



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**İHANET İÇERİĞİNİN VE TRAVMATİK YAŞANTI DENEYİMİNİN
ZİHİNSEL KİRLENME, OLUMSUZ DUYGULAR VE ÖZ-TİKSİNME
ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ:
FAİL YA DA MAĞDUR OLMA DENEYİMİ**

Ezgi ÖZKAN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2022

İHANET İÇERİĞİNİN VE TRAVMATİK YAŞANTI DENEYİMİNİN ZİHİNSEL KİRLENME,
OLUMSUZ DUYGULAR VE ÖZ-TİKSİNME ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ:
FAİL YA DA MAĞDUR OLMA DENEYİMİ

Ezgi ÖZKAN

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2022

KABUL VE ONAY

Ezgi Özkan tarafından hazırlanan "İhanet İçeriğinin ve Travmatik Yaşantı Deneyiminin Zihinsel Kirlenme, Olumsuz Duygular ve Öz-Tiksinme Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Fail ya da Mağdur Olma Deneyimi" başlıklı bu çalışma, 06.06.2022 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Müjgan İNÖZÜ MERMERKAYA (Başkan)

Doç. Dr. Sait ULUÇ (Danışman)

Doç. Dr. Ayşe Bikem HACIÖMEROĞLU (Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

Prof.Dr. Uğur ÖMÜRGÖNÜLŞEN

Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinleri yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan **“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”** kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- Enstitü / Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- Enstitü / Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

...../...../.....

Ezgi ÖZKAN

1“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”

(1) Madde 6. 1. Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez **danışmanın** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu** iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.

(2) Madde 6. 2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internette paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez **danışmanın** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulunun** gerekçeli kararı ile altı ay aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.

(3) Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, **tezin yapıldığı kurum** tarafından verilir *. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, **ilgili kurum ve kuruluşun önerisi** ile **enstitü** veya **fakültenin** uygun görüşü üzerine **üniversite yönetim kurulu** tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir. Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

* Tez **danışmanın** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu tarafından karar verilir.**

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında zgn olduğunu, **Doç. Dr. Sait ULUÇ** danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.

Ezgi ÖZKAN

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez sürecimin planlanmasından başlayarak yürütülmesi ve sonuçlanmasına kadar yanımda olan tez danışmanım Doç. Dr. Sait Uluç'a içtenlikle teşekkür ederim. Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca sizden öğrendiklerimin değeri paha biçilemez. Akademik ve bilimsel katkılarınızın yanı sıra yaşama karşı duruşunuz, olaylara bakış açınız ve yorumlama tarzınızla da bana örnek oldunuz. Bu süreci sizin danışmanlığınızda yürütme şansı edindiğim için kendimi şanslı hissediyorum. Sunduğunuz tüm katkılar hem bireysel hem akademik yaşantım için çok değerli.

Oldukça emek verdiğim bu sürecin ardından yine psikoloji alanına ilişkin eğitim sürecimin tamamında çok değerli katkıları olan, tez konumu belirlerken kendime örnek aldığım Prof. Dr. Müjgan İnözü Mermerkaya ve Doç Dr. Ayşe Bikem Hacıömeroğlu'na tez jürimde yer almayı kabul ettikleri için çok teşekkür ederim.

Psikoloji eğitimim boyunca ders alma şansı edindiğim Öğr. Gör. Dr. Melike Eğer Aydoğmuş'a, istatistik alanındaki tüm bilgisini bize aktarma gayreti sergileyen ve bunu başaran Doç. Dr. Pınar Bıçaksız Aydemir'e, Prof. Dr. İhsan Dağ'a, veri toplama sürecime çok değerli katkılar sunan ve lisans akademik danışmanlığımı gerçekleştirmiş Doktor Öğretim Üyesi Zehra Çakır'a, kendisinden ders alma ve tanışma fırsatı edindiğim için oldukça şanslı olduğum, hem akademik hem de yaşamsal anlamda çok değerli katkıları olan Prof. Dr. Ferhunde Öktem'e, süpervizyon alma şansı edindiğim, hem teorik hem pratik anlamda bana çok şey katan ve hayata bakışımı zenginleştiren Doç. Dr. Sedat Işıkly'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin veri toplama aşamasında özveriyle ve istekle yer alan, zaman zaman şevkleriyle tekrar motive olmamı sağlayan Damla Çelik, Enes Koç ve Şeyda Şahin'e verdikleri tüm emeklerden, sistemli çalışmalarından, alana olan ilgi ve istekliliklerinden ve en önemlisi bu süreçte sağladıkları büyük katkılardan ötürü çok teşekkür ederim. Bu süreçte sizinle tanışma ve beraber çalışma fırsatı edindiğim için ayrıca mutluyum.

Lisans eğitimimin başladığı süreden bu yana bana dostluk kelimesini hakkıyla öğreten, süreç boyunca tüm iniş ve çıkışlarımda yanımda olan, tüm sorunlarıma çözüm olan, birlikte hem çok eğlendiğimiz hem de hayatın türlü zorluklarına beraber göğüs gerdiğimiz çok değerli arkadaşım Esra Erdem'e hem varlığından hem de katkılarından ötürü tüm içtenliğimle teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana yol arkadaşlığı yapan birlikte çok eğlendiğimiz ve çok yorulduğumuz sınıf arkadaşlarım Şükriye Açar, Sevgi Battaloğlu, Ayça Kapyapar, Yağızcan Kurt, Gizem Önal, Cennet Süzme, Ayşe Özlem Torunoğlu ve Eda Umutlu Aydın'a bu zorlu ve yorucu süreci güzelleştirdikleri için teşekkür ederim. Özel olarak lisans eğitiminden beri yolumuzun kesiştiği, zorlandığım anlarda hep yanımda olup içtenlikle bana destek olduğu, her türlü duyguyu paylaşabildiğim ve samimiyetini benden esirgemeyen arkadaşım Sevgi Battaloğlu'na, yol arkadaşım olan birlikte güzel anılar biriktirdiğimiz ve hiç düşünmeden her türlü şeyi paylaşabileceğim Ayça Kapyapar'a teşekkür ederim.

Son olarak hem yaşamda hem akademik anlamda bu aşamaya gelmemi sağlayan, her başarımda ve daha da önemlisi her başarısızlığımda yanımda olan, her koşulda bana destek olan, hayat görüşümü geliştirmemde ve bugün olduğum kişi olmamda en büyük katkıya sahip olan, tüm fikirlerimi açık görüşlülükle dinleyen ve katkı sağlayan annem Remziye Özkan, babam Kemal Özkan ve abim Uğur Barış Özkan'a teşekkür ederim. İyi ki varsınız ve iyi ki benim ailemsiniz.

ÖZET

ÖZKAN, Ezgi. *İhanet İçeriğinin ve Travmatik Yaşantı Deneyiminin Zihinsel Kirlenme, Olumsuz Duygular ve Öz-Tiksinme Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Fail ya da Mağdur Olma Deneyimi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2022.

Kirlenme korkusu farklı biçimlerde ortaya çıkabilen ve evrensel olduğu düşünülen bir korkudur. Obsesif-kompulsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu gibi farklı psikopatolojilerle birlikte ortaya çıkabileceği gibi herhangi bir psikiyatrik tanı almamış bireylerde de görülebilmektedir. Kirlenme temas kaynaklı oluşabileceği gibi temas olmadan da oluşabilmektedir. Bu ikinci durum zihinsel kirlenme olarak kavramsallaştırılmıştır. Zihinsel kirlenme, temas kaynaklı kirlenmeden farklı olarak sıklıkla ahlaki bir ihlal sonucu ortaya çıkmakta ve insan kaynaklı olmaktadır. Önceki araştırmalar ihanete uğramanın ve ahlaki olarak değerlendirilmeyen eylemlerde bulunmanın zihinsel kirlenmeye neden olabileceği görülmektedir. Ayrıca travmatik deneyimler ve öz-tiksinme de zihinsel kirlenme ile ilişkilendirilmiştir.

Bu çerçevede mevcut çalışmanın amacı ihanetin ve fail veya mağdur olma durumunun, zihinsel kirlenme ve öz-tiksinme üzerindeki etkisini travmatik yaşantı deneyimini ele alarak incelemektir. Çalışma Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 112 kadın katılımcıyla yürütülmüştür. İlk aşamada katılımcılar zihinsel kirlenme düzeylerine göre dengelenerek 4 farklı senaryo koşuluna atanmışlardır. İkinci aşamada katılımcılar ilk olarak bir dizi ölçek setini doldurmuş sonrasında ihanet içeriği ve fail etkisine göre değişimlenmiş senaryoları dinlemiş senaryo sonrasında tekrar gerekli ölçekleri doldurmuşlardır.

Analizler sonucunda, zihinsel kirlenmenin ve belirtilen tüm bağımlı değişkenlerin pozitif yönde anlamlı ilişkiler sergilediği gözlemlenmiştir. Travma sonrası stres belirti düzeyi ise manipülasyon öncesindeki değişkenlerle anlamlı ilişki sergilerken manipülasyon sonrasında sadece yıkama dürtüsüyle ilişki göstermiştir. İhanetle suçlanmanın ve fail etkisinin zihinsel kirlenme, olumsuz içsel ve dışsal duygular ve durumsal öz tiksinme üzerindeki etkisini incelemek amacıyla 4(senaryo koşulu)x 2

(zaman) son faktörde tekrar ölçümlü çoklu varyans analizi (MANOVA) yürütülmüştür. Sonuçlar senaryonun tüm bağımlı değişkenlerde artışa yol açtığını göstermiştir. İhanetle suçlanan grupta bulunan kişilerin en yüksek zihinsel kirlenme puanlarını bildirdikleri ve fail konumunda olan katılımcıların en yüksek durumsal öz tikslenme puanlarını bildirdikleri gözlemlenmiştir. Dışsal olumsuz duygular için senaryo koşulları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmazken mağdur konumunda olan ve ihanetle suçlanmayan grupta bulunan katılımcılar en düşük içsel olumsuz duygu düzeyini bildirmiştir.

Anahtar Sözcükler

Zihinsel kirlenme, ihanet, fail etkisi, olumsuz duygular, obsesif kompulsif bozukluk, öz tikslenme, kirlenme korkusu

ABSTRACT

ÖZKAN, Ezgi. *The Effect of Betrayal Content and Traumatic Experiences on Mental Contamination, Negative Emotions and Self-Disgust: Perpetrator or Victim Experience*, Master's Thesis, Ankara, 2022.

Fear of contamination is a fear that can occur in different forms and is considered to be universal. It can be observed in different psychopathologies as well as in individuals who have not received any psychiatric diagnosis. Contamination may occur due to contact or without contact. The latter is conceptualized as mental contamination. Mental contamination often occurs as a result of a moral violation and is human-induced. Generally being betrayed and committing acts that are not considered moral can cause mental contamination. Moreover, traumatic experiences and self-disgust have also been associated with mental contamination.

In this context, the aim of this study is to examine the effects of betrayal and being perpetrator or victim on four dependent variables. The study was conducted with 112 female participants studying at Hacettepe University. First, the participants were assigned to 4 different scenario conditions. After that, the participants filled in a set of scales, then listened to the scenarios modified according to the content of betrayal and the perpetrator effect, and filled in scales again.

The analyses showed that there were significant positive correlations between mental contamination and all the dependent variables indicated. To examine the effects of being accused of betrayal and perpetrator effect on mental contamination, negative internal and external emotions, and situational self-disgust, 4 (scenario condition) x 2 (time) mixed design repeated measures MANOVA was conducted. As a result the scenarios led to an increase in all dependent variables. It was observed that the participants who were accused of betrayal reported the highest mental contamination, and the participants in the perpetrator position reported the highest situational self-disgust. While there was no significant difference between the scenario conditions for

external negative emotions, the participants in the victim group and those not accused of betrayal reported the lowest level of internal negative emotions.

Keywords

Mental contamination, betrayal, perpetrator effect, negative emotions, obsessive compulsive disorder, self disgust, contamination fear

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	ii
ETİK BEYAN	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	x
TABLolar DİZİNİ	xv
ŞEKİLLER DİZİNİ	xvi
1. BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE	2
1.1. OBSESİF DÜŞÜNCELER VE KOMPULSİF EYLEMLER	2
1.2. KİRLENME KORKUSU VE ZİHİNSEL KİRLENME	3
1.2.1. Kirlenme Korkusu.....	3
1.2.2. Zihinsel Kirlenme Kavramı	4
1.2.3 Zihinsel Kirlenme Türleri	7
1.2.4. Zihinsel Kirlenmenin Ortaya Çıkışında Etkili Olabilecek Etkenler	8
1.2.5. Zihinsel Kirlenmenin Deneysel Manipülasyonu: Rıza Dışı Öpüşme Senaryosu	10
1.3. İHANET	11
1.3.1. İhanet ve Zihinsel Kirlenme.....	13
1.3.2. Fail Etkisi Paradigması	15

1.4. TRAVMATİK YAŞAM OLAYLARI.....	16
1.4. 1. Travmatik Yaşantılar ve Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	17
1.4.2. Travmatik Yaşantılar, İhanet ve Zihinsel Kirlenme	19
1.5. ÖZ-TİKSİNME	21
1.5. 1. Tiksini ve Öz-tiksini Kavramları.....	21
1.5.2. Öz-tiksini, Travma ve Zihinsel Kirlenme	24
1.6. AMAÇLAR VE HİPOTEZLER.....	25
1.6.1. Genel Değerlendirme ve Çalışmanın Gerekçeleri	25
1.6.2. Amaçlar.....	27
1.6.3. Hipotezler.....	27
2. BÖLÜM YÖNTEM	30
2.1. ÖRNEKLEM.....	30
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	31
2.2.1. Demografik Bilgi Formu.....	31
2.2.2. Araştırmada Kullanılan Senaryolar.....	31
2.2.3 Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri-Zihinsel Kirlenme Ölçeği (VOKE-ZK)	33
2.2.4. Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu	34
2.2.5. Ön Derecelendirme Formu	34
2.2.6. Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği (TSSTÖ)	34
2.2.7. Öz-Tiksini Gözden Geçirilmiş Form (ÖTÖ-GGF) Durumsal	36
2.3. İŞLEM.....	36
2.4. VERİLERİN ANALİZİ.....	39
3. BÖLÜM BULGULAR.....	40

3.1. TEMEL DEĞİŞKENLERİN ÖZELLİKLERİ	40
3.1.1. Ön Değerlendirmeler	40
3.1.2. Katılımcıların Travmatik Yaşantılara İlişkin Betimsel Özellikleri.....	41
3.1.3 Katılımcıların Önceki Yaşantılarına İlişkin Betimsel Analizler	42
3.1.4. Kirlilik Hissinin Vücuttaki Yeri.....	43
3.2. TEMEL DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN KORELASYON DEĞERLERİ	43
3.2.1. Manipülasyon Öncesi Korelasyon Değerleri	43
3.2.2. Manipülasyon Sonrası Korelasyon Değerleri	44
3.3. TRAVMA SONRASI STRES BELİRTİ DÜZEYİNİN MANİPÜLASYON ÖNCESİ VE SONRASI ZİHİNSEL KİRLENME DÜZEYİ, OLUMSUZ DUYGULAR, YIKAMA DÜRTÜSÜ VE ÖZ TİKSİNME İLE İLİŞKİSİ.....	46
3.4. ÖLÇÜM ZAMANI VE SENARYO KOŞULUNUN ZİHİNSEL KİRLENME, İÇSEL OLUMSUZ DUYGULAR, DIŞSAL OLUMSUZ DUYGULAR VE ÖZ TİKSİNME ÜZERİNDEKİ ETKİSİ.....	46
3.4.1 Deneysel Manipülasyonun (Ölçüm Zamanının) Zihinsel Kirlenme, İçsel Olumsuz Duygular, Dışsal Olumsuz Duygular ve Öz Tiksinme Üzerindeki Etkisi....	49
3.4.2 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Zihinsel Kirlenme Üzerindeki Etkisi.....	54
3.4.3 Ölçüm Zamanı ve Koşulun İçsel Olumsuz Duygular Üzerindeki Etkisi...	55
3.4.4 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Dışsal Olumsuz Duygular Üzerindeki Etkisi.	54
3.4.5 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Öz Tiksinme Üzerindeki Etkisi.....	55
3.5. SENARYO SONRASI KOŞULLARIN ZİHİNSEL KİRLENME İLE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI	58
3.5.1. Sorumluluk ve Suçluluk Duygularına Yönelik Karşılaştırmalar	58
3.5.2. Ahlaki Değerlendirmelere Yönelik Karşılaştırmalar	58
3.5.3. Değişimleme Kontrol Sorularına Yönelik Karşılaştırmalar	59
3.5.4. Yıkama Dürtüsü ve Öpüşmenin İstenirliğine Yönelik Karşılaştırmalar	59
4. BÖLÜM TARTIŞMA.....	61

4.1. ZİHİNSEL KİRLENME VE TEMEL DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERE YÖNELİK BULGULARIN TARTIŞILMASI	61
4.2. DENEYSEL MANİPÜLASYONUN (ÖN VE SON ÖLÇÜM) VE SENARYO KOŞULLARININ BAĞIMLI DEĞİŞKENLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİNE YÖNELİK BULGULARIN TARTIŞILMASI	65
4.2.1 Deneysel Manipülasyonun Etkisi.....	65
4.2.2. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Zihinsel Kirlenme Üzerindeki Etkisi	66
4.2.3. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Olumsuz İçsel ve Olumsuz Dışsal Duygular Üzerindeki Etkisi.....	68
4.2.4. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Durumsal Öz Tıksınma Üzerindeki Etkisi	70
4.3. ÇALIŞMANIN KATKILARI VE SINIRLILIKLARI.....	72
4.4. ÇALIŞMANIN KLİNİK ÇIKTILARI.....	74
4.5. GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER	75
SONUÇ.....	76
KAYNAKÇA.....	78
EK 1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	102
EK 2. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU.....	105
EK 3. ÇALIŞMADA KULLANILAN SENARYOLAR.....	107
EK 4. VANCOUVER OBSESİF-KOMPULSİF ENVANTERİ-ZİHİNSEL KİRLENME ÖLÇEĞİ.....	116
EK 5. ZİHİNSEL KİRLENME BİLDİRİM FORMU (SENARYO 3 VE SENARYO 4 İÇİN)	118
EK 5. ZİHİNSEL KİRLENME BİLDİRİM FORMU (SENARYO 1 VE SENARYO 2 İÇİN)	122
EK 6. ÖN DERECELEDİRME FORMU	127

