda kaderle ilgili dışsal ve olumsuz içerikli yüklemelerin psikolojik sağlığa iyi gelmediğini vurgulayan çalışmalarla bu çalışmanın birbirini destekleyen sonuçlar verdiği anlaşılmaktadır (Yaparel, 1994; Lawrence v.dğr., 2015, 7; Asuzu v.dğr., 2017; Olson v.dğr., 2019). Bunun yanında dışsal atıfların olumlu içeriğe sahip olduğu takdirde ruh sağlığına pozitif anlamda katkıda bulunabileceğini belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Kartopu, 2012; Perfetti, 2017; Kartopu, 2019). Kaderle ilgili olarak dışsal atıflarla yapılan yükleme biçimleri arasında böyle bir fark olması ise psikolojik sağlığı olumsuz yönde etkileyen yaşam olaylarının sebep olduğu erken dönem uyumsuz şemalarla açıklanabilir. Çünkü bu şemalar ve dini kültürün etkisiyle

yerleşen öğrenmelerle birlikte yaşam olaylarına ilişkin yapılan yüklemeleri de yansıtan kader algısı aynı dinamiklere sahip olabilmektedir. Bu durumda dışsal atıfların olumlu içeriğe sahip olduğu kader algısı olan bireylerin erken dönem bakım verenler tarafından çocukluk ihtiyaçlarının daha çok karşılandığı ve olumsuz yaşam olaylarına daha az maruz kaldıkları düşünülebilir.

SONUÇ

Obsesif Kompulsif Bozukluk tanısı alan hastalarla yapılan görüşmelerden sağlanan veriler doğrultusunda katılımcıların sahip olduğu erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algılarıyla ilgili değerlendirmelerin yapıldığı bu çalışmada uyumsuz şemalar ile kader algısı arasında örtüşen yönler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda mizaç özelliklerinin yanı sıra erken dönem bakım verenler ve çevre tarafından karşılanmayan ihtiyaçlar üzerine temellenen uyumsuz şemalarda olduğu gibi kader algısında da çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının olumsuz içerikli yüklemelere neden olabildiği anlaşılmıştır. Bu sonuçlar psikiyatrik bir hastalık olan OKB'nin kaynağı olarak erken dönem uyumsuz şemaların rolünü ortaya koymakla birlikte bu şemaların kader algısını da etkileyebilecek dinamiklere sahip olduğunu göstermektedir.

Araştırma bulguları ışığında din psikolojisi alanında kader algısına ilişkin yapılan yüklemeler çerçevesinde adalet, ceza, ilahi lütuf gibi dini terimler etrafında şekillenen şema benzeri kavramların oluşturulabileceği söylenebilir. Bu araştırmanın klinik bir olguyla sınırlandırıldığı göz önüne alındığında özellikle sağlıklı popülasyonla ve kültürlerarası bir karşılaştırmayla yapılabilecek yeni çalışmaların konuyla ilgili kavramsal temelin oluşmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Yine araştırma bulgularından hareketle klinik ortamda psikiyatrik hastalarla çalışan ve özellikle bilişsel yönelimli terapötik yöntemleri kullanan profesyonellerin hastaların kaderle ilgili yaptığı yüklemeye biçimlerini göz önünde bulundurmasının iyileşme sürecine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Asuzu, Christopher C. – Walker, Rebekah J. – Williams, Joni Strom – Egede, Leonard E. “Pathways for the Relationship between Diabetes Distress, Depression, Fatalism and Glycemic Control in Adults with Type 2 Diabetes”. *Journal of Diabetes and Its Complications* 31/1 (2017): 169-174.
- Atalay, Hakan - Atalay, Figen - Karahan, Dilara - Çalışkan, Mecit. “Early Maladaptive Schemas Activated in Patients with Obsessive Compulsive Disorder”. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice* 12/4 (2008): 268- 279.
- Aydın, Cüneyd – Genç Ahmet. “Sünnetullah ve İnsanın İradesi Temelinde Kader”. *JOMELIPS* 1/1 (2016): 74-103.
- Aydın, Cüneyd. “Kader İnancının Savunma Mekanizması ve Dini Başa Çıkma Kavramları Açısından Değerlendirilmesi”. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/35 (2019): 101-122.
- Basile, Barbara – Tenore, Katia – Mancini, Francesco. “Early Maladaptive Schemas in Overweight and Obesity: A Schema Mode Model”. *Heliyon* 5 (2019): e02361.
- Butcher, James N. - Mineka, Susan - Hooley, Jill M. *Anormal Psikoloji*. Çev. Okhan Gündüz. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2013.
- Creswell, John W. *Nitel Araştırma Yöntemleri*. Çev. Mesut Bütün - Selçuk Beşir Demir. Ankara: Siyasal Yayın Dağıtım, 2013.
- Farrell, Joan M. – Reiss, Neele – Shaw, Ida A. *Şema Terapi Klinisyenin Rehberi*. Çev. Sevinç Göral Alkan – Emel Alkan. İstanbul: Psikonet Yayınları, 2015.
- Gürses, İbrahim. “Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17/2 (2008): 359-377.
- Hoffart, Asle – Sexton, Harold – Hedley, Liv M. – Wang, Catharina E. – Holthe, Harald – Haugum, Jon A. – Nordahl, Hans M. – Hovland, Ole Johan – Holte, Arne. “The Structure of Maladaptive Schemas: A Confirmatory Factor Analysis and a Psychometric Evaluation of Factor-Derived Scales”. *Cognitive Therapy and Research* 29/6 (2006): 627-644.
- Kağıtçıbaşı, Çiğdem – Cemalcılar, Zeynep. *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi, 2017.