EK 7. TRAVMA SONRASI STRES TANI ÖLÇEĞİ	128
EK 8. ÖZ TİKSİNME GÖZDEN GEÇİRİLMİŞ FORM (DURUMSAL)	136
EK 9. KATILIMCI İLETİŞİM METNİ.....	138
EK 10. AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU	139
EK 11. ETİK KOMİSYON İZİNİ.....	142
EK 12. ORJİNALLİK RAPORU	143

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1 Senaryo Koşulları.....	32
Tablo 2 Senaryo Gruplarının VOKE-ZK ve TSSTÖ-Belirti Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	41
Tablo 3 Manipülasyon Öncesi Değişkenlerin Korelasyon Değerleri.....	44
Tablo 4 Manipülasyon Sonrası Değişkenlerin Korelasyon Değerleri.....	45
Tablo 5 Ölçüm Zamanının Bağımlı Değişkenler Üzerindeki Temel Etkisi.....	47
Tablo 6 Koşulun Bağımlı Değişkenler Üzerindeki Temel Etkisi	48
Tablo 7 Zihinsel Kirlenme için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları	50
Tablo 8 İçsel Olumsuz Duygular için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları	52
Tablo 9 Dışsal Olumsuz Duygular için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları	54
Tablo 10 Durumsal Öz Tiksinişme için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları	56

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1 Zihinsel Kirlenmeye İlişkin Pilot Grafik.....	51
Şekil 2 İçsel Olumsuz Duygulara İlişkin Pilot Grafik.....	53
Şekil 3 Dışsal Olumsuz Duygulara İlişkin Pilot Grafik.....	55
Şekil 4 Durumsal Öz Tiksinmeye İlişkin Pilot Grafik.....	57

1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. OBSESİF DÜŞÜNCELER VE KOMPULSİF EYLEMLER

Obsesif-kompulsif deneyim, kişinin zihninde aniden ve istemsiz olarak beliriveren ve yoğun kaygı yaşamasına yol açan benliğe yabancı düşünceler veya imgeler (obsesyonlar) ve onların yarattığı kaygıyı yatıştırmaya yönelik olarak sergilenen ritüelistik ve tekrarlayıcı eylemlerle (kompulsiyonlar) tanımlanmaktadır (Stein, 2002). DSM-III tanı ölçütlerinde kompulsiyonlar yalnızca bir davranış olarak tanımlanırken, DSM-IV tanı ölçütlerinde kompulsiyonların obsesyonları etkisizleştirmek (nötralizasyon) için kullanılan düşünceler de olabileceği belirtilmektedir (Bayar ve Yavuz, 2008). Saplantılar ve zorlantılar genellikle bir temayla ilişkilidir (örneğin bulaşma, zarar verme). Ritüeller ve kaçınma stratejileri; kısa süreli rahatlamaya yol açabilse de, uzun vadede bireylerin korkulan sonuçların doğrulanmadığını fark etmesini önleyerek sorunu devam ettirir (Abromowitz ve Reuman, 2020). Obsesif kompulsif bozukluk; algılama, biliş, duygu, sosyal ilişki ve çeşitli motor davranışlar dahil olmak üzere birçok psikolojik alanı temsil eden geniş bir belirti yelpazesini kapsar (Leckman ve ark., 2016). Bozukluk genellikle geç ergenlik veya erken yetişkinlik döneminde ortaya çıkar, ancak çocuklukta veya geç yetişkinlikte de ortaya çıkabilir. Başlangıcı genellikle kademelidir ve tedavi edilmezse zamanla değişen belirtilerle birlikte bozukluğun seyri kroniktir. Çocuklarda ve yetişkinlikte klinik görünüm genel olarak benzerdir (Abramowitz ve ark., 2009).

Obsesyonlar ve kompulsiyonlar sağlıklı kişilerde de görülmektedir. Obsesif kompulsif bozukluğu bulunmayan bireylerde bu belirtiler çok daha kısa süreli, benliğe daha az yabancı, kolaylıkla zihinden atılabilen, belirgin bir sıkıntıya yol açmadan ve etkisizleştirme gerektirmeden yaşanır (Insel, 1990). Obsesif-kompulsif bozukluk tanısı alan bireylerin %62'sinde bu tanıya eşlik eden bir psikolojik bozukluk daha bulunmaktadır. Bunlardan en sık görülenleri sırasıyla depresyon, yaygın kaygı bozukluğu, agorafobi ve panik bozukluk, sosyal kaygı bozukluğu ve özgül fobilerdir.

Obsesif-kompulsif bozukluk diğer nevrotik bozukluklarla karşılaştırıldığında sosyal ve mesleki işlevsellikte daha belirgin bir düşüşe yol açmaktadır (Torres ve ark., 2006). Obsesyon ve kompulsiyonlar; yaş, cinsiyet, genetik özellikler gibi etkenlere bağlı olarak değişiklik gösterebilir. OKB tanısı almış kadınlarla karşılaştırıldığında, erkek hastalar; dini, cinsel ve simetriye ilişkin belirtileri daha sık sergilemekte, daha fazla alkol bağımlılığı geliştirmekte ve daha düşük evlilik ve istihdam oranları bildirmektedir. Kadın hastalar ise daha fazla kirlenme obsesyonları ve temizlik kompulsiyonları bildirmişlerdir (Khramtsova ve ark., 2019).

Obsesyon ve kompulsiyonların sınıflandırılması için farklı öneriler bulunmaktadır. Leckman ve arkadaşları (1997), obsesyon ve kompulsiyonları Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon ölçeğindeki semptomları temel alarak 4 faktörde sınıflamıştır. Bu sınıflamaya göre saldırgan, cinsel, dini ve bedensel obsesyonlar kontrol etme kompulsiyonu ile; simetri obsesyonu, düzenleme, sıralama, sayma ve tekrarlı ritüeller içeren kompulsiyonlar ile tanımlanmıştır. Bulaşma obsesyonu yıkama kompulsiyonu ile; biriktirme obsesyonu ise biriktirme ve toplama kompulsiyonu ile gruplanmıştır. Diğer bir sınıflama ise Lee ve Kwon (2003), tarafından yapılmıştır. Bu sınıflamaya göre kendi kendine ortaya çıkan (otojen) ve tepkisel (reaktif) olmak üzere iki tür obsesyon bulunmaktadır. Bu obsesyonlar öznel deneyimler, bağlam, uyarının belirlenebilirliği ve sonraki bilişsel süreçler açısından farklılaşmaktadır. Kendiliğinden ortaya çıkan obsesyonların tetikleyici bir uyarının varlığından bağımsız olduğu kabul edilmektedir. Bilince izinsiz olarak giren bu düşünceler, imgeler veya dürtüler genellikle saldırganlık ya da cinsellikle ilişkilidir ve rahatsız edici veya utandırıcıdır. Tepkisel obsesyonların ise telafi davranışları için yeterli ve mantıklı olarak algılanan bulaşma, hata, kaza, simetri, kayıp gibi tanımlanabilir uyarılarla tetiklendiği öngörülmektedir. Günümüzde kabul gören bir diğer yaklaşıma göre ise obsesyonlar bulaşma, şüphe, simetri, saldırganlık, cinsel ve dini obsesyonlar olmak üzere 5 boyutta; kompulsiyonlar ise yıkama, kontrol etme, sayma, düzenleme, biriktirme, doğrulama biçiminde 6 genel boyutta sınıflanabilmektedir (McKay ve ark., 2004 ; Tamam ve Demirkol, 2019).

1.2. KIRLENME KORKUSU VE ZİHİNSEL KIRLENME

1.2.1. Kirlenme Korkusu

Korkunun edinilmesine yönelik çeşitli görüşler bulunmaktadır. Rachman (1977), korkuyu edinmenin 3 yolu olduğunu varsaymaktadır. Bunlar doğrudan öğrenme (örneğin, acı verici veya korku uyandıran bir uyaran veya olayla karşılaşma), dolaylı/gözlemsel öğrenme (örneğin, model olma veya başkasının davranışlarını izleme/tanık olma) ve bilgilendirici /öğretici (örneğin, korku uyandıran bilgilerin öğretiminin iletilmesi yoluyla) deneyimlerdir. Kirlenme korkusu; Rachman (2004) tarafından tüm insan korkularından en etkileyicisi ve karmaşık, güçlü, muhtemelen evrensel, kolayca kışkırtılabilen ve kontrolü zor olarak tanımlanmıştır. Genel olarak, kirlenme korkusunun, doğrudan veya dolaylı olarak, kirli-zararlı olarak algılanan bir kişi veya eşya ile temasa geçme korkusu olduğu düşünülmektedir. Kirlilik, kir ve pislik bulaşması içerikli obsesyonlar ve temizlik-yıkama kompulsiyonları ise en sık bildirilenler arasındadır (Tezcan ve ark., 1998). Yıkama ve temizleme ritüellerinin fenomenolojisini ele alan Rachman (1994), bu davranışların kendilerini ve çevrelerini temizleyerek bireyleri korumaya hizmet ettiğini öne sürmüştür. Bulaşma obsesyonuna sahip olan bir birey için potansiyel kirleticiler; diğer insanlar, belirli yerler hatta hava dahil olmak üzere her yerde olabilir. Bu durum genellikle kişiyi sürekli mikrop, kir ve diğer kirletici şeyler için uyanık durumda tutar ve endişe oluşturur (Storch ve Lewin, 2016).

Obsesif kompulsif bozukluğa sahip kişilerin kaygılı ve kaygılı olmayan katılımcılarla karşılaştırıldığı bir çalışmada, ilk olarak katılımcılardan kirli bir nesne tanımlamaları ve bu nesneyi 0 ile 100 arasında kirlilik açısından değerlendirmeleri istenmiştir. Daha sonra bu nesneye temiz bir kalem dokundurulmuştur ve bu kalemin kirlilik açısından puanlanması istenmiştir. Ardından ikinci kalem ilk kaleme dokundurulmuştur ve bu döngü 12 kez tekrar etmiştir. Çalışma sonucunda, obsesif kompulsif bozukluğa sahip katılımcıların, kirli nesneden uzaklaşmanın nesnenin daha az kirli olarak

değerlendirilmediği bir ‘bulaşma zinciri’ algıladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun aksine kaygılı ve kaygılı olmayan katılımcılardan oluşan kontrol grupları ise kalemi kirli olarak nitelememiştir (Tolin ve ark., 2004). Bozukluğun ego-distonik doğası gereği bireyler, davranışlarının aşırı ve mantıksız olduğunun farkındadır ve sıklıkla belirtilerinden utanıp onları gizlemeye çalışır (Jenike, 2004). Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) kişinin işlevselliğini çok yönlü etkileyerek yaşam kalitesini düşürebilmektedir (Olatunji ve ark., 2007). Nitekim OKB’nin tüm tıbbi bozukluklar içerisinde engelleyicilik açısından 10. sırada olduğu öne sürülmüştür (Murray ve Lopez, 1996).

Kirlenme korkusu genellikle bir kirlenici ile fiziksel temastan kaynaklanır ve hızlı, geniş bir çapta yayılır. Temas sonucu kirlenme deneyimleyen bireylerin çoğunda, kirlenme hissi somut cansız bir nesneye, maddeye veya kirli olduğu düşünülen bir kişiyle temastan sonra hızla veya o anda ortaya çıkar (Rachman ve ark., 2015). Rasmussen ve Eisen (1992), OKB tanısı almış 560 kişiden oluşan bir örneklemin %50’sinin kirlenme korkusuna sahip olduğunu bulmuştur. Kirlenme korkusuna genellikle hissedilen sıkıntıyı azaltmak üzere yıkama davranışları eşlik eder. Bulaşma obsesyonları ve temizleme yıkama kompulsiyonları OKB’nin belirtileri olarak değerlendirilse de bu durumun genel nüfusta bir süreklilik üzerinde var olduğu düşünülmektedir (Pipper, 2013).

Temas kaynaklı kirlenme hoş olmayan, iğrenç bulunan maddeler, vücut sıvıları ve mikroplar gibi tehlikeli maddelerle somut temastan kaynaklanan kirlenme hissidir. Bununla birlikte Rachman (2004, 2006), tarafından genişletilen kirlenme kavramı, fiziksel temas sonucu ortaya çıkan kirlenme korkusunun ötesine geçerek temas olmadan da ortaya çıkabilen kirlilik hislerine yani “**zihinsel kirlenme**” üzerine odaklanmaktadır.

1.2.2. Zihinsel Kirlenme Kavramı

Zihinsel kirlenme kavramına yönelik araştırmalar Obsesif Kompulsif Bozukluğa sahip bireylerin birçoğunun neden tam bir temizlenme hissi yaşamadıklarına ilişkin hayal kırıklığı ifadeleriyle birlikte başlamıştır. Temas kaynaklı kirlenme ve zihinsel kirlenme

çoğunlukla bir arada gözlenirse de iki kirlenme türü arasındaki ilişki asimetriktir. Zihinsel kirlenme deneyimlediklerini bildiren bireylerin çoğu temas kaynaklı kirlenme deneyimlediklerini de bildirirken, temas kaynaklı kirlenmeye zihinsel kirlenme nadiren eşlik etmektedir (Rachman, 2006).

Rachman'a (1994) göre zihinsel kirlenme, kişinin fiziksel bir temas kurmasına rağmen içsel bir kirlenme hissetmesidir. Wilson ve Brekke'nin (1994) tanımına göre ise zihinsel kirlenmeden, bir kişinin bilinçsiz veya kontrol edilemeyen zihinsel işlemler aracılığıyla sahip olduğu istenmeyen yargı, duygu ve davranış olarak bahsedilmiştir. Kişilerin sahip olduğu olumsuz düşünce sistemi ve içinde buldukları duruma yönelik hatalı değerlendirmelerinin zihinsel kirlenme üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir (Radomsky ve ark., 2017). Zihinsel kirlenmeye gösterilen davranışsal ve duygusal bazı tepkiler (örneğin tikslenme, temizlenme ihtiyacı vb.) temas kaynaklı kirlenme ile tetiklenen deneyimlere benzese de zihinsel kirlenme, somut bir dış kaynak gerektirmediği için temas bulaşmasından (kontaminasyonundan) farklıdır (Rachman 2004; Fairbrother ve ark., 2005). Temas kaynaklı kirlenme durumlarında kirli hissedilen bölgenin yeri bellidir ve ulaşılabilir. Bununla birlikte zihinsel kirlenmede kirlilik hissi içsel ve yaygın olarak hissedilmektedir. Bu nedenle temizleme/yıkama ritüellerinin zihinsel kirlenme deneyimleyen bireyler için de rahatlama sağlamayabildiği belirtilmektedir (Radomsky ve ark., 2017). Zihinsel kirlenme bağlamında kirlenme duygularının, psikolojik veya fiziksel ihlalin bir sonucu olarak geliştiği ve ihlalden sorumlu kişi veya kişiler tarafından uyandırıldığı kabul edilmektedir (Fairbrother ve ark., 2005). Buna göre zihinsel kirlenme için ölçütler aşağıdaki gibi sıralanmıştır.

A. Kişi şu kirlilik duygularını yaşar:

1. Kirli madde / malzeme / kişi ile fiziksel temas halinde olsun veya olmasın,
2. Kirli madde / malzeme / kişi ile fiziksel temasın olmaması veya fiziksel temastan bağımsız olarak devam etmesi durumunda,

B. Kirlilik duyguları anılar, tiksindirici düşünceler veya imajlar tarafından uyandırılabilir veya canlandırılabilir.

- C. Kirlilik duyguları temizlenmeye uygun tepkileri vermez.
- D. Kirlilik duygularına olumsuz duygular eşlik eder (örneğin, sıkıntı, kaygı, tikslenme, iğrenme, utanç, suçluluk ve kaygı).
- E. Zihinsel kirlenme duygularına genellikle aşağıdakilerden biri veya daha fazlası eşlik eder:
1. Temizlik için güçlü bir dürtü,
 2. Başarısız hafifletme girişimleri,
 3. Başarısız kaçınma girişimleri,
 4. Bilgi, eleştiri ve/veya ihlallerle uyandırılabilir veya canlandırılabilir.
 5. Bedensel yer tanımlanamaz.
 6. Etkilenen kişiler tetikleyici bir kaynak, olay veya durumu tespit edemeyebilir.

Kişinin hissettiği kirlilik duygularına ek olarak zihinsel kirlenme deneyimleyen bireylerin bildirdiği olumsuz duygular bulunmaktadır. Kirlilik hissini duygusal sonuçları olarak bireyler utanç, kendini aşağılama, kendinden nefret etme ve suçluluk bildirebilir (Fairbrother, 2002; Reiss, 2010). Ayrıca, kendi vücuduna karşı tikslenme, tipik olarak kirlilik hissi ile güçlü bir şekilde ilişkilidir. Zihinsel kirlenme duygularının tikslenme ile birlikte utanç, aşağılanma, küçümseme ve kaygı gibi diğer duyguları içermesi gerektiğini öne sürülmektedir (Herba ve Rachman, 2007; Rachman, 2004; Rachman, 2006). Zihinsel kirlenmeye yönelik yürütülen deneysel araştırmalarda fail konumunda olan katılımcıların da kaygı, tikslenme, utanç, öfke, suçluluk gibi duygular bildirdikleri gözlemlenmiştir (Rachman ve ark., 2012).

Ayrıca “korkulan benlik” kavramının da kirlenme duygularıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kişinin gelecekte nasıl bir insan olabileceğine dair kavrayışı sonucu, olası benlikler gelişmektedir. Yapıcı değişim içeren olası benlikler; bireyi geleceğini sağlıklı yapılandırmasında cesaretlendirici olabilirken, kimi zaman olası benlikler

olumsuz olabilmektedir ve bireyin dönüşmekten korktuğu şeyleri de temsil edebilmektedir. Bu durumda ortaya çıkan benliğe korkulan benlik denmektedir (İkiz, 2019). Yani bu kavram bireyin gelecekte olmaktan korktuğu ve engellemek istediği benliği imajını ifade etmektedir. Korkulan benlik kavramının genel obsesif kompulsif belirtilerle ilişkili olduğu bilinmektedir (Fernandez ve ark., 2021; Yang ve ark., 2021). Ferrier ve Brewin (2005), OKB tanısı almış grup ile kaygı bozukluğu tanısı almış ve tanı almamış kontrol grupları olmak üzere 3 grubu karşılaştırdıklarında OKB tanısı almış grubun girici düşünceleriyle ilişkili olarak diğer gruplara oranla benlikleri hakkında daha fazla olumsuz çıkarım yapma eğiliminde oldukları ve korkulan benlik kavramlarının kötü, ahlaksız gibi kavramlardan oluştuğunu gözlemlemiştir. Son zamanlarda yapılan bazı araştırmalar, bireyin korkulan benlik algısındaki azalmanın, kirlenme belirtilerindeki azalmayla ilişkili olduğuna işaret etmiştir (Aardema ve ark., 2019). Bu nedenle, bazı durumlarda yıkama; herhangi bir fiziksel kirleticiden arınmaktan çok, korkulan bozuk bir benliğin kendisini temizleme girişimini yansıtabilmektedir (Krause ve ark., 2020).

1.2.3. Zihinsel Kirlenme Türleri

Rachman ve arkadaşları (2015), zihinsel kirlenmenin dört farklı biçimde kendini gösterdiğini ileri sürmüştür. İlki görsel kirlenmedir (visual contamination). Bu durumda kişi ahlaksız, itibarsız veya garip olarak değerlendirdiği bir kişinin görüntüsüyle kirlenmiş hissedebilir ve bu kişilerin bulunduğu ortamlarda bulunmak istemez. Diğer tür öz-kirlenme olarak adlandırılmaktadır. Öz-kirlenme; deneyimleyen birey için kişinin kendi vücut ürünleriyle teması, tiksindirici ve tuhaf düşünceleri veya kişinin kabul edilemez eylemleri kirletici rolünde olabilir. Bu kirlenme türünden sonra bireyler çoğunlukla suçluluk ve utanç hisleri deneyimlemektedir. Öz-kirlenme kişinin kendi ürettiği durumlar nedeniyle ortaya çıktığından kirleticiler devamlı olarak mevcuttur. Tiksindirici düşüncelerin çoğu istenmeyen cinsel ve dini düşünceleri içermektedir. Bununla birlikte savunmasız kişilere zarar verme düşünceleri de utanç ve kirlilik hislerine yol açabilir. Diğer bir zihinsel kirlenme türü olan biçim değiştirmenin görsel kirlenme ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Biçim değiştirmede birey, belirli

kişilerin istenmeyen özelliklerinin görsel bulaşma veya fiziksel temas ile kendisine geçebileceğinden korkmaktadır. İstenmeyen özelliklere sahip kişiler genellikle zihinsel olarak dengesiz algılanan, aykırı görünümlü, tuhaf, ahlaksız olduğu düşünülen madde bağımlısı veya bakımsız kişilerdir. Yüksek statüdeki kişiler ise nadiren biçim değiştirme kaynağı olmaktadır. Son olarak zihinsel kirlenme cinsel taciz gibi fiziksel veya psikolojik bir ihlal nedeniyle ortaya çıkabilmektedir. Fiziksel ihlal nedeniyle ortaya çıkan durumlarda baştaki kirlilik hisleri anlaşılabilir. Fakat bu hisler aylar hatta yıllarca sürmektedir. Dışsal işaretlere ek olarak kişiler içsel bir kirlilik hissi tarif etmektedir ve bu kirlilik kaynağının yerini belirlemek zordur. Bu durumda kirliliğin temel kaynağı insandır. Kirlilik hisleri anılar ve diğer zihinsel olaylar tarafından kolaylıkla tetiklenebilmektedir. Bu tür zihinsel kirlenme ile Travma Sonrası Stres Bozukluğunun (TSSB) hem nedenleri hem de sonuçları arasında olası bir örtüşme vardır. Psikolojik/duygusal bir ihlal nedeniyle ortaya çıkan bu zihinsel kirlenme duyguları genellikle ihlal, aşağılanma, hileyle yönlendirme, kötü muameleye maruz kalma ve ihanet gibi sebepler barındırmaktadır. Bu kirlilik hissine genellikle öfke, öz eleştiri, suçluluk, zarar görmüş öz saygı ve genel kaygıyı içeren bir dizi olumsuz duygu ve tepkiyle eşlik edebilir.

1.2.4. Zihinsel Kirlenmenin Ortaya Çıkışında Etkili Olabilecek Etkenler

Temas kaynaklı kirlenmeden farklı olarak zihinsel kirlenmenin kaynağı genellikle insandır ve kişi herhangi bir fiziksel temas olmadan içsel kirlenme hissetmektedir (Rachman, 1994). Zihinsel kirlenme duygularının ortaya çıkışına ilişkin birçok görüş bulunmaktadır. Kişinin fiziksel veya psikolojik ihlali gerçekleştiren kişi ile doğrudan veya dolaylı teması aracılığıyla kirlilik duyguları ortaya çıkmaktadır. Dolaylı temaslar; ihlal eden veya ihlal hakkında anıları, görüntüleri veya düşünceleri içermektedir. Örneğin, kişinin yaşamını değiştiren bir ihanetten sonra, ihanetin ve ihanet edenin düşünceleri ve anıları yoğun kirlenme duygularını uyandırabilir. Çoğu durumda, ihlalde ahlaki bir unsur bulunmaktadır. Tikslenme ve ahlak kavramları zihinsel kirlenme ile yakından ilişkili kavramlardır. Tikslenme duyguları çoğunlukla zihinsel kirlenmeye eşlik etse de bireyin tikslenmiş hissettiği fakat zihinsel kirlenme deneyimlemediği birçok

durum bulunmaktadır (Fairbrother ve Rachman, 2004). Zihinsel kirlenmeyi açıklamaya yönelik bilişsel teoriler bu durumun bireylerin algılanan ihlallerin yanlış yorumlanmasından kaynaklandığını önermektedir (Rachman ve ark., 2015). Bu öneriye göre, kişi içinde bulunduğu duruma ilişkin bir dizi hatalı değerlendirmelerde bulunur ve bu hatalı değerlendirmeler zihinsel kirlenme hislerini beraberinde getirir. Zihinsel kirlenme hissini tetikleyen etmenler arasında örselenme, aşağılanma, acımasızca eleştirilme, cinsel taciz ve ihanet gibi psikolojik veya fiziksel ihlal içerikli temalar yer almaktadır. Kişi bu tarz ihlallerin yer aldığı durumlarda kendi benliğine yönelik “Ben zavallı, beceriksiz, değersiz, zayıf biriyim” şeklinde hatalı değerlendirmeler yapabilmektedir (Bektaş, 2020).

Zihinsel kirlenme ile ilişkili faktörler arasında temas kaynaklı kirlenme korkusu, tikslenme duyarlılığı ve kaygı duyarlılığı bulunmuştur (Herba ve Rachman, 2007). Temas kaynaklı kirlenme ve zihinsel kirlenmenin birlikte görüldüğü durumlar sıklıkta. Coughtrey ve arkadaşları (2012b) tarafından yürütülen bir çalışmada katılımcıların %36’sı hem zihinsel kirlenme hem temas kaynaklı kirlenme bildirmiştir.

Zihinsel kirlenmeyi yordayan faktörler arasında çocukluk çağında travmaya maruz kalma ve ebeveyn suçluluğu bulunmuştur (Berman ve ark., 2012). Ayrıca görgül çalışmalar zihinsel kirlenme düşünce-eylem kaynaşması arasında anlamlı bir ilişki bulunduğuna işaret etmektedir (Cogle ve ark., 2008; Shafran ve ark., 1996). 177 katılımcı ile yapılan bir çalışmada katılımcıların %46’sı zihinsel kirlenme bildirmiştir ve zihinsel kirlenme şiddetinin obsesif kompulsif belirtiler ve düşünce eylem kaynaşmasıyla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. (Coughtrey ve ark., 2012a). Ayrıca zihinsel kirlenmeye tepki olarak kişilerin kompulsif yıkama davranışı geliştirdiğine işaret eden çalışmalar bulunmaktadır (Coughtrey ve ark., 2012b).

Yapılan deneysel araştırmalarda fiziksel ve cinsel saldırıların hem temas kaynaklı kirlenmenin hem de zihinsel kirlenmenin ortaya çıkışında önemli bir etken olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Fairbrother ve Rachman, 2004; Olatunji ve ark., 2008; Badour ve ark., 2013; Fergus ve Bardeen, 2016). Bunu destekleyen ilk görgül çalışma Fairbrother ve Rachman (2004) tarafından cinsel saldırıya maruz kalmış kadın katılımcılarla

yürütülmüştür. Çalışmanın yürütüldüğü 50 kadından 30'u cinsel saldırıyı takiben zihinsel kirlilik hisleri bildirmiştir. Soyulma gibi cinsel olmayan saldırılara kıyasla cinsel saldırı sonrasında zihinsel kirlenme belirtilerinin ortaya çıkma ihtimalinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Badour ve ark., 2013).

Ayrıca zihinsel kirlenmede önemli bir unsur bireylerin sosyal değerlendirmelere yönelik hassasiyetleridir. Kirlenme korkusu bulunan kişiler diğer insanların kendilerini olumsuz değerlendirebileceğini ve dışlayabileceğini düşünerek sosyal kaygı geliştirebilir. Hatta bazı kişiler diğer insanların kendilerinin kirli olup olmadıklarını hissedebileceklerine inanabilir. Bu nedenle, olumsuz sosyal değerlendirmeden daha fazla korkan insanlar, kirli hissettiklerinde olduklarından daha sıkıntılı hale gelebilir ve kendilerini bu kontaminasyondan kurtarmak için daha güçlü bir dürtüye sahip olabilir (örneğin daha güçlü bir yıkama dürtüsü). Olumsuz sosyal değerlendirme korkusu, zihinsel kirlenme için potansiyel bir kırılma faktörü olarak incelenmemiştir (Herba ve Rachman, 2007).

1.2.5. Zihinsel Kirlenmenin Deneysel Manipülasyonu: Rıza Dışı Öpüşme Senaryosu

Zihinsel kirlenme bir düşünce, görsel bir imge, eleştirel bir yorum, hakaret, suçlama veya bir anı tarafından tetiklenebilir (Fairbrother ve ark., 2005). Zihinsel kirlenmeye yönelik deneysel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan bir yöntem rıza dışı öpüşme senaryolarının katılımcıya dinletilmesidir (Herba ve Rachman, 2007; Bilekli ve İnözü, 2018). Bu yöntemle yürütülen ilk çalışma Fairbrother, Newth ve Rachman (2005) tarafından tasarlanmıştır. Araştırma klinik olmayan örnekleme sadece kadın katılımcılarla yürütülmüş ve araştırmada toplam 4 koşul (3 rıza dışı öpüşme, 1 istemli öpüşme) oluşturulmuştur. Senaryoların tümü bir parti ortamında geçmektedir. İstemli öpüşme koşulunda katılımcı öpüştüğü kişiye ilgi duymaktadır ve senaryoda hoş ve romantik bir öpüşme betimlenmektedir. Rıza dışı öpüşme koşullarının tamamında bir adam katılımcıyı öpmeye zorlamaktadır. Bu 3 koşulda kişinin izni olmadan, zorla veya

kötü kokan ve kirli bir adam tarafından gerçekleştirilen eylemler ayrı ayrı betimlenmiştir. Araştırma sonucunda rıza dışı öpüşme senaryosu dinleyen katılımcılar, istemli öpüşme senaryosu dinleyen katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek zihinsel kirlilik hisleri, olumsuz duygular ve yıkama dürtüsü rapor etmiştir. Bu araştırmadan sonra rıza dışı öpüşme senaryoları farklılaştırılarak çeşitli araştırmalarda değişimleme yöntemi olarak kullanılmaya devam edilmiştir. Bu değişimler genel hatlarıyla rıza dışı öpüşme failinin fiziksel olarak kirli veya temiz olması (Elliott ve Radomsky, 2012), ahlaklı veya ahlaklı olmayan birisi olarak betimlenmesi (Elliott ve Radomsky, 2009), çekici veya tiksindirici olması (Herba ve Rachman, 2007), yabancı veya tanıdık olması (Millar ve ark., 2016) biçiminde kurgulanmıştır.

1.3. İHANET

İhanet sözcüğü; Türk Dil Kurumu (2021) tarafından hıyanet, hainlik, evlilikte, sevgide aldatma, sadakatsizlik ve gerektiğinde yardımda bulunmama, bir kimsenin güvenini yok etme olarak tanımlanmıştır. Rachman ise (2006, 2010), ihaneti güvenilir ve sadık bir arkadaş, akraba, ortak, iş arkadaşı olduğu düşünülen bir kişinin kasıtlı eylemleri veya ihmalleri nedeniyle zarar görme hissi olarak tanımlamıştır. Sadakat ve güven, hem arkadaşlık ilişkileri hem de romantik ilişkiler için temel gereklilikler olarak görülmektedir (Parker ve Vries, 1993). İki kişi ilişkinin gerekliliklerine uygun davrandığında ve beklentileri karşılıklı olarak uyum gösterdiğinde genellikle ilişkileri sorunsuz ilerleyecektir. Bununla birlikte taraflardan biri veya her ikisi bu kuralları ihlal ettiğinde ilişkide kopukluklar meydana gelecektir (Berscheid, 1983). Erikson'a göre (1968), yakınlık ve kimlik kazanımının gelişimsel görevleri genellikle geç ergenlik ve genç yetişkinlik yıllarında birbiriyle çatışan talepleri beraberinde getirir. Örneğin yakınlık duygusunun gelişimi güven ve bağlılığı gerektirirken açık bir kimliğin kazanılması birçok alanda keşif ve denemeler gerektirir. Bu keşif genellikle kişilerarası bağlılıkların ihlal edilmesine sebep olur ve ihanet kavramını bu yaş dönemindeki kişiler arasında göze çarpan bir kavram haline getirir.

İnsanlar evrimsel tarihleri boyunca başkaları tarafından ihanete uğrama olasılığına iyi uyum sağlamıştır (Shackelford ve Buss, 1996). Bununla birlikte ihanet sıklıkla kişinin karşısına şaşırtıcı ve şok edici biçimlerde çıkabilmektedir. İlk aşamada ihanete uğrayan kişi tarafından inkâr edilse de zaman içinde kalıcı ve bellekte yer eden etkilere yol açabilmektedir. İhanet farklı ilişki bağlamlarında ortaya çıkabilir. Birçok kişinin aklına ilk olarak romantik ilişkideki eşlerin birbirlerine ihanetleri gelse de yakın arkadaşlar ve iş arkadaşları arasında, işveren-çalışan ilişkisinde de ihanete rastlanabilir (Fitness, 2001). Bu sebeple farklı bağlamlarda ihanet üzerine araştırmalar yapmak önemli bir yerde durmaktadır.

En sık gözlenen ihanet türlerinin ise 5 başlık altında toplanması mümkündür:

- Sadakatsizlik (disloyalty) bir kişiye, ülkeye veya kuruluşa sadık olmama, vefasızlık yapma;
- Kişisel ve gizli bilgilerin zarar verecek biçimde ya da zarar kastıyla ifşa edilmesi;
- Aldatma (infidelity): eşine (ya da cinsel partnerine) yönelik sadakatsiz durumlar ya da eylemlerde bulunma;
- Sahtekârlık (dishonesty): birinin karakterinde veya davranışında gösterilen hilekârlık;
- Önemli ihtiyaç anında beklenen yardımı sunamama.

İhanetin etkisini değerlendirmede, yukarıda sıralanan ihanet türlerine ek olarak ihanet eden kişiye duyulan güven düzeyi ve ihanet sonucu uğranılan zararın büyüklüğü de önemli bir yerde durmaktadır. İhanet eden kişiye karşı derin bir güven bağı bulunduğu, bireylerin güven bağı bulunmadığı duruma kıyasla, daha fazla ihanete uğramış hissettiği bilinmektedir. (Millar ve ark., 2016). Bir kişinin hayatta kalmak için bağlı olduğu kişi veya kurumların, o kişinin güvenini veya iyiliğini önemli ölçüde ihlal etmesiyle oluşan ihanet durumu kişide ciddi travmalara yol açabilmektedir. Yapılan bir araştırmada eşlerin güçlü bir yakınlığa sahip olmasının üçüncü kişinin kim olduğundan

bağımsız olarak daha yoğun ihanet hislerine yol açtığı gözlemlenmiştir. Üçüncü kişinin kim olduğu göz önüne alındığında ise, bu kişinin aldatılan kişinin yakın arkadaşı olmasının, aldatılan kişinin düşmanı olmasına göre, daha fazla ihanet hissine yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır (Shackelford ve Buss, 1996).

1.3.1. İhanet ve Zihinsel Kirlenme

İhanet çoğunlukla kaygı bozukluklarıyla ilişkilidir. İhanete uğramış olmak OKB ve TSSB’de gözlemlenen belirtilerin oluşmasına yol açabilir veya bu belirtileri şiddetlendirebilir. İhanete verilen bazı tepkiler (örneğin sıkıntı, üzüntü, hatırlatıcılardan kaçınma, girici imajlar ve ruminatif düşünceler) TSSB tepkileri ile benzerdir. Bununla birlikte ihanete uğrayan kişiler genellikle bellek problemi yaşamazlar (Rachman, 2010).

Zihinsel kirlenme olgusu, TSSB ve OKB başta olmak üzere birçok psikolojik sorunun ortaya çıkışında ve sürmesinde önemli bir role sahiptir. Temas kaynaklı kirlenmeden farklı olarak zihinsel kirlenme neredeyse her zaman insan kaynaklıdır. Çalışmalar ihanetin de tıpkı travmatik bir deneyim gibi zihinsel kirlenmenin ortaya çıkmasına yol açabileceğine işaret etmektedir. İhanet gibi ahlaklı olarak değerlendirilmeyen eylemlere maruz kalan kişiler güçlü kirlenme duyguları ve buna bağlı olarak kompulsif yıkamalar geliştirebilmektedir. Bu bilgiyle bağlantılı olarak fiziksel yıkamanın etik olmayan davranışların üzücü etkilerini hafiflettiği yönünde araştırma sonuçları bulunmaktadır (Rachman, 2010; Zhong ve Liljenquist, 2006)

Rachman (2010), ihaneti kavramsallaştırmak üzere yazdığı makalede vaka örneklerine yer vermiştir. Bu örneklerden biri, ısrarcı kirlilik hissine sahip olan bu nedenle de tekrarlayan yıkama davranışı gösteren erkek bir hastadır. Bu örnekte kişi kuru temizleme yapılmış kıyafetlerinin bile temiz görünse de aslında kirli olduğunu söylemektedir. Kirlilik ve bununla ilişkili yıkama ve kaçınma duyguları, hasta; iş seyahatindeyken nişanlısının eski erkek arkadaşıyla tekrar tekrar görüştüğünü keşfettikten birkaç hafta sonra gelişmiştir. Kişi hemen nişanlısıyla ilişkisini sonlandırmış ve ona evi terk etmesini söylemiştir. Nişanlısı daireyi eşyalarıyla terk

ettikten sonra adam detaylı bir temizlik yapmış ve birkaç kez sıcak duş almıştır. Kişinin tedavisi sırasında nişanlısıyla ilişkilendirdiği kıyafetlerinin kirlilik hissine neden olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kişinin rahatsızlığı, sıradan yıkamalara yanıt vermeyen ve yayılmış bir içsel kirlilik hissi olması, ahlaki ve insan kaynaklı olması, kendine özgü ve zihinsel faaliyetler tarafından uyarılabilir bir kirlilik hissi olması nedeniyle; zihinsel kirlenme ölçütünü karşılamaktadır. Bu vaka ihanete uğramanın zihinsel kirlenmeye ve kompulsif davranışlara neden olabileceğine yönelik güçlü bir örnek oluşturmuştur.