- Kandemir, Yusuf. *Kader İnancının Psikoterapik Açıdan Fonksiyonu*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, 2006.
- Karaca, Faruk. "Kader Algısı-Ruh Sağlığı İlişkisi Üzerine Empirik Bir Araştırma". *İslami Araştırmalar Dergisi* 19/3 (2006): 479-489.
- Karadaş, Çağfer. *Kadere İman*. Ankara: DİB Yayınları, 2015.
- Karancı, Nuray - Gençöz, Tülin - Yorulmaz, Orçun - İnözü, Müjgan. "Önsöz". *Obsesif-Kompulsif Bozukluk: Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım, Terapi ve Sık Kullanılan Ölçekler*. Ed. Nuray Karancı - Tülin Gençöz - Orçun Yorulmaz - Müjgan İnözü. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2012.
- Kartopu, Saffet. "Kaygının Kader Algıları ile İlişkisi (Kahramanmaraş Örneği)". *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/3 (2012): 238-260.
- Kartopu, Saffet. "Kadere İmanın Psikolojik Tahlili: Tipolojik Bir Yaklaşım". II. *Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi Bildirileri (7-9 Kasım 2019)*. Haz. Kolektif, 1171-1186. Gümüşhane: USBK Bildiriler Kitabı, 2019.
- Kızılağaç, Fatih – Cerit, Cem. "Assessment of Early Maladaptive Schemas in Patients with Obsessive-Compulsive Disorder". *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* 1/32 (2019): 14-22.
- Kilit, Nurun Nisa. *Kader Algısı-Psikolojik İyi Oluş İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, 2019.
- Kim, Ji Eun – Lee, Sang Won – Lee, Seung Jae. "Relationship between Early Maladaptive Schemas and Symptom Dimensions in Patients with Obsessive-Compulsive Disorder". *Psychiatry Research* 215 (2014): 134-140.
- Koyuncu, Ahmet. *Takıntı, Kuruntu, Vesvese (Obsesif-Kompulsif Bozukluk)*. İstanbul: Roza Yayınevi, 2017.
- Köroğlu, Ertuğrul - İzmir, Mutluhan - Aybaş, Ahmet - Kuzugüdenlioğlu, Duru. *Obsesif-Kompulsif Bozukluk*. Ankara: Medikomat Yayınları, 1995.
- Kwak, Kyung-Hwa – Lee, Seung Jae. "A Comparative Study of Early Maladaptive Schemas in Obsessive-Compulsive Disorder and Panic Disorder". *Psychiatry Research* 230 (2015): 757-762.
- Lawrence, Cohn – Villar, Esparza Del – Armando, Óscar. *Fatalism and Health Behavior: A Meta-Analytic Review*. México: Primera Edición, 2015.

- Olson, Tom – Perez, Oriana – Tapia, Sergio – Vera, Beatriz. “Culturally Sensitive OCD Research: Lessons from the U.S.-Mexico Border”. *Issues Mental Health Nursing* 40/9 (2019): 760-767.
- Ok, Üzeyir – Gedik, Zümrüt – Erşahin, Zehra. *Hastalar İçin Manevi Bakım*. Ankara: Nobel Yayınları, 2019.
- Perfetti, Angela Ross. “Fate and The Clinic: A Multidisciplinary Consideration of Fatalism in Health Behaviour”. *Medical Humanities* 44/1 (2017):59-62.
- Piri, Serap – Kabakçı, Elif. “Düşünce-Eylem Kaynaşması, Yükleme Biçimleri, Depresif ve Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”. *Türk Psikiyatri Dergisi* 18/3 (2007): 197-206.
- Tenore, Katia – Mancini, Francesco – Basile, Barbara. “Schemas, Modes and Coping Strategies in Obsessive-Compulsive Like Symptoms”. *Clinical Neuropsychiatry* 15/6 (2018): 384-392.
- Thimm, Jens C. “Early Maladaptive Schemas and Interpersonal Problems: A Circumplex Analysis of the YSQ-SF”. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy* 13/1 (2013): 113-124.
- Toprak, Taha Burak. “Dini Obsesyon ve Kompulsiyonların Psikoterapisinde Kuramlar, İmkanlar, Sınırlılıklar”. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi* 1/1 (2018): 123-141.
- Yaparel, Recep. “Depresyon ve Dini İnançlar ile Tabiatüstü Nedensel Yüklemler Arasındaki İlişkiler”. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 8 (1994): 275-299.
- Yavuz, Yusuf Şevki. “Kader”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. 24: 58-63. İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2001.
- Young, Jeffrey E. - Klosko, Janet S. - Weishhar, Marjorie E. *Şema Terapi Terapistin Rehberi*. Çev. Tuğrul Veli Soylu. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2009.