Coughtrey ve arkadaşlarının (2014) yürüttüğü bir çalışmada ise katılımcıların ilk olarak sürekli kaygı ve zihinsel kirlenme düzeyleri değerlendirilmiş; sonrasında ihanet, aşağılanma, tikslenme, utanç gibi ipucu kelimelerle ilişkili anılarını hatırlamaları istenmiştir. Katılımcılar bu kelimelerle ilişkili olarak eşleri tarafından ihanete uğrama ya da arkadaşlarının kendilerine yalan söylemesi gibi anılar bildirmiştir. Bu otobiyografik hatırlama görevinden sonra katılımcıların, zihinsel kirlenmenin önemli bir göstergesi olan içsel kirlilik hislerinde artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışma ihanetle ilişkili olan anıları hatırlamanın bile zihinsel kirlenme hislerini uyandırabileceğine işaret etmektedir.

Pagdin ve arkadaşları (2020), ihanet ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişkiyi değerlendirmek üzere OKB tanısı almış, diğer kaygı bozukluklarından tanı almış, depresyon tanısı almış ve psikiyatrik tanı almamış 4 grupta 217 kişi ile bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışmada OKB tanısı almış bireylerden oluşan grubun uyumsuz ihanet algıları puanlarının diğer gruplardan daha yüksek olduğu ve regresyon analizleri sonucunda ihanetin zihinsel kirlenmeyi orta derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. İhanet ve zihinsel kirlenme ilişkisini incelemeye yönelik yürütülen diğer bir araştırmada ise düşük zihinsel kirlenme OKB grubu, yüksek zihinsel kirlenme OKB grubu, depresyon tanısı almış grup ve psikiyatrik tanı almamış kontrol grubu ihanet duyarlılığı bakımından karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda psikiyatrik tanı almamış gruba kıyasla, tanı almış grupta bulunan bireylerin bildirdiği ihanet deneyiminin daha yüksek olduğu; diğer gruplara kıyasla, yüksek zihinsel kirlenme OKB grubunda bulunan bireylerin ihanet duyarlılığının daha yüksek olduğu ve bu grubun diğer gruplardan başkalarına ihanet etme konusunda da daha duyarlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. OKB

tanısı almış her iki grupta da geçmişte ihanete uğrama deneyiminin gelecekte bir ihanetten sorumlu olmaya yönelik duyarlılığın artmasıyla sonuçlanmasının mümkün olabileceği görülmüştür (Howkins ve ark., 2021).

Güven kavramı anlamlı ilişkiler için bir başlangıç noktası niteliğindedir (Coleman, 1988). İnsan ilişkilerini her düzeyde etkiler ve bu nedenle de bireyler, topluluklar ve uluslar için önemlidir (Rotter, 1980; Stolle, 2002). Türkiye gibi toplulukçu yanı ağır basan kültürlerde, uyumluluk, yakınlık, güven arayışı, sosyal destek, karşılıklı bağımlılık gibi özellikler öne çıkmaktadır (Göregenli, 1995). Kişilerarası ilişkilerde ilişkinin sürdürülmesinde önemli bir dayanak güvendir. Karşılıklı olarak duyulan güven, ilişkinin temelini oluşturmanın yanında ilişkinin geleceğini de inşa etmeye yardımcı olmaktadır (Tan, 2021). İhanet bu koşulları sekteye uğratmaktadır ve güvenilir olarak görülen bir arkadaş, akraba, eş gibi sadık olduğu düşünülen bir kişinin kasıtlı eylemleri veya ihmalleri nedeniyle zarar görme hissinin, kişinin psikolojik yaşamında derin etkiler yaratma ihtimali yüksek olarak düşünülebilir.

1.3.2. Fail Etkisi Paradigması

İhanete uğramanın yanı sıra ihanet eden kişi konumunda olmak veya ahlaki olmayan herhangi bir eylemi gerçekleştiren kişi olmak da zihinsel kirlenmenin ortaya çıkmasına neden olabilir. Kişinin ihanet etmek gibi ahlaki olmayan bir davranış sergilemesinin de zihinsel kirlenme üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir (Zhong ve Liljenquist, 2006). Bu noktada 'fail etkisi' ile ilgili yapılan çalışmalar öne çıkmaktadır. Şiddet suçu failleri ile yapılan bir araştırmada katılımcıların %46'sının girici ve rahatsız edici anılara sahip olduğu gözlemlenmiştir (Evans ve ark., 2007). Bunun üzerine zihinsel kirlenmeyi tetiklemek için kullanılan rıza dışı öpüşme senaryosunun içeriğini değiştirilerek bu öpüşmenin faili olmanın zihinsel kirlenme hislerine yol açıp açmayacağı araştırılmıştır. Erkek katılımcılarla yürütülen çalışmada katılımcıların rıza dışı öpüşmenin faili olduklarını hayal edecekleri şekilde senaryo düzenlenmiştir. Araştırma sonucunda bu eylemin faili olmanın bir dizi olumsuz duygu ve kirlilik hislerini beraberinde getirdiği sonucunda ulaşılmıştır (Rachman ve ark., 2012).

Waller ve Boschen (2015) fail etkisini kadın katılımcılarla test ettiği bir araştırmada katılımcılardan bir arkadaşlarının 14 yaşındaki küçük kardeşini zorla öptüğünü hayal ettiği bir senaryoyu zihinlerinde canlandırmalarını istemiştir. Çalışma sonucunda kişilerin kirlilik hissi deneyimledikleri tespit edilmiştir. Benzer bir biçimde sadece kadınlardan oluşan 58 üniversite öğrencisi ile yürütülen bir diğer çalışmada da katılımcılardan kendilerini rıza dışı öpüşmenin faili olarak betimlendiği senaryo kullanmıştır ve bu senaryonun zihinsel kirlenme ve ilişkili duyguları tetiklemede etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bektaş, 2020).

1.4. TRAVMATİK YAŞAM OLAYLARI

Travmalar, düşük beklenti, olasılık ve kontrol edilebilirliğe sahip olağan dışı stres kaynaklarıdır (Kira, 2001). DSM-5'e göre ise travma, ölüm veya ölüm tehdidi, ağır yaralanma veya cinsel saldırı içeren olayları doğrudan yaşanma, başkalarının yaşadığı olaylara tanıklık etme, olayın aile ve yakın arkadaş çevresinden birinin başına geldiğine tanıklık etme/öğrenme veya mesleki durumundan kaynaklı olarak travmatik olaylara tekrarlayan şekilde maruz kalma şeklinde tanımlanmaktadır (APA, 2014) Travmatik yaşam olayları arasında kişinin başına gelen veya tanıklık ettiği doğal afet, savaşlar, kazalar, tutsaklık, cinsel veya fiziksel saldırıya uğrama gibi deneyimler sayılabilir. Bu yaşantılar beklenmediktir ve kişinin fiziksel bütünlüğüne zarar verebileceği gibi ruhsal bütünlüğüne de ciddi anlamda zarar verebilir. Travmatik yaşam olayları psikiyatrik rahatsızlıkların görünürdeki en önemli nedenlerindedir. Kişinin ruhsal dengesini bozarak dayanıklılığını azaltmakta ve psikiyatrik rahatsızlıklara daha yatkın hale getirmektedir (Eskin ve ark., 2006).

Travmatik olayların etkilerinin değerlendirilmesinde çeşitli faktörler önemli rol oynamaktadır. Kişinin travmatik olay öncesindeki kırılganlığı bu faktörlerden bir tanesidir. Aynı travmatik olaya maruz kalan kişiler aynı tepkileri vermemektedir. Yatkınlık-stres modeli travmatik olaylar için de kabul edilebilir. Bazı bireyler yoğun ve

uzun süreli travmatik tepkiler gösterirken bazı bireyler yoğun tepkiler göstermeyebilir veya yalnızca kısa süreli rahatsızlıklar deneyimleyip kendiliğinden iyileşebilir (Gold ve ark., 2017). Kırılgan bir kişide travma sonrası stres belirtileri daha küçük stres kaynakları ve zorluklarla tetiklenebilirken kırılgan olmayan bir kişide aynı belirtileri sadece büyük felaket olayları ortaya çıkarabilir (Zuckerman, 1999). Bu kırılganlık yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, geçmiş travma veya psikiyatrik öykü bulunup bulunmaması gibi değişkenlerden etkilenmektedir (McFarlane, 1989; Brewin ve ark., 2000). Bunlara ek olarak travmatik yaşantının özellikleri de etkinin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Travmatik olayın birey için öznel bir anlamı olması, olaya maruz kalma süresi, olayın insan kaynaklı olması, ölüm tehdidi içermesi, kişide suçluluk duygusu uyandırması, kişinin olaya hazırlıksız olması, ciddi fiziksel zarar veya yaralanma, kasıtlı yaralanma gibi faktörler olumsuz etkiyi arttırmaktadır (Aydın ve Özgen, 1999; Green, 1990).

Travmatik deneyimler bireyin yaşamının herhangi bir döneminde ortaya çıkabilir. Bu deneyimler uzun süreli tekrarlayıcı bir şekilde, dönemsel veya tek seferlik olabilir. Dünyanın farklı ülkelerinde yapılan çalışmalara göre, Amerika Birleşik Devletleri'nde, genel nüfusun %50-%70'inin (Kessler ve ark., 1995), Avusturalya'da %50-65'inin (Kessler ve ark., 1995), Kanada'da %74-%81'inin (Stein ve ark., 1997), İsviçre'de %28 (Hepp ve ark., 2005), Meksika'da %76 (Norris ve ark., 2003) olarak tespit edilmiştir. Ülkemizde ise bireylerin travma yaşantı deneyimi sıklığına ilişkin çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Karancı ve arkadaşlarının (2009) yürüttüğü bir çalışmaya göre bu oran %84.2 olarak bulunurken bir başka çalışmada bu oran %67.3 olarak bulunmuştur (Gül, 2014). Bu oranların azımsanamayacak düzeyde olduğu göz önünde bulundurulduğunda travma ile ilişkili çalışmaların önemli bir yerde durduğu ortaya çıkmaktadır.

1.4. 1. Travmatik Yaşantılar ve Obsesif Kompulsif Bozukluk

Travmatik yaşantılar ile ilişkisi en net gözlenebilen ruhsal bozukluk travma sonrası stres bozukluğu olsa da bu yaşantılar başka bozukluklarla da ilişkilidir. Yapılan çalışmalarda travmaya maruz kalmak depresyon, madde kullanımı (Rosenberg ve ark., 2014), sosyal

kaygı bozukluğu (McMillan ve Asmundson, 2016), dissosiyatif kimlik bozukluğu (Boon ve Draijer, 1993) gibi bozukluklarla ilişkilidir. Travmatik yaşantıya maruz kalmanın ilişkili olduğu bir başka ruhsal bozukluk ise obsesif kompulsif bozukluktur (De Silva ve Marks, 1999).

Strese maruz kalmanın istenmeyen girici düşüncelere yol açtığı bilinmektedir (Rachman ve De Silva, 1978). Obsesif kompulsif bozukluk ve travmatik yaşantılar arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışma bulunmaktadır (Pitman, 1993; Jordan ve ark., 1991; Solomon, 1993). Cromer, Schmidt ve Murphy'nin (2007), obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış 265 katılımcıyla yürüttüğü araştırmada katılımcıların %54'ünün hayatlarında en az bir kez olmak üzere travmatik yaşantı deneyimledikleri sonucuna ulaşılmış ve bir veya daha fazla travmatik yaşantı varlığının artmış OKB belirti şiddetiyle ilişkili olduğu görülmüştür. Araştırmacıların yürüttüğü bir başka çalışma ise tamamı OKB tanısı almış kompulsif biriktirme davranışı gösteren ve göstermeyen bireyler ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda kompulsif biriktirme davranışı gösteren bireylerin diğer bireylere göre anlamlı olarak daha yüksek derecede travmatik yaşantı bildirdiği sonucuna ulaşılmıştır (Cromer ve ark., 2007). Ayrıca kompulsif biriktirmenin önceki travmaların çokluğu ile obsesif kompulsif bozukluk ve biriktirme belirtilerinin başlangıç öncesindeki cinsel saldırıya maruz kalma oranlarıyla pozitif ilişkili olduğu görülmüştür (Przeworski ve ark., 2014).

OKB tanısı almış çocuklar ve ergenlerle yapılan bir başka çalışmada ise tanı almış katılımcılara kontrol grubuna göre, anlamlı olarak daha fazla TSSB tanısı eşlik ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Lafleur ve ark., 2011). Tedaviye dirençli OKB tanısı almış 104 bireyle yapılan bir başka çalışmada ise katılımcıların %82'sinin travma öyküsü bildirdiği, tüm katılımcıların %39'unun TSSB tanı kriterlerini karşıladığı gözlemlenmiştir (Gershuny ve ark., 2008). Farklı örneklem grupları ile yürütülen bir başka çalışmada ise 128 OKB tanısı almış birey, 109 TSSB tanısı almış birey, 63 diğer kaygı bozukluklarından birine sahip olan birey ve 40 üniversite öğrencisinin bulunduğu gruplar incelenmiş ve tüm gruplarda OKB ve TSSB belirtilerinin ilişkili olduğu gözlemlenmiştir (Huppert ve ark., 2005).

Gershuny ve arkadaşları (2003), hem OKB hem de TSSB belirtileri arasında bir örtüşme olduğunu öne sürmektedir. Her ikisi de kaygı/korku uyandıran, tekrarlayan ve araya giren düşüncelerle şekillenmiştir. OKB ve TSSB’de ortak temalardan biri kontroldür. OKB tanısı almış kişiler mutlak kesinlik ile takıntılıdır ve endişe uyaran düşüncelerini tekrarlanan eylemler veya ritüellerle kontrol etmeye çalışır. TSSB tanısı almış kişiler ise kontrol edemedikleri bir olay yaşadıktan sonra olayın tetikleyicilerinden kaçınarak kontrolü yeniden kazanmaya çalışır (Olf ve ark., 2005). Bir diğer ortak tema ise bireylerin düşüncelerini yorumlama biçimidir. OKB’de girici düşünceler birey için kişisel öneme veya anlama sahiptir. Aynı şekilde birey TSSB’de de travmatik olayla ilişkili girici düşünceleri güncel, gerçek ve kişisel anlamda önemli olarak yorumlar (Dykshoorn, 2014). Ayrıca travmatik yaşantıya ilişkin girici düşüncelerin bir süre sonra obsesyonlara dönüşme ihtimali bulunmaktadır (DeSilva ve Marks, 1999). Bu noktada klinik olmayan düşüncelerin obsesyona dönüşmesinde travmatik yaşantıların önemli bir yerde durduğu görülmektedir. OKB ve TSSB örtüşmesi, OKB’deki tekrarlayıcı davranışlar yalnızca takıntılı korkuları nötralize etmekle kalmayıp aynı zamanda travmatik yaşantılarla ilişkili hatıralardan kaçınmaya yardımcı olduğunda veya bu korkular geçmiş bir travmatik yaşantıyla ilişkilendirildiğinde gerçekleşebilir. Örneğin travmatik bir trafik kazasının ardından hem OKB hem TSSB geliştiren bir kişi şanslı bir sayı olarak 42 rakamını seçip otoyolda saatte 42 mil gidebilir. Bu durum kişi için tekrar şanssız olacağına ilişkin korkuları nötralize edebilir, kişide kontrol hissi uyandırabilir ve trafik kazasına ilişkin tetikleyici anılardan kaçınmasına yardımcı olabilir (Wadsworth ve ark., 2021). OKB ve TSSB’deki bu örtüşmelere rağmen OKB tanısı almış bireylerin çoğunda travma öyküsü yoktur. Benzer şekilde, TSSB geliştiren kişilerin çoğunda da tam gelişmiş OKB bulunmaz (Rachman ve de Silva, 2009).

1.4.2. Travmatik Yaşantılar, İhanet ve Zihinsel Kirlenme

Çoğu durumda zihinsel kirlenmenin ortaya çıkışının fiziksel veya duygusal bir ihlalle ilişkili olduğu düşünüldüğünde, ihlale uğrayan kişiler; ihlal eden kişiye yönelik yoğun olumsuz duygular geliştirmektedir (Rachman ve ark., 2015). İhanet çoğunlukla kaygı bozukluklarıyla ilişkilidir. İhanete uğramış olmak OKB ve TSSB’de gözlemlenen

belirtilerin oluşmasına yol açabilir veya bu belirtileri şiddetlendirebilir. Özgün (2010), evlilik dışı ilişkinin aldatılan eş üzerindeki travmatik etkilerini araştırmıştır. Çalışmada, eşlerinin evlilik dışı ilişkilerini öğrendikten sonra evliliklerini sürdüren 189 katılımcının %34.4'ünün -olay DSM'deki travmatik olay kriterlerine uymasa da- TSSB kriterlerinin tamamını karşıladığı, katılımcıların aşırı uyarılmışlık, kaçınma, küntlük gibi TSSB tepkileri gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Bu araştırma ihanetin yıkıcı etkilerine örnek oluşturmaktadır. Görüldüğü gibi ihanete verilen sıkıntı, üzüntü, hatırlatıcılardan kaçınma, girici imajlar ve ruminatif düşünceler gibi bazı tepkiler TSSB tepkileri ile benzerdir. Bununla birlikte ihanete uğrayan kişiler genellikle bellek problemi yaşamaz (Rachman, 2010). TSSB tanısı almış olan bazı bireylerde travma ile ilgili sıkıntı kirlenmeye dayalı duyuları içerebilir. Cinsel bir ihlali hatırlayan kişi kirlilik hissi yaşayabilir (Brake ve ark., 2018). TSSB tanısı almış olan bazı bireylerde travma ile ilgili sıkıntı kirlenmeye dayalı duyuları içerebilir. Cinsel saldırıya maruz kalmış kişiler özellikle bu durum sebebiyle kirlenmiş olduklarına yönelik inançlar geliştirebilir. Cinsel saldırı sırasında kişinin vücut ürünleriyle (tükürük, kan vb.) temas sonucu oluşan tikslenme hissi, ihlal, aşağılanma ve kirlilik algıları kişinin kirlilik hisleri geliştirmesiyle sonuçlanabilir (Rachman, 2004; Rachman, 2006).

Bu bilgilerle tutarlı olarak Fairbrother ve Rachman'ın (2004) daha önce cinsel saldırıya uğramış kadın katılımcılarla yaptığı çalışma göze çarpmaktadır. Bu çalışmada, cinsel saldırıyı yalnızca hatırlamanın ve saldırı hakkında konuşmanın bile katılımcılarda kirlilik hissi, yıkama dürtüsü ve hatta yıkama davranışının ortaya çıkmasına yol açtığı bulunmuştur (akt. İnözü ve ark., 2016). Cinsel saldırıya maruz kalmış katılımcılarla yapılan başka araştırmalarda da, bu durumun tikslenme, kirlilik duyguları ve yıkanma dürtülerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Badour ve ark., 2013a; Badour ve ark., 2013b). Zihinsel kirlenmenin travmatik olayla ilişkili kaygı, iğrenme, öfke, utanç ve üzüntü gibi duygularla pozitif ilişki gösterdiği bilinmektedir (Badour ve ark., 2013a; Coughtrey ve ark., 2013a; Fairbrother ve ark., 2005).

Cinsel saldırıya maruz kalmış 41 kadınla yürütülen bir araştırmada katılımcılar 2 hafta boyunca mobil bir uygulama aracılığıyla zihinsel kirlenme ve yedi duyguya (iğrenme, utanç, suçluluk, öfke, umutsuzluk, üzüntü, kaygı) yönelik günde iki kez değerlendirmede bulunmuştur. Çalışmada başlangıç ve günlük alınan ortalama zihinsel

kirlenme düzeyleri ile günlük ölçülen ortalama olumsuz duyguların anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışma cinsel travmaya bağlı zihinsel kirlenme ile ilişkili günlük deneyimleri araştıran ilk çalışma niteliğini taşımaktadır (Brake ve ark., 2021). Brake ve arkadaşlarının (2019), yürüttüğü bir araştırmada ise travma sonrası zihinsel kirlenme kavramı tanımlanıp bu kavram ile intihar riski arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda travma sonrası zihinsel kirlenme ve intihar riskinin ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca bu kavram zihinsel kirlenme ve travmatik yaşantılar arasındaki ilişkiyi daha sistemli olarak incelemeye olanak sağlayabilir.

Her ne kadar genel travmaya maruz kalma psikolojik ve fiziksel sağlık sorunlarıyla ilişkili olsa da araştırmalar, bazı travma formlarının diğerlerinden daha zararlı olabileceğini göstermektedir. İhanet travması da bu türlerden birisidir ve genç yetişkinlerin zihinsel ve fiziksel sağlık sorunlarıyla diğer türlere oranla daha ilişkilidir (Goldsmith ve ark., 2012). İhanet travması açısından bakıldığında çocuklukta ihanet düzeyinin yüksek olduğu travma türlerine maruz kalmanın (örneğin ebeveynler tarafından kötü davranışları maruz kalma) yetişkinlik yıllarında da ihanet içeren travmatik yaşantılar deneyimleme riskini artırdığı bilinmektedir (Gobin ve Freyd, 2009). İnsan kaynaklı travma türleriyle insan kaynaklı olmayan (kazalar, doğal afetler vb.) travma türleri karşılaştırıldığında insan kaynaklı travmaların daha fazla tikslenme duygularının ortaya çıkmasına neden olduğu görülmüştür (Badour ve ark., 2011). Cinsel ve cinsel olmayan saldırılara maruz kalmış katılımcıların karşılaştırıldığı bir başka araştırmada ise travma sonrası stres şiddetinin zihinsel kirlenme ile ilişkili olabileceği fakat bu ilişkinin nispeten cinsel saldırıya özgü olabileceği tartışılmıştır (Badour ve ark., 2013a).

1.5. ÖZ-TİKSİNME

1.5. 1. Tikslenme ve Öz-tikslenme Kavramları

Tiksinmenin potansiyel kirlilik kaynaklarına karşı korunmak için gelişen ve ahlaki yargılarla da ilişkilendirilen doğal bir savunma duygusu olduğu öne sürülmüştür (Oaten ve ark., 2018). Tiksinmenin temel ve evrensel bir duygu olduğu düşünülmektedir (Ekman, 1992). Tiksinmenin zararlı veya kirli bir nesne ile temas sonucu, toplumsal olarak kabul görmeyen bir davranış sonucu ortaya çıkan bir tepki olduğu öne sürülmüştür (Rozin ve ark., 1994; Rozin ve ark., 1999). Tiksinme ile ilişkili mevcut teoriler dört nokta üzerinde durmaktadır: (1) tikslenme, kısmen veya tamamen bir gıda reddetme sisteminden kaynaklanır; (2) patojen maddeden kaçınma tiksindenin kökenlerini ve yayılmasını açıklamada temel bir role sahiptir; (3) ön-uyum (yeni bir işlev için halihazırda mevcut olan bir şeyin kullanılması) gibi bir süreç, iğrenme tetikleyicilerinin genişletilmesinde rol oynar; (4) iğrenme duygu programı (yüz ve bedensel ifade, psikofizyolojik olaylar, davranışsal geri çekilme ve iğrenme hissi) iğrenme yayıldıkça görece daha katı hale gelmektedir (Tybur ve deVries, 2013; Kelly, 2011; Rozin ve ark., 2008).

Tybur ve arkadaşları da (2009), patojen tikslenme (örneğin hastalık olasılığını artıracak patojenlere ve kirleticilere karşı), cinsel tiksinti (örneğin hastalık riskini yükseltebilecek cinsel eylemlere karşı) ve ahlaki tiksinti (örneğin ahlaki ihlallere karşı) olmak üzere üç farklı tikslenme alanı önermiştir. Tiksinme alt tiplerinin öz-tiksinmeye yönelik boyutları incelendiğinde patojen tikslenmede kişinin tecavüze uğraması gibi bir ihlale maruz kalması kişinin ana benliğini kirli olarak algılamasına ve güçlü olan ideal benlik algısı ile ihlalden kaçınamayan gerçek benlik arasında uyumsuzluğa ve kişinin 'ben iğrenç bir insanım', 'bu yeni benden tiksiniyorum' gibi düşünceler geliştirmesine sebep olabilir. Cinsel kirlenmede örneğin birey partneri tarafından ihanete uğradıktan sonra ana benlik (değerli bir seks eşi olmak) ile gerçek benlik (ihanete uğrayan) arasında bir uyumsuzluk gelişebilir ve bu da öz-tiksinmeye neden olabilir. Ahlaki ihlalde ise bir ihlalin faili olmak ideal benliği tanımlayan değerler ile bu yanlışı yapan gerçek benlik arasında bir uyumsuzluğa neden olabilir ve bu da öz-tiksinme hislerine neden olabilir. Bu ihlal sonucunda kişi 'ben kötü birisiyim', 'ben bir yalancıyım' gibi düşünceler geliştirebilir (Powell ve ark., 2015). Yapılan çalışmalarda tiksindenin OKB, çeşitli fobiler, depresyon ve TSSB gibi farklı psikopatolojilerle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Davey ve ark., 1993; Koch ve ark., 2002; Deacon ve Olatunji, 2007;

Engelhard ve ark., 2011; Ypsilanti ve ark., 2019). Bununla birlikte majör depresif bozukluk, kaygı bozukluğu, OKB ve psikiyatrik tanı almamış kontrol grubu karşılaştırıldığında, tikslenme duygusu OKB tanısı almış grupta diğer gruplardan daha şiddetli olarak gözlemlenmiştir (Hacıömeroğlu ve ark., 2018). Haidt ve arkadaşları (1997), farklı kültürlerde tikslenme kavramı üzerine yürüttükleri araştırmada incelenen dillere ait tikslenme ile ilişkili kelimelerin çoğunun bedensel kaygıları sosyal ve ahlaki kaygılara bağlayan bileşik anlama sahip olduğunu görmüştür. Tiksinmenin özellikle kirlenme temalı OKB'ye sahip kişilerde önemli bir duygusal deneyim olduğu bilinmektedir (Woody ve Tolin, 2002).

Tiksinme ve tikslenme nesnesi bireyin özelliklerini temsil ettiğinde öz tikslenme kavramı karşımıza çıkmaktadır (Olatunji ve ark., 2012). Öz-tiksinme “benliğe yöneltilmiş temel tikslenme duygusu” (Overton ve ark., 2008), “utanç hissine benzer bir duygu” (Power ve Dalgleish, 2008) ve “eşi benzeri olmayan bir öz-biliş duygusu” (Roberts ve Goldenberg, 2007) olarak tanımlanmaktadır. Öz-tiksinme tepkisi, kişinin özelliklerini veya eylemlerini olumsuz değerlendirmesi gibi bilişsel değerlendirme süreçleri veya başlangıçta bir dış uyaran tarafından ortaya çıkan tikslenmenin daha sonra kendilikle ilişkili bir yönü ortaya çıktığındaki gibi çağrışımsal süreçler tarafından üretilebilir (Clarke ve ark., 2018). Dışsal uyaranlara yanıt olarak ortaya çıkan tikslenme tepkisiyle aynı davranışsal, bilişsel ve fizyolojik tepki örüntülerinin öz-tiksinmede de rol oynadığı düşünülmektedir (Cisler ve ark., 2009).

Tiksinme reddedilme ve kaçınma gibi davranışsal tepkileri yönlendiren içsel olumsuz bir duygu olduğundan bu duygunun kişinin kendisine yönelik olmasının çeşitli psikolojik zorluklara yol açabileceği öngörülmektedir (Rozin ve ark., 2008; Clarke ve ark., 2018). Öz tikslenmenin TSSB, depresyon ve yeme bozuklukları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Clarke ve ark., 2018). Psikiyatrik tanı almayan kontrol gruplarıyla karşılaştırıldığında, psikiyatrik tanı almış grupta yer alan bireylerde (majör depresyon, şizofreni, yeme bozukluğu, örümcek fobisi ve sınır kişilik bozukluğu tanısı almış 112 kişi) öz tikslenme hissini daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Ille ve ark., 2014). Ayrıca depresyon gibi psikopatolojilerde tikslenme kavramından ziyade öz-tiksinme kavramının rol oynadığı düşünülmektedir (Power and Dalgleish, 1997).

1.5.2. Öz-tiksinme, Travma ve Zihinsel Kirlenme

Travmatik yaşantılara ilişkin duygular incelendiğinde kaygı ve korkunun ön plana çıktığı görülmektedir (Foa ve ark., 1989; Williams ve ark., 2006; Foa ve Rothbaum, 1998). Bununla birlikte tiksiniye duygusunun da travmatik yaşantılarla ilişkili olduğu bilinmektedir. (Badour ve ark., 2014; Bomyea ve Allard, 2017). Aynı şekilde zihinsel kirlenme kavramı da bireyleri fiziksel veya ahlaki bir zararla temastan koruyan tiksiniye duygusu ile yakından ilişkilidir (Rachman, 1994; Rozin ve ark., 2008). Travmatik yaşantılar tiksiniye tepkilerini ortaya çıkartabilir. Bu olayların ardından tiksiniyenin sürmesi girici imajlara ve anılara yanıt olarak mide bulantısı ve kusma tepkilerine yol açabilmektedir. Örneğin, savaşta bir insanı öldürme gibi bir eylemi kendi ahlaki kurallarına veya toplumun ahlaki kurallarına aykırı olarak algılayan bir kişi için bu durumun öz-tiksiniye duygularına yol açması şaşırtıcı değildir (Badour ve Adams, 2015). Ayrıca bu durumun kompulsif yıkamalara da yol açabildiği tespit edilmiştir (Fairbrother ve Rachman, 2004).

Travma ve öz-tiksiniyeye yönelik yürütölen çalışmalar bulunmaktadır. Çocukluk çağı istismarının ve travmanın öz tiksiniyeyi anlamlı olarak yordadığı, aynı zamanda öz tiksiniyenin travma ve kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bilinmektedir (Drea, 2017). Rusch ve arkadaşları (2011), TSSB tanısı almış kadınlar ile tanı almamış kontrol grubundan oluşan kadınları Örtük Çağrışım Testi kullanarak karşılaştırmıştır ve TSSB tanısı almış kadınlarda benlik ve tiksiniye kavramlarına yönelik kontrol grubuna kıyasla daha güçlü ilişkiler gözlemlemiştir. Cinsel saldırıya maruz kalan bireylerin ise sıklıkla öz-tiksiniye bildirdiği görölmüştür (Petra ve ark., 1997). Badour ve arkadaşları (2012), ise yetişkin kadınlardan oluşan bir grupta cinsel ve fiziksel zarara uğranılan travmatik bir yaşantı esnasında yaşanan korku, öz-tiksiniye ve faile yönelik tiksiniye duygularının yoğunluğunun hem TSSB belirtileri hem de bulaşma temalı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkisini incelemiştir. Çalışma sonucunda travma esnasındaki korku ve faile yönelik tiksiniye duyguları, TSSB belirtileriyle ilişkilendirilirken, öz-tiksiniyenin obsesif kompulsif belirtilerin artışını yordadığı görölmüştür.

Zihinsel kirlenme deneyimi temel bir duygu olan tikslenme ile yakından ilişkilidir (Rozin ve ark., 2000). Öz-tikslenme, cinsel travmada olduğu gibi kişinin kirli olduğunu düşündüğü bir nesneyle geçmişteki teması nedeniyle kirli hissetmesi gibi çağrışımlar ve süreçler ile ortaya çıkabilir (Rachman, 2004). Badour ve ark., (2014), cinsel travma sırasında daha fazla öz-tikslenme bildiren kadınların aynı zamanda travma sonrasında daha şiddetli zihinsel kirlenme yaşadıklarını göstermiştir. Öz-tikslenme tikslenme temelli değerlendirmelerin benliğin temel ve istikrarlı bir özelliğine yöneltilmesini gerektirirken, zihinsel kirlenme benlikle ilgisi olmayan zihinsel olaylar tarafından tetiklenebilir (örneğin, kirli bir şeyin görüntüleri). Bununla birlikte bu iki kavram sıklıkla birlikte ortaya çıkmaktadır (Clarke ve ark. 2019).

Öz-tikslenme, travma ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişki incelendiğinde ise teorik modeller öz-tikslenmenin muhtemelen çocukluk çağı cinsel istismarından kaynaklanan TSSB’de algılanan bulaşmanın önemli bir yordayıcısı olduğunu öne sürmektedir (Jung ve Steil, 2011; Steil ve ark., 2011). Badour ve arkadaşları (2013), cinsel saldırıya uğramanın ve travma sonrası stresin tikslenme hislerindeki artışı yordadığı, cinsel saldırıya uğrayan kadınlarda travma sonrası stres ile zihinsel kirlenmenin ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir başka çalışmada ise cinsel travma sırasında daha fazla öz-tikslenme bildiren kadınların aynı zamanda daha şiddetli travma sonrası zihinsel kirlenme yaşadıklarını göstermiştir (Badour ve ark., 2014). Deneysel çalışmalar cinsel travmayı hatırlama ve zihinsel kirlenmedeki ardışık yükselmeler arasındaki bağlantıyı göstermiştir (Fairbrother ve Rachman, 2004; Ishikawa ve ark., 2015). Bir başka araştırmada ise zihinsel kirlenmenin TSSB semptomları ve tikslenme duyarlılığı arasındaki ilişkide kısmi aracı rol üstlendiği görülmüştür (Badour ve ark., 2013).

1.6. AMAÇLAR VE HİPOTEZLER

1.6.1. Genel Değerlendirme ve Çalışmanın Gerekçeleri

Kirlenme korkusunun evrensel olduğu düşünülmektedir ve yaygınlığı yüksek bir durumdur. Uzun bir süre araştırmalar temas kaynaklı kirlenme korkusuna odaklansa da ilk kez Rachman (1994) tarafından, kirlenme korkusunun temas olmadan da ortaya

çıkabileceği önerilmiştir. Bu durum günümüze kadar zihinsel kirlenme olarak kavramsallaştırılmıştır. Kirlenme korkusu OKB ve TSSB gibi psikopatolojilerde karşımıza çıkabileceği gibi psikiyatrik tanı almamış gruplarda da karşımıza çıkabilir. Zihinsel kirlenme ise temas kaynaklı kirlenme kadar detaylı incelenmemiş bir fenomendir. Obsesif-kompulsif bozukluğa sahip kişilerin bu belirtileri deneyimlemesi tedavi aşamasında da klinisyenler için bir engel oluşturmaktadır (Berman ve ark., 2012).

İhanet ise kişide yıkıcı etkilere neden olabilir. Bu nedenle fiziksel olmayan travma olarak betimlenmektedir. Türk kültüründe kişilerarası ilişkilerin önemli olması, ahlaki standartlar, yakın çevrenin sosyal destek kaynağı olarak görülmesi herhangi bir ihanet durumunda oluşacak etkinin daha yıkıcı bir hale gelmesine yol açabilir. İhanetin zihinsel kirlenme belirtilerine neden olabildiği ve belirtileri şiddetlendirdiği bilinmektedir (Rachman, 2010). Ayrıca kişinin kendisinin de ahlaki olarak değerlendirmedeği eylemlerde bulunmasının da zihinsel kirlenmeye yol açabileceği görülmüştür. Fakat ihanet ve zihinsel kirlenme temalı çalışmaların sayısı sınırlıdır.

Travma deneyimi ve zihinsel kirlenmenin ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda yapılan çalışmalar cinsel travmalarla zihinsel kirlenme belirtileri arasındaki ilişkiyi doğrulamıştır. Bununla birlikte farklı travma türlerinin zihinsel kirlenme üzerinde bir etkiye sahip olup olmadığı, eğer varsa nasıl bir etkiye sahip olduğu henüz araştırılmamıştır. Öz-tiksinme kavramı ise kısaca kişinin benliğine yönelik tiksinme duygusu olarak tanımlanabilir. Travmatik yaşantılar sırasında bireyler öz-tiksinme hissini deneyimleyebilir. Bu konuda yürütülen çalışmalarda kişinin fiziksel veya ahlaki bütünlüğüne zarar verebilecek durumların öz-tiksinme hissine yol açabileceği görülmüştür (Badour ve Adams, 2015).

Alanyazın incelendiğinde yukarıda belirtilen travma, ihanet, öz-tiksinme ve zihinsel kirlenme temasında yürütülen araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda yürütülen tez çalışmasıyla, farklı psikopatolojilerle ilişkili olan zihinsel kirlenme kavramı hakkında daha kapsamlı bir bakış açısı geliştirmek amaçlanmaktadır. Böylece hem alanyazına hem de klinik uygulama alanına katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Yürütülen bu tez çalışmasında ihanet içerikli senaryoların zihinsel kirlenme belirtileri

üzerindeki etkisinin fail ve mağdur bağlamında incelenmesi konuyla ilgili alanyazına özgün bir katkı sağlayabileceği gibi, elde edilecek bulguların kültüre özgü bir boyutta bulunma olasılığı da vardır.

1.6.2. Amaçlar

Mevcut çalışmanın ilk amacı; zihinsel kirlenme ile ilişkili olan ihanet kavramının ve fail etkisi paradigmasının zihinsel kirlenmeyi tetiklemede yaygın olarak kullanılan rıza dışı öpüşme senaryosuna dahil edilerek katılımcıların kirlilik hisleri, olumsuz duygular ve öz-tiksinme üzerindeki etkisini incelemektir. Çalışmanın diğer amacı ise katılımcıların geçmiş travmatik yaşantı deneyimlerinin ve bu deneyimlerin şiddetinin zihinsel kirlenme ile ilişkisini incelemektir.

1.6.3. Hipotezler

Yürütülecek araştırmaya ilişkin hipotezler aşağıda belirtilmiştir.

Hipotez 1: Katılımcıların manipülasyon öncesinde bildirdikleri zihinsel kirlenme, içsel olumsuz duygular, dışsal olumsuz duygular, durumsal öz-tiksinme şiddeti ve travma sonrası stres belirti düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olacaktır.

Hipotez 2: Katılımcıların manipülasyon sonrasında bildirdikleri zihinsel kirlenme, içsel olumsuz duygular, dışsal olumsuz duygular, durumsal öz-tiksinme şiddeti ve yıkama dürtüleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olacaktır.

Hipotez 3: Katılımcıların manipülasyon öncesindeki travma sonrası stres belirti düzeyleri ile manipülasyon sonrasında bildirdikleri zihinsel kirlenme, içsel olumsuz duygular, dışsal olumsuz duygular, durumsal öz-tiksinme düzeyleri ve yıkama dürtüleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olacaktır.

Hipotez 4: Tüm koşullarda uygulanan deney manipülasyonu zihinsel kirlenme, olumsuz içsel duygular, olumsuz dışsal duygular ve durumsal öz tikslenme düzeylerinde artışa yol açacaktır.

Hipotez 5: Katılımcıların mağdur/fail olmasından bağımsız olarak, ihanet içeriğinin bulunduğu koşuldaki katılımcıların zihinsel kirlenme puanları ihanet içeriğinin bulunmadığı koşuldaki katılımcıların zihinsel kirlenme puanlarından daha yüksek olacaktır.

Hipotez 6: Katılımcıların mağdur/fail olmasından bağımsız olarak, ihanet içeriğinin bulunduğu koşuldaki katılımcıların olumsuz içsel duygu düzeyi ihanet içeriğinin bulunmadığı koşuldaki katılımcıların olumsuz içsel duygu düzeyinden daha yüksek olacaktır.

Hipotez 7: Katılımcıların mağdur/fail olmasından bağımsız olarak, ihanet içeriğinin bulunduğu koşuldaki katılımcıların olumsuz dışsal duygu düzeyi ihanet içeriğinin bulunmadığı koşuldaki katılımcıların olumsuz dışsal duygu düzeyinden daha yüksek olacaktır.

Hipotez 8: Katılımcıların mağdur/fail olmasından bağımsız olarak ihanet içeriğinin bulunduğu koşuldaki katılımcıların öz tikslenme puanları ihanet içeriğinin bulunmadığı koşuldaki katılımcıların öz tikslenme puanlarından daha yüksek olacaktır.

Hipotez 9: Katılımcıların ihanetle suçlanmasından bağımsız olarak, senaryoda fail veya mağdur rolünde olmak koşulları arasında zihinsel kirlenme düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmayacaktır.

Hipotez 10: Katılımcıların ihanetle suçlanmasından bağımsız olarak, senaryoda fail veya mağdur rolünde olmak koşulları arasında olumsuz içsel duygu düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmayacaktır.

Hipotez 11: Katılımcıların ihanetle suçlanmasından bağımsız olarak, senaryoda fail veya mağdur rolünde olmak koşulları arasında olumsuz dışsal duygu düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmayacaktır.

Hipotez 12: Katılımcıların ihanetle suçlanmasından bağımsız olarak, senaryoda fail rolünde olan katılımcıların öz tikslenme puanları mağdur rolünde olan katılımcılardan daha yüksek olacaktır.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. ÖRNEKLEM

Çalışmanın ilk aşamasında Hacettepe Üniversitesi'nde psikoloji ve hemşirelik bölümlerinde öğrenim görmekte 233 gönüllü katılımcıya kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Üniversite öğrencisi ve kadın olmak çalışmaya katılım ölçütüdür. Erkek olmak, cinsel yönelim, senaryoları takip edemeyecek düzeyde işitme kaybının olması ve psikiyatrik bir tedavi görüyor olmak dışlama ölçütü olarak kullanılmıştır. Buna göre, gönüllü havuzundan 27 erkek katılımcı, işitme kaybı olan 3 katılımcı, psikiyatrik bir tedavi sürdüren 8 katılımcı ve cinsel yöneliminin heteroseksüel olmadığını beyan eden 11 katılımcı çalışmanın ikinci aşamasına çağırılmamış ve verileri analizlere katılmamıştır. Araştırmada kullanılan senaryoların içeriğinde karşı cinsten gelen ve karşı cinse karşı gerçekleştirilen rıza dışı öpüşmeler bulunduğu için sadece cinsel yönelimi heteroseksüel olan katılımcıların verileri analize dahil edilmiştir. Uç değerler çıkarıldıktan sonra kalan katılımcılar, araştırmanın ikinci aşamasına davet edilmiştir ve davete dönüş yapan 112 katılımcı ile çalışmanın ikinci aşaması gerçekleştirilmiştir.

Çalışmanın ikinci aşamasında 18-29 aralığında bulunan ve yaş ortalaması 21.89 olan (SS=2.69) kadın üniversite öğrencisi yer almıştır. Katılımcıların %95.5'si bekar (n=107), %3.6'u evli birlikte yaşıyor (n=4) ve %0.9 ayrılmış/boşanmış (n=1) olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların aylık gelir düzeyleri incelendiğinde ise %0.9'u 500-999 (n=1), %1.8'i 1000-1999 (n=2), %14.3'ü 2000-2999 (n=16), %22.3'ü 3000-3999 (n=25) ve %60.7'si 4000 TL ve üzeri (n=68) olduğu görülmüştür.

Katılımcıların Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri-Zihinsel Kirlenme Ölçeğinden (VOKE-ZK) aldıkları puanlar ortancadan ikiye ayrılmış ve Yüksek VOKE-ZK ve

Düşük VOKE-ZK olmak üzere iki grup oluşturulmuştur. Katılımcılar Senaryo koşullarına yüksek ve düşük VOKE-ZK puanları eşit olacak biçimde seçkisiz olarak atanmıştır. İlk senaryo koşulunda 28, ikinci koşulda 29, üçüncü koşulda 27 ve dördüncü koşulda 28 katılımcı bulunmaktadır.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada çalışmanın amacına uygun olarak düzenlenmiş Demografik Bilgi Formu, senaryo kayıtları, Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri-Zihinsel Kirlenme Ölçeği (VOKE-ZK), Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu, Ön Derecelendirme Formu, Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği (TSSTÖ) ve Öz-Tiksinme Gözden Geçirilmiş Form (ÖTÖ-GGF-Durumsal) kullanılmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmanın amacına uygun olarak düzenlenmiş Demografik Bilgi Formu katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, sosyoekonomik düzey, fiziksel-psikolojik/psikiyatrik problem olup olmaması durumu, ilaç kullanımı gibi genel bilgilerle birlikte, son 2 ay içinde herhangi bir travmatik yaşayıp yaşamadıklarına ve cinsel yönelimlerine ilişkin soruları içermektedir. Demografik Bilgi Formu Ek 2’de sunulmuştur.

2.2.2. Araştırmada Kullanılan Senaryolar

Çalışmada ihanet ile suçlanma durumunu ve fail/mağdur olma deneyimini değiştirmek amacıyla 4 farklı senaryo katılımcılara dinletilmiştir. Senaryolar Bektaş (2020) tarafından kısaca ‘Üniversite topluluğunun düzenlediği bir partide en yakın kız arkadaşı ve onun sevgilisi ile birlikte iyi vakit geçirdikleri esnada kız arkadaşının yanlarından ayrıldığı, arkadaşının sevgilisiyle tek başına kaldığı ve bu kişiye yaklaşarak onu rızası olmaksızın öptüğü ve ardından kız arkadaşının bunu görerek ‘bunu bana nasıl yaparsın, bana ihanet ettin’ demesiyle son bulacak şekilde betimlenmiş ve

kullanılmıştır. Senaryonun zihinsel kirlenme belirtilerini tetiklediği görülmüştür. Senaryo koşulları Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1

Senaryo Koşulları

İhanetle Suçlanma		
Katılımcının Senaryodaki Rolü	Var (Katılımcı ihanet etmekle suçlanıyor)	Yok (Katılımcı ihanet etmekle suçlanmıyor)
Fail (rıza dışı öpüşmeyi gerçekleştiren kişi)	Senaryo 1 (Fail/Suçlanmış)	Senaryo 2 (Fail/Aklanmış)
Mağdur (rıza dışı öpüşmeye maruz kalan kişi)	Senaryo 3 (Mağdur/Suçlanmış)	Senaryo 4 (Mağdur/Aklanmış)

Katılımcılara dinletilen senaryolarda ortak olarak katılımcının yakın bir kız arkadaşının evinde gerçekleşecek topluluk etkinliği betimlenmiştir. Bu etkinliğe kız arkadaşının partnerinin de katıldığı belirtilmiş ve tüm senaryolarda katılımcının kendisini yerine koyması istenilen kişi ile kız arkadaşının partneri arasında geçen diyalog canlandırılmıştır. Sonrasında katılımcının bulunduğu koşullara uygun olarak senaryo farklılaştırılmıştır. İlk senaryo Bektaş (2020) tarafından kullanılan senaryo ile aynıdır. Diğer koşullara ait senaryolar ise düzenlenmiştir.

Senaryo 1: Katılımcının fail konumunda olduğu ve ihanet içeriğinin bulunduğu ilk koşulda katılımcı, kız arkadaşının partnerini zorla öpmüş ve ihanetle suçlanmıştır.

Senaryo 2: Katılımcının fail olduğu ve ihanet içeriğinin bulunmadığı ikinci koşulda katılımcı, yine kız arkadaşının partnerini zorla öpmüş fakat ihanet etmekle suçlanmamıştır.

Senaryo 3: Katılımcının mağdur konumunda olduğu ve ihanet içeriğinin bulunduğu üçüncü koşulda katılımcının kız arkadaşının partneri, katılımcıyı zorla öpmüştür fakat katılımcı ihanetle suçlanmıştır.

Senaryo 4: Katılımcının mağdur olup ihanet içeriğini bulunmadığı son koşulda ise katılımcının kız arkadaşının partneri katılımcıyı zorla öpmüş ve katılımcı ihanetle suçlanmamıştır.

İlk koşula ait senaryo 5 dakika 13 saniye, ikinci koşula ait senaryo 5 dakika 10 saniye, üçüncü koşula ait senaryo 4 dakika 56 saniye ve dördüncü koşula ait senaryo 4 dakika 55 saniye sürmüştür. Senaryo içerikleri Ek 3'te sunulmuştur.

2.2.3 Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri-Zihinsel Kirlenme Ölçeği (VOKE-ZK)

Bireylerde zihinsel kirlenme belirti şiddetini değerlendirmek amacıyla Rachman (2005) tarafından geliştirilen VOKE-Zihinsel Kirlenme Ölçeği, 5'li likert tipinde 20 maddelik bir ölçektir. Ölçekte 'Bazı insanlar temiz görünürler, fakat kirli hissederler', 'Hoş olmayan bir imge veya hatıraya sahip olmak kendimi kirli hissetmeme neden olabilir' gibi maddeler bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 80 aralığında değişmektedir ve yüksek puanlar katılımcının zihinsel kirlenme hissetme eğilimindeki artışa işaret etmektedir. Ölçeğin orijinal formu için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayılarının farklı örneklem gruplarında .93 ile .97 arasında değişmekte olduğu belirtilmiştir.

Ölçeğin Bulaşma Hassasiyeti Ölçeği ve Düşünce-Eylem Kaynaşması Kirlenme Ölçeği kirlenme alt boyutuyla pozitif yönde anlamlı olarak ilişkili olduğu gözlemlenirken, depresyon belirtileriyle, OKB belirtilerine göre daha düşük ilişki göstermesiyle de ayrışan geçerliliği desteklenmiştir (Radomsky ve ark., 2014). Ölçeği dilimize uyarlanma çalışması İnözü, Bilekli ve Özcanlı-Ulukut (2016) tarafından 18-28 yaş aralığındaki 255 sağlıklı üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizlerde ölçeğin orijinal formunda kullanıldığı gibi tek faktörlü yapının korunması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışma sonucu yapılan analizlerle ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .93 ve

test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .79 olarak hesaplanmıştır. İlgili çalışmalar ölçeğin kabul edilebilir düzeyde geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olduğu gösterilmiştir. Bu tez ise çalışmada VOKE-ZK için iç tutarlık katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır. Ölçek Ek 4'te sunulmuştur.

2.2.4. Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu

Zihinsel kirlenme belirtilerinin ölçülmesi amacıyla ilk olarak Fairbrother ve Rachman (2005) ve daha sonra da Herba ve Rachman (2007) tarafından kullanılmış sözel sorulardan oluşan ölçek; Elliot ve Radomsky (2009), tarafından düzenlenip geliştirilmiştir. Form, katılımcıların senaryoyu zihinlerinde ne kadar canlandırabildiğini, kirlilik hislerinin düzeyini ve vücutlarının neresinde hissettiklerini, yıkama ihtiyaçlarını, bazı olumsuz duyguları, senaryodaki durumu ne denli arzuladıklarını, ne ölçüde ahlaksız bulduklarını ve senaryoda gerçekleşen olay üzerindeki sorumluluklarını değerlendirme amacıyla geliştirilmiştir. Bu ölçek 0-100 arası puanlamayı gerektiren, birden fazla seçimin yapılabileceği veya evet/hayır seçenekli sorular içeren 29 maddeden oluşmaktadır. Formun dilimize çevirisi Bilekli (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu form araştırmada katılımcıların fail veya mağdur konumunda olduğu koşullara uygun olarak düzenlenmiş 21 madde oluşturularak kullanılmıştır. Form Ek 5'te sunulmuştur.

2.2.5. Ön Derecelendirme Formu

Utanç, aşağılanma, suçluluk, korku, üzüntü, bayağılık, sıkıntı, kaygı, kızgınlık gibi içsel ve dışsal olumsuz duyguların o anda katılımcı tarafından 0-100 puan aralığında ne şiddetle hissettiğini belirlemek amacıyla manipülasyon öncesinde kullanılmıştır. Ayrıca formda katılımcıların genel kirlilik hissini yoğunluğunu belirlemek amacıyla 0-100 arası puanlama gerektiren bir madde de bulunmaktadır. Maddeler Ek 6'da sunulmuştur.

2.2.6. Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği (TSSTÖ)

Farklı şekillerde yanıtlar gerektiren 4 bölümden ve 50 maddeden oluşan ölçek, travma sonrası stres bozukluğunu belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte bireylerin yaşadığı travmatik yaşantının türü, birden fazla travmatik olay deneyimlemesi durumunda en çok hangisinden rahatsız olduğu, bu olay ile ilişkili deneyimlediği belirtiler ve bu belirtilerin şiddeti gibi detaylı değerlendirmeler yapmaya olanak veren maddeler bulunmaktadır. Ölçeğin ilk kısmı bireyin yaşadığı travmatik olayın türünü, ikinci kısmı evet/hayır soruları ile bu olayın şiddetini, üçüncü kısmı 0-3 arası puanlama ile travma sonrası belirtileri değerlendirmektedir. Üçüncü alt ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 en yüksek puan 51'dir. Ölçekten alınan puan 10 ve altında ise travma sonrası stres belirtileri hafif, 11-20 belirtiler orta, 21-35 arasında belirtiler orta-ciddi ve 35 üzerinde ise belirtiler ciddi olarak tanımlanmaktadır. Bu alt ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .92 belirtilmektedir ve bu maddeler için elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .83'tür. Ölçeğin dördüncü kısmı ise travmatik olayın kişinin yaşamının değişik alanlarında engel yaratıp yaratmadığını değerlendirmektedir. Çalışmada tüm ölçek için Cronbach Alpha katsayısı .92 olarak bulunmuştur. (Foa ve ark., 1997).

Ölçeğin dilimize uyarlama çalışması Işıklı (2006), tarafından gerçekleştirilmiştir. Dilimize uyarlanan ölçek 3 bölümden oluşmaktadır. Ölçek bireylerden bu olaylardan kaç tanesini yaşadığını veya tanık olduğunu belirtmelerinin istendiği 12 travmatik olaydan oluşan bir kontrol listesi ile başlamaktadır. Ölçeğin ikinci bölümünde bireylere bu olaylardan kendisini en çok hangisinin rahatsız ettiği ve olay anında fiziksel bir zarar deneyimleyip deneyimlemedikleri, olay anındaki hislerine ilişkin evet-hayır soruları sorulmuştur. Bu kısım Olay Şiddeti alt ölçeği olarak adlandırılmıştır. Üçüncü bölüm 0-51 puan aralığında değerlendirilen 17 maddeden oluşan 4'lü likert tipi şeklindedir ve travma sonrası stres belirtilerinin şiddetini değerlendirmektedir. Ölçeğin üçüncü kısma Travma Sonrası Stres Belirtileri alt ölçeği olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin yürütülen çalışmada Travma Sonrası Stres Belirtileri alt ölçeği için Cronbach Alpha katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. İlgili çalışmalar ölçeğin kabul edilebilir düzeyde geçerlik ve güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu tez çalışmasında ise Travma Sonrası Stres Belirtileri alt ölçeği için Cronbach Alpha katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçek maddeleri Ek 7'de sunulmuştur.

2.2.7. Öz-Tiksinme Gözden Geçirilmiş Form (ÖTÖ-GGF) Durumsal

İlk olarak 12 maddeden oluşan ve Overton ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Öz Tiksinme Ölçeği sonrasında Powell ve arkadaşları (2015) tarafından gözden geçirilip geliştirilmiştir. 0-7 arası puanlanan, 2 alt boyut ve 22 maddeden oluşan Likert tipi ölçek bireylerin kendi fiziksel görünümüne ve davranışsal özelliklerine karşı tiksiniş hissinin şiddetini değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçeğin iki boyutu Fiziksel Öz-tiksinme ve Davranış Odaklı Öz-tiksinmedir. Ölçekten alınan puanlar 0-105 arası değişmektedir. Ölçekte dört madde ters kodlanmaktadır. Fiziksel Öz-tiksinme boyutu için ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .86, Davranış Odaklı Öz-tiksinme için .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin psikometrik özelliklerine yönelik yapılan çalışmada tüm ölçek için Cronbach Alpha katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin dilimize uyarlama çalışması Bektaş (2020) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Türkçe formdaki Cronbach Alpha katsayıları incelendiğinde bu değerlerin tüm ölçek için .83, alt boyutlardan Fiziksel öz-tiksinme için .71 ve Davranışsal öz-tiksinme için .53 olduğu sonucu elde edilmiştir. Test-tekrar test güvenilirliği ise tüm ölçek için .76 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin yeterli geçerlilik ve güvenilirlik düzeylerine sahip olduğu görülmüştür. Araştırmada katılımcıların senaryo öncesi ve sonrası bildirdikleri durumsal öz-tiksinme şiddetini değerlendirebilmek amacıyla formda yer alan maddelerin başına “şu anda” ibaresi eklenmiştir. Bu tez çalışmasında öz tiksiniş ölçeği durumsal form için manipülasyon öncesinde Cronbach Alpha katsayısı manipülasyon öncesinde .84, manipülasyon sonrasında .91 olarak hesaplanmıştır. Ölçek Ek 8’de sunulmuştur.

2.3. İŞLEM

Çalışmada ihanet ile suçlanma durumunu ve fail/mağdur olma deneyimini değiştirmek amacıyla 4 farklı senaryo hazırlanmıştır. Çalışmanın doğası gereği senaryoların birbirini etkileme olasılığı göz önünde bulundurulduğunda aynı katılımcının 4 senaryoyu tekrarlı olarak alması uygun bir yöntem değildir. Bu nedenle

her bir senaryonun farklı bir katılımcı grubuna dinletilmesi gerekmektedir. Bu durumda bağımlı değişkenlerde gözlenebilecek farklılıkların manipülasyon (senaryo) kaynaklı olduğunu gösterebilmek için katılımcı kaynaklı karıştırıcıların istatistiksel olarak ya da desen aracılığıyla kontrol edilmesi gerekli görülmüştür. Katılımcıların zihinsel kirlenmeye yönelik eğilimleri bu çalışmada kontrol edilmesi zorunlu olan değişken olarak belirlenmiştir. İlk aşamada VOKE-ZK ölçeği aracılığıyla aday katılımcıların zihinsel kirlenmeye yönelik eğilimleri belirlenmiş ikinci aşamada aday katılımcılar denk gruplar oluşturulacak biçimde gruplara seçkisiz olarak atanmıştır.

Araştırmanın yürütülebilmesi için ilk olarak Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izin alınmıştır. İlgili izin Ek 11'de sunulmuştur. Çalışmanın ilk aşamasına Hacettepe Üniversitesi'nde Psikoloji ve Hemşirelik bölümlerinde eğitim görmekte olan öğrencilere dersleri sırasında araştırma ile ilgili bilgi sunulmuş ve dersin web sayfasında sunulan bağlantı üzerinden çalışmaya katılma üzere davet edilmiştir. Aday katılımcılara bazı ölçekleri doldurmaları gerektiği, ikinci adımda ise bireysel bir görüşmede bazı senaryolar içinde kendilerini hayal etmelerinin isteneceği iki aşamalı bir tez çalışması yapıldığı bilgisi aktarılmıştır.

Katılmayı uygun bulan katılımcılardan öncelikle Jotform isimli veri toplama sitesi üzerinden Bilgilendirilmiş Onam Formu (Bkz. Ek 1), Demografik Bilgi Formu, VOKE-Zihinsel Kirlenme Ölçeğini ve Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği'ni çevrimiçi olarak doldurmaları istenmiştir. Bu aşamada ölçeği dolduran her katılımcıya sistem otomatik olarak bir katılımcı numarası atanmıştır ve çalışmanın ikinci aşamasına devam eden katılımcılar bu numara ile çalışmaya devam etmiştir. İlk aşamada toplanan veriler uç değerlerden arındırıldıktan sonra katılımcıların VOKE-ZK puanları ortancadan bölünerek düşük ve yüksek olarak gruplanmıştır. İkinci aşamaya devam etmeyi kabul eden katılımcılar gruplar VOKE-ZK puanları açısından denk olacak şekilde seçkisiz bir biçimde 4 senaryo grubuna atanmıştır. Böylece başlangıç aşamasında grupların zihinsel kirlenme puanları açısından denk olması sağlanmıştır. Çalışmada katılımcılar hangi senaryo grubunda olduğunu bilmemektedir, bu nedenle de araştırma tek kör çalışma niteliği taşımaktadır.

Çalışmanın ikinci aşaması çevrimiçi toplantı uygulaması olan Zoom ve çevrimiçi veri toplama uygulaması olan Jotform platformları aracılığıyla uzaktan görüşme ile yürütülmüştür. İlk aşamadan elde edilen iletişim bilgileri ve katılımcı numaraları üzerinden her katılımcı ile çalışmayı hatırlatıcı katılımcı numaralarını, randevu için oluşturulan çevrimiçi formu ve sürecin nasıl ilerleyeceğini içeren bir metin ile iletişime geçilmiştir (Bkz. Ek 9). Çalışmanın ikinci aşamasına devam etmeyi kabul eden katılımcılara uygun gün ve saate randevu verilmiştir. Randevu gününden bir gün önce katılımcılara bir hatırlatma metni gönderilmiştir. Araştırmanın bu aşaması bireysel olarak yürütülmüş olup her bir katılımcı araştırmacı ile görüşmüştür. Bu aşamada veri toplamak amacıyla ölçekler ve senaryo içerikleri fail mağdur olma ve ihanetle suçlanma boyutlarına göre ayrı ayrı düzenlenmiştir. Zoom görüşmesine katılan katılımcılara kendilerine iletilecek olan formda ilk olarak bazı sorularla karşılaşacakları, formda ilerledikçe ses kaydını görecekları, ses kaydını dinledikten sonra ise tekrar bazı sorularla karşılaşacakları belirtilmiş, katılımcı numaraları tekrar iletilmiş ve herhangi bir sorularının bulunması durumunda sorabilecekleri söylenmiştir. Ayrıca katılımcıların buldukları koşula uygun olarak katılımcılara kendilerini senaryoda anlatılan fail ya da mağdurun yerine koymaları ve o durumu yaşadıklarını mümkün olduğunca canlı biçimde hayal etmeleri istenmiş ve ses dosyasını kulaklık aracılığıyla dinlemeleri rica edilmiştir.

Her katılımcıya atandığı senaryo koşulundan bağımsız olarak senaryo öncesinde utanç, suçluluk gibi olumsuz duygularını ve genel kirlilik hislerini değerlendirmek amacıyla Ön Derecelendirme Formu ve Öz-Tiksinme Gözden Geçirilmiş Form (ÖTÖ-GGF-Durumsal) sunulmuştur. Sonrasında katılımcılara atandıkları deney koşuluna uygun senaryonun ses dosyası sunulmuştur. Senaryo sonrası ise ön derecelendirme formunun maddelerini de kapsayan zihinsel kirlenme bildirim formu ve Öz-Tiksinme Gözden Geçirilmiş Form (ÖTÖ-GGF-Durumsal) tekrar sunulmuştur. Ölçekleri doldurduktan sonra katılımcıya araştırmaya katıldığı için teşekkür edilmiş, herhangi bir sorusu olup olmadığı sorulmuş, herhangi bir soru veya sorun olması durumunda ulaşabileceği posta adresinin de bulunduğu Aydınlatılmış Onam Formu (Bkz. Ek 10) sunulmuştur. Bu noktada araştırma sonlanmıştır.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada verileri analiz etmek amacıyla Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi 23.0 (SPSS) programı kullanılmıştır. Bu araştırmada bağımsız değişken rıza dışı öpüşme senaryosunun içeriğidir. Bağımlı değişkenler zihinsel kirlenme puanları, olumsuz içsel duygular, olumsuz dışsal duygular ve öz-tiksinme düzeyleridir. Katılımcılar gruplara VOKE-ZK'dan aldıkları puanlara göre eşleştirilmiş olarak atanmıştır. Sunulan senaryolara göre katılımcıların zihinsel kirlenme ve duygulanımlara ait ön ve son ölçüm puanları arasındaki farklar varyans analizi yöntemiyle çözümlenmiştir. Araştırmanın deseni birinci faktör senaryo grupları (4 düzey) ve İkinci Faktör ilgili değişkene ilişkin ön ve son ölçüm puanları (2 düzey) olmak üzere son faktörde tekrar ölçümlü karma faktöriyel desendir. Çalışmaya uygun olarak verilerin analizi için Karışık Desen Tekrarlı Ölçüm Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) yürütülmüştür. Travmatik yaşantı deneyimi, durumsal öz-tiksinme, olumsuz duygular ve zihinsel kirlenme değişkenleri arasındaki incelemek amacıyla ise Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizleri gerçekleştirilmiştir. Analizler yapılmadan önce verilerin normal dağılım sayılıtısını karşılayıp karşılamadığını kontrol etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testi yapılmıştır. Verilerin eğiklik ve basıklık değerleri kontrol edilerek uç değerler temizlenmiş ve yapılan çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) sonrası hangi grupların birbirinden nasıl farklılaştığını test etmek amacıyla Scheffe testi yapılmıştır.

3. BÖLÜM

BULGULAR

3.1. TEMEL DEĞİŞKENLERİN ÖZELLİKLERİ

3.1.1. Ön Değerlendirmeler

Araştırmanın ilk aşamasında katılımcılara, zihinsel kirlenme puanları açısından koşullara dengeli bir biçimde atamak amacıyla, zihinsel kirlenme belirtilerinin ölçüldüğü VOKE-ZK ölçeği ve travmatik yaşantı deneyimlerine ilişkin verileri elde etmek için TSSTÖ-Belirti ölçeği sunulmuştur. Katılımcıların VOKE-ZK puanlarının ($\bar{X} = 11.54$, $SS = 10.86$) TSSTÖ-Belirti ($\bar{X} = 10.70$, $SS = 10.90$) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki sergilediği gözlemlenmiştir ($r = .44$, $p < .01$). Katılımcılar VOKE-ZK puanlarının ortanca değerine göre düşük ve yüksek zihinsel kirlenme gruplarına ayrılmıştır. Ardından 4 senaryo koşuluna yüksek ve düşük kirlenme koşulları dengelenerek seçkisiz olarak atanmıştır. Senaryo koşulları arasında VOKE-ZK puanları açısından anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p > .05$). Katılımcıların travma sonrası stres belirti düzeylerinin olası karıştırıcı etkisi göz önünde bulundurulmuş bu sebeple başlangıçta farklı koşullarda bulunan katılımcıların travma sonrası stres belirti düzeyi açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Yürütülen tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda 4 koşul arasında travma sonrası stres düzeyi açısından anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür ($p > .05$). Senaryo gruplarının ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2

Senaryo Gruplarının VOKE-ZK ve TSSTÖ-Belirti puanları İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Senaryo 1		Senaryo 2		Senaryo 3		Senaryo 4	
	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS
VOKE-ZK Toplam	13	12.49	10.31	11.84	10.81	9.64	12.14	9.75
TSSTÖ-Belirti	11.43	11.80	11.93	12.15	9.44	9.56	9.89	10.03

Not. VOKE-ZK: Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri- Zihinsel Kirlenme Ölçeği, TSSTÖ-Belirti: Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği- Travma Sonrası Stres Belirtileri Alt Ölçeği

3.1.2. Katılımcıların Travmatik Yaşantılara İlişkin Betimsel Özellikleri

Katılımcıların geçmiş travmatik yaşantı deneyimleri incelendiğinde %45.83'ü (n=55) birden fazla türde travmatik yaşantı deneyimlediğini belirtirken %7.5'i (n=9) hiç travmatik yaşantı deneyimlemediklerini belirtmiştir. Geriye kalan katılımcılar ise tek bir türde travmatik yaşantı deneyimlediklerini belirtmiştir. Katılımcılara kendilerini en çok rahatsız eden travmatik yaşantı türü sorulduğunda %8.9'u (n=10) ciddi bir kaza, yangın ya da patlama olayını, %2.7'si (n=3) hayatı tehdit eden bir hastalığı, %43.8'i (n=49) sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümünü, %8'i (n=9) doğal afeti, %5.4'ü (n=6) aile üyelerinden birisi veya tanınan bir kişi tarafından cinsel olmayan bir saldırıya

maruz kalmayı, %1.8'i tanımadığı birisi tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalmayı, %6.3'ü (n=7) aile üyeleri veya tanınan birisi tarafından cinsel saldırıya maruz kalmayı, %3.6'sı (n=4) tanımadıkları birisi tarafından cinsel saldırıya maruz kalmayı, %0.9'u (n=1) askeri bir çarpışma veya savaş alanında bulunmayı, %3.6'sı (n=4) 18 yaşından küçük olduğu bir dönemde kendisinden 5 yaş veya daha fazla büyük olan birisiyle cinsel teması, %1.8'i (n=2) hapsedilme travmatik deneyimini işaretlemiştir. Katılımcılara bu olayların ne zaman gerçekleştiği sorulduğunda %1.8'i (n=2) 3-6 ay önce, %25'i (n=28) 6 ay-3 yıl önce, %19.6'sı (n=22) 3-5 yıl önce, %52.7'si (n=59) 5 yıldan uzun bir zaman önce gerçekleştiğini belirtmiştir.

3.1.3 Katılımcıların Önceki Yaşantılarına İlişkin Betimsel Analizler

Katılımcılara senaryo sonrasında zihinsel kirlenme bildirim formunda bulunan 'Daha önce senaryoda tanımlandığı gibi bir ortamda buldunuz mu?, Daha önce rızanızın olmadığı bir cinsel deneyiminiz oldu mu?, Arkadaşlarınızdan herhangi biri rızasının olmadığı (örn. zoraki) cinsel bir deneyim yaşad mı? ve Daha önce, birisinin rızasının olmadığı (örn. zoraki) bir cinsel yaşantıya maruz kaldığına örneğin zorla öpülmeye çalışıldığına şahit oldunuz mu?' soruları sorulmuştur. Katılımcılardan %40.2'si (n=45) hiç böyle bir ortamda bulunmadığı, %37.5'i (n=42) nadiren böyle bir ortamda bulunduğu, %16.1'i (n=18) bazen böyle bir ortamda bulunduğu, %6.3'ü (n=7) ise sıklıkla böyle bir ortamda bulduklarını belirtmiştir. Katılımcıların %9.8'i (n=11) senaryodaki bir yaşantı deneyimlediğini ve bu katılımcıların %2.7'si (n=3) bu yaşantının böyle bir ortamda olduğunu belirtmiştir. Katılımcılardan %25.9'u (n=29) bir arkadaşlarının böyle bir yaşantıya maruz kaldığını %9.8'i (n=11) bunun böyle bir ortamda gerçekleştiğini belirtmiştir. Son olarak katılımcıların %17'si (n=19) böyle bir şeye tanıklık ettiklerini ve %8.9'u (n=10) bunun böyle bir ortamda olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların böyle bir yaşantı deneyimlemesinin, tanıdıklarının başına gelmesinin veya böyle bir olaya tanıklık etmesinin karıştırıcı bir etkisinin olabileceği düşünülmüş ve koşullara göre bu cevaplar karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre gruplar arasında böyle bir yaşantı deneyimleme ($\chi^2 = 6.87, p = .76$) arkadaşlarının başına gelme ($\chi^2 = 0.99, p = .80$) ve böyle bir yaşantıya tanıklık etme ($\chi^2 = 0.61, p =$

.89) açısından bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Bu sebeple karıştırıcı bir etkisinin olmadığı varsayılmıştır.

3.1.4. Kirlilik Hissinin Vücuttaki Yeri

Senaryo sonrasında zihinsel kirlenme bildirim formu aracılığıyla katılımcıların kirlilik hislerini vücutlarının neresinde yaşadıklarını belirtmeleri istenmiştir. Katılımcıların %0.9'u (n=1) kollarında, %1.8'i (n=2) yüzlerinde, %3.6'sı (n = 4) ellerinde, %2.7 si (n =3) dillerinde, %3.6'sı (n = 4) midelerinde, %22.3'ü (n=25) ağızlarında, %16.1'i (n=18) yaygın, %33.1'i (n = 37) içsel kirlilik yaşadıklarını belirtmiştir. Katılımcıların %10.7'si ise yaşadıkları kirlilik hissini belirtmenin zor olduğunu bildirmiştir.

3.2. TEMEL DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN KORELASYON DEĞERLERİ

3.2.1. Manipülasyon Öncesi Korelasyon Değerleri

Ön ölçüm puanları arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılarak hesaplanmış ve Tablo 3'te aktarılmıştır. Buna göre durumsal öz tiksime puanlarının ön derecelendirme formu içsel olumsuz duygular ($r=.56$, $p<.01$), ön derecelendirme formu dışsal olumsuz duygular ($r= .52$, $p<.01$) ve ön derecelendirme formu kirlilik hisleri ($r= .46$, $p< .01$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip olduğu görülmüştür. Ön derecelendirme formu içsel olumsuz duyguların, ön derecelendirme formu dışsal olumsuz duygular ($r= .56$, $p< .01$) ve ön derecelendirme formu kirlilik hisleri ($r=.45$, $p< .01$) ile pozitif düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği ve son olarak ön derecelendirme formu dışsal olumsuz duyguların, ön derecelendirme formu kirlilik hisleri ($r= .38$, $p<.01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3*Manipülasyon Öncesi Değişkenlerin Korelasyon Değerleri*

	ÖDF-İçsel	ÖDF-Dışsal	ÖDF-Kirlilik
ÖTGGF-Durumsal	.56**	.52**	.46**
ÖDF-İçsel	-	.56**	.45**
ÖDF-Dışsal	-	-	.38**

** $p < 0.01$; **ÖTÖGGF- Durumsal:** Öz Tiksini Ölçeği Gözden Geçirilmiş Form Durumsal ilk ölçüm, **ÖDF-İçsel:** Ön Derecelendirme Formu İçsel Olumsuz Duygular, **ÖDF-Dışsal:** Ön Derecelendirme Formu Dışsal Olumsuz Duygular, **ÖDF-Kirlilik:** Ön Derecelendirme Formu-Kirlilik Hissi

3.2.2. Manipülasyon Sonrası Korelasyon Değerleri

Son ölçüm puanları arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılarak hesaplanmış ve Tablo 4'te aktarılmıştır. Kirlilik derecesi ve diğer değişkenlerin ilişkisi incelendiğinde katılımcıların manipülasyon sonrasındaki kirlilik hislerinin; durumsal öz tiksini ($r=.33$, $p<.01$), zihinsel kirlenme bildirim formu içsel olumsuz duygular ($r=.37$, $p<.01$), zihinsel kirlenme bildirim formu dışsal olumsuz duygular ($r=.24$, $p<.05$) ve zihinsel kirlenme bildirim formu yıkama dürtüsü ($r=.40$, $p<.01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Durumsal öz tiksini diğer değişkenler ile ilişkisi incelendiğinde zihinsel kirlenme bildirim formu içsel olumsuz duygular ($r=.62$, $p<.01$), zihinsel kirlenme bildirim formu dışsal olumsuz duygular ($r=.27$, $p<.01$) ve zihinsel kirlenme bildirim formu yıkama dürtüsü ($r=.31$, $p<.01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Zihinsel

kirlenme bildirim formu içsel olumsuz duyguların, zihinsel kirlenme bildirim formu dışsal olumsuz duygular ($r = .60, p < .01$) ve zihinsel kirlenme bildirim formu yıkama dürtüsü ($r = .50, p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Son olarak zihinsel kirlenme bildirim formu dışsal olumsuz duyguların ise, zihinsel kirlenme bildirim formu yıkama dürtüsü ($r = .45, p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Tablo 4

Manipülasyon Sonrası Değişkenlerin Korelasyon Değerleri

	ÖTGGF-Durumsal	ZKBF-İçsel	ZKBF-Dışsal	ZKBF-Yıkama
ZKBF-Kirlilik	.33**	.37**	.24*	.40**
ÖTGGF-Durumsal		.62**	.27**	.31**
ZKBF-İçsel			.60**	.50**
ZKBF-Dışsal				.45**

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; **ZKBF-Kirlilik**: Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu-Kirlilik Hissi, **ÖTÖGGF-Durumsal**: Öz Tiksini Ölçeği Gözden Geçirilmiş Form Durumsal Form son ölçüm, **ZKBF-İçsel**: Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu- İçsel Olumsuz Duygular, **ZKBF-Dışsal**: Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu- Dışsal Olumsuz Duygular, **ZKBF-Yıkama**: Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu- Yıkama Dürtüsü.

3.3. TRAVMA SONRASI STRES BELİRTİ DÜZEYİNİN MANİPÜLASYON ÖNCESİ VE SONRASI ZİHİNSEL KİRLENME DÜZEYİ, OLUMSUZ DUYGULAR, YIKAMA DÜRTÜSÜ VE ÖZ TİKSİNME İLE İLİŞKİSİ

Katılımcıların travma sonrası stres belirtilerinin ön ölçüm değişkenleri ile olan ilişkisi incelendiğinde durumsal öz tiksınme ile ($r = .41, p < .01$), ön derecelendirme formu içsel olumsuz duygular ($r = .33, p < .01$), ön derecelendirme formu dışsal olumsuz duygular ($r = .31, p = .01$) ve ön derecelendirme formu kirlilik hisleri ($r = .33, p < .01$) ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Travma sonrası stres belirti düzeyi, manipülasyon sonrasında katılımcıların yıkama dürtüsü ile ($r = .21, p < .05$) pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki göstermiştir. Bununla birlikte travma sonrası stres belirtileri ile manipülasyon sonrasındaki zihinsel kirlenme düzeyi, içsel ve dışsal olumsuz duygular ve durumsal öz tiksınme düzeyi arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Dolayısıyla travma sonrası stres belirtileri ile manipülasyon öncesinde alınan zihinsel kirlenme düzeyi ve içsel ve dışsal olumsuz duygular ile pozitif yönde anlamlı ilişki gösterirken manipülasyon sonrasında bu ilişki gözlemlenememiştir.

Araştırmanın 3. hipotezi katılımcıların travma sonrası stres belirti düzeyi ile manipülasyon sonrasındaki (Zaman 2) zihinsel kirlenme düzeyi, içsel ve dışsal olumsuz duygular, yıkama dürtüsü ve durumsal öz tiksınme düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olacağıdır. Bu sebeple Hipotez 3 manipülasyon sonrasında sadece yıkama dürtüsü için desteklenip diğer değişkenler için desteklenmemiştir.

3.4. ÖLÇÜM ZAMANI VE SENARYO KOŞULUNUN ZİHİNSEL KİRLENME, İÇSEL OLUMSUZ DUYGULAR, DIŞSAL OLUMSUZ DUYGULAR VE ÖZ TİKSİNME ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Çalışmanın amaçlarından birisi zihinsel kirlenme, olumsuz içsel ve dışsal duyguların ve öz tiksindenin ihanet içeriği, fail etkisi ve ölçüm zamanına göre nasıl farklılaştığını incelemektir. Bu sebeple 4 Koşul (Senaryolar) x 2 zaman (Ön ölçüm ve Son ölçüm) olmak üzere son faktörde tekrar ölçümlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yürütülmüştür. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki temel etkilerinin anlamlılık değerlerine, ortalama ve standart sapma değerlerine ilişkin veriler Tablo 9 ve Tablo 10'da sunulmuştur.

Belirtilen bağımsız değişkenler kombinasyonu üzerinde zamanın temel etkisi (*Wilks' A* = .15, $F(4,108) = 158.552$, $p < .001$, *kısmi* $\eta^2 = .85$), koşulun temel etkisi (*Wilks' A* = .38, $F(12,278) = 10.12$, $p < .001$, *kısmi* $\eta^2 = .27$) ve zaman ve koşul değişkenlerinin ortak etkisi istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir (*Wilks' A* = .42, $F(12,278) = 9.12$, $p < .001$, *kısmi* $\eta^2 = .25$). Bu etki anlamlı olduğu için karşılaştırmalar Bonferroni düzeltmesi yapılarak incelenmiştir.

Tablo 5

Ölçüm Zamanının Bağımlı Değişkenler Üzerindeki Temel Etkisi

Bağımlı Değişken	Zaman 1 (Manipülasyon Öncesi)	Zaman 2 (Manipülasyon Sonrası)	Anlamlılık Testi
	Ortalama (SS)	Ortalama (SS)	
Zihinsel Kirlenme	8.62(16.56)	62.22(25.59)	$F(1,111) = 527.63^{**}$

İçsel Olumsuz Duygular	44.42(65.48)	371.83(194.88)	F(1,111)= 412.76**
Dışsal Olumsuz Duygular	63.64(55.12)	186.38(77)	F(1,111)= 290.95**
Öz Tiksinme	40.61(11.35)	63.29(19.53)	F(1,111)= 204.12**

** $p < 0.001$.

Tablo 6

Koşulun Bağımlı Değişkenler Üzerindeki Temel Etkisi

Bağımlı Değişken	Koşul 1	Koşul 2	Koşul 3	Koşul 4	Anlamlılık Testi
	Ortalama (SS)	Ortalama (SS)	Ortalama (SS)	Ortalama (SS)	
Zihinsel Kirlenme	79.46 (17.91)	60.7 (24.02)	82.59 (10.22)	54.93 (33.1)	F(3,108)=5.07*
İçsel Olumsuz Duygular	460.57 (133.35)	432.03 (225.13)	377.81 (109.68)	214.96 (191.28)	F(3,108)=9.26**
Dışsal Olumsuz Duygular	181.60 (59.65)	180.96 (86.34)	216.48 (73.40)	167.75 (81.04)	-
Öz Tiksinme	80.10 (9.26)	68.96 (15.31)	55.41 (17.66)	48.21 (17.67)	F(3,108)=14.83**

** $p < 0.001$ düzeyinde anlamlıdır. * $p < 0.05$ düzeyinde anlamlıdır.

3.4.1 Deneysel Manipülasyonun Zihinsel Kirlenme İçsel Olumsuz Duygular, Dışsal Olumsuz Duygular ve Öz Tiksini Üzerindeki Etkisi

Deney manipülasyonunun (ölçüm zamanının) zihinsel kirlenme üzerindeki temel etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(1,108) = 527.63$, $p < .001$, $kısmi \eta^2 = .83$). Katılımcıların senaryo öncesinde belirttikleri zihinsel kirlenme düzeylerinin ($\bar{X} = 8.62$, $SS = 16.56$), senaryo sonrasında belirttikleri zihinsel kirlenme düzeyinden ($\bar{X} = 69.22$, $SS = 25.59$) anlamlı olarak daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Deney manipülasyonunun içsel olumsuz duygular üzerindeki temel etkisi incelendiğinde bu etkinin de istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(1,108) = 412.76$, $p < .001$, $kısmi \eta^2 = .80$). Katılımcıların senaryo öncesinde belirttikleri içsel olumsuz duygu düzeylerinin ($\bar{X} = 44.42$, $SS = 65.48$), senaryo sonrasında belirttikleri içsel olumsuz duygu düzeyinden ($\bar{X} = 371.83$, $SS = 194.88$) anlamlı olarak daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.

Deney manipülasyonunun dışsal olumsuz duygular üzerindeki temel etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(1,108) = 290.95$, $p < .001$, $kısmi \eta^2 = .73$). Katılımcıların senaryo öncesinde belirttikleri dışsal olumsuz duygu düzeylerinin ($\bar{X} = 63.64$, $SS = 55.12$), senaryo sonrasında belirttikleri dışsal olumsuz duygu düzeyinden ($\bar{X} = 186.38$, $SS = 77$) anlamlı olarak daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Son olarak deney manipülasyonunun durumsal öz tiksini üzerindeki temel etkisi de istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(1,108) = 143.65$, $p < .001$, $kısmi \eta^2 = .56$). Katılımcıların senaryo öncesinde belirttikleri öz tiksini düzeylerinin ($\bar{X} = 40.61$, $SS = 11.35$), senaryo sonrasında belirttikleri öz tiksini düzeyinden ($\bar{X} = 63.29$, $SS = 19.53$) anlamlı olarak daha düşük olduğu görülmüştür. Bu sebeple tüm katılımcıların senaryo sonrasındaki zihinsel kirlenme, içsel olumsuz duygular, dışsal olumsuz duygular ve durumsal öz tiksini düzeylerinin senaryo öncesindeki durumsal öz tiksini düzeylerinden yüksek olacağını beklendiği Hipotez 4 desteklenmiştir.

3.4.2 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Zihinsel Kirlenme Üzerindeki Etkisi

Senaryo içerisinde tanımlanan koşulun zihinsel kirlenme üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(3,108) = 5.07, p < .05, kısımlı \eta^2 = .12$).

Zaman ve koşul değişkenlerinin katılımcıların zihinsel kirlenme düzeyi üzerindeki ortak etkisinin de anlamlı olduğu görülmüştür ($F(3,108) = 8.30, p < .001, kısımlı \eta^2 = .19$). Senaryo öncesinde farklı koşullarda bulunan katılımcıların zihinsel kirlenme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmazken senaryo sonrasında koşul 1’de (İhanetle suçlanıyor/Fail) bulunan katılımcıların zihinsel kirlenme düzeylerinin ($\bar{X} = 79.46, SS = 17.91$), koşul 2 (İhanetle suçlanmıyor/Fail) ($\bar{X} = 60.68, SS = 24.02$) ve koşul 4’de (İhanetle suçlanmıyor/Mağdur) bulunan ($\bar{X} = 54.92, SS = 33.1$) katılımcıların zihinsel kirlenme düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Aynı şekilde koşul 3’de (İhanetle suçlanıyor/Mağdur) bulunan katılımcıların zihinsel kirlenme düzeylerinin ($\bar{X} = 82.59, SS = 10.22$) bulunan katılımcıların zihinsel kirlenme düzeylerinin koşul 2 ($\bar{X} = 60.68, SS = 24.02$) ve koşul 4’de bulunan ($\bar{X} = 54.92, SS = 33.1$) katılımcıların zihinsel kirlenme düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Koşul 1 ve koşul 3 arasında, koşul 2 ve koşul 4 arasında zihinsel kirlenme düzeyi açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Zihinsel kirlenme için senaryo gruplarına göre ön/son ölçüm ortalama ve standart sapmaları değerleri Tablo 7’de ve ilgili pilot grafik ise Şekil 1’de sunulmuştur.

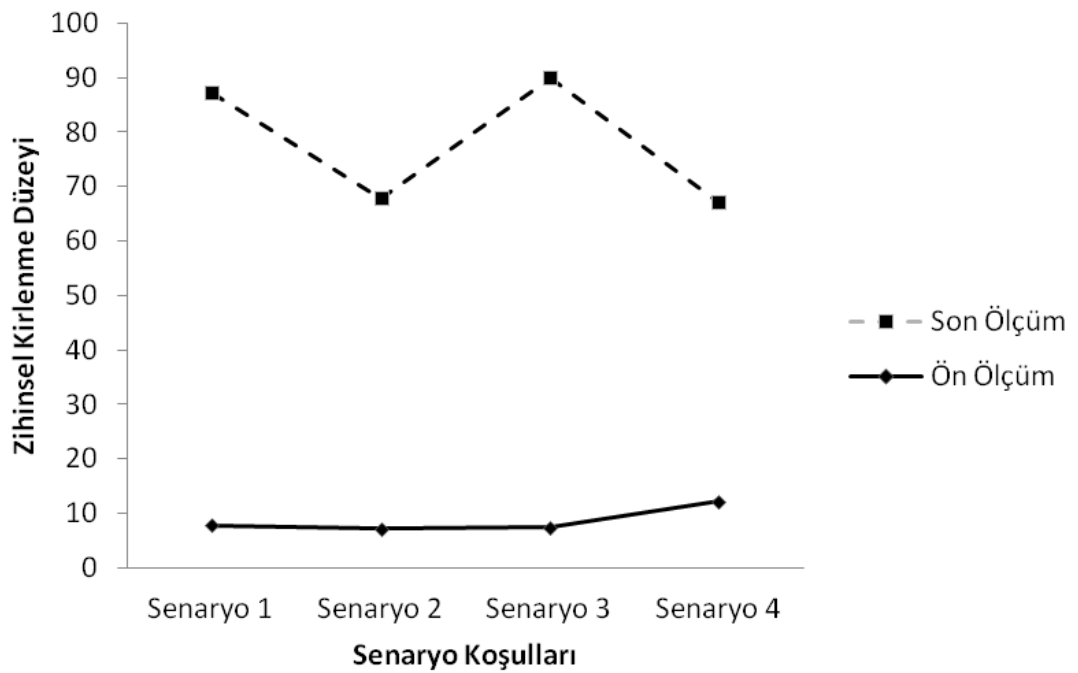
Tablo 7

Zihinsel Kirlenme için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları

	Senaryo 1		Senaryo 2		Senaryo 3		Senaryo 4	
	İhanetle suçlanıyor/Fail		İhanetle suçlanmıyor/Fail		İhanetle suçlanıyor/Mağdur		İhanetle suçlanmıyor/Mağdur	
Zaman	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS
Ön Ölçüm	7.82	19.44	7.17	15.14	7.37	9.07	12.14	20.38
Son Ölçüm	79.46	17.91	60.69	24.02	82.59	10.22	54.93	33.1

Şekil 1

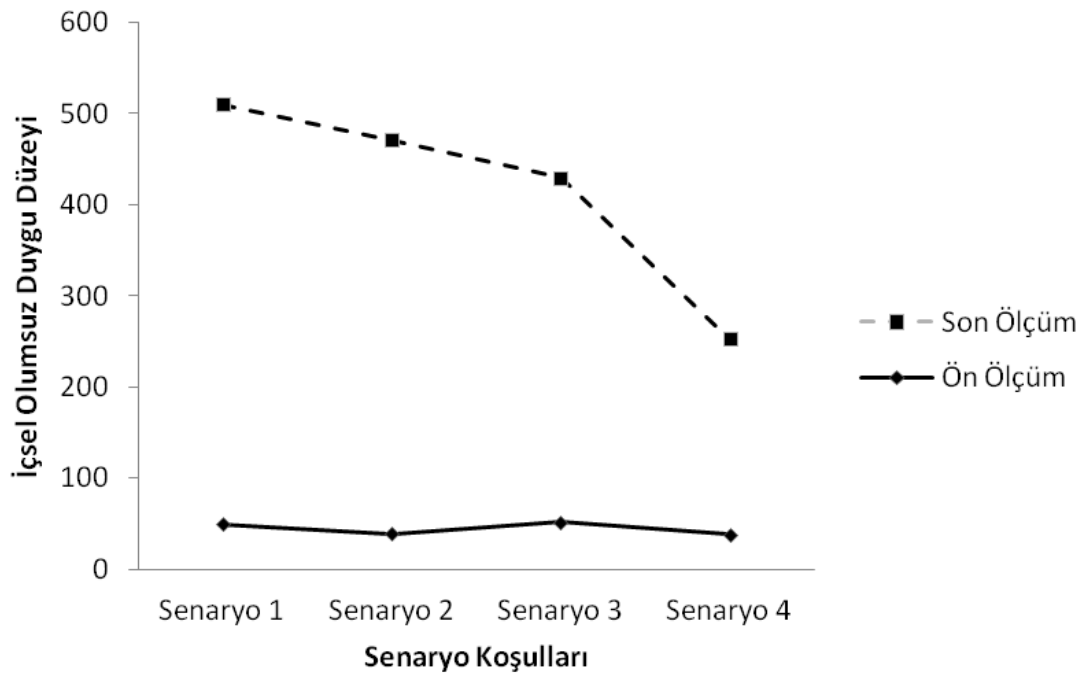
Zihinsel Kirlenmeye İlişkin Pilot Grafik



Ön Ölçüm	49.32	63.89	38.86	57.33	52	58.74	37.96	81.56
Son Ölçüm	460.57	133.35	432.03	225.13	377.81	109.68	215	191.28

Şekil 2

İçsel Olumsuz Duygulara İlişkin Pilot Grafik



3.4.4 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Dışsal Olumsuz Duygular Üzerindeki Etkisi

Koşulun temel etkisi ve koşul ölçüm zamanı ortak etkisinin dışsal olumsuz duygular üzerindeki etkisi ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bulunmamıştır. Dolayısıyla koşullara göre dışsal olumsuz duygu düzeyinde anlamlı bir fark yoktur. Bu sebeple ihanetin bulunduğu koşullarda bulunmanın daha yüksek olumsuz dışsal duygu düzeyine sebep olacağını öne süren Hipotez 10 desteklenmemiştir. Katılımcıların mağdur ve fail olduğu koşullar arasında olumsuz dışsal duygu düzeyi açısından anlamlı bir farklılık bulunmayacağını öne süren Hipotez 14 ise desteklenmiştir. Dışsal olumsuz duygular için senaryo gruplarına göre ön/son ölçüm ortalama ve standart sapmaları değerleri Tablo 9’da ve ilgili pilot grafik ise Şekil 3’te sunulmuştur.

Tablo 9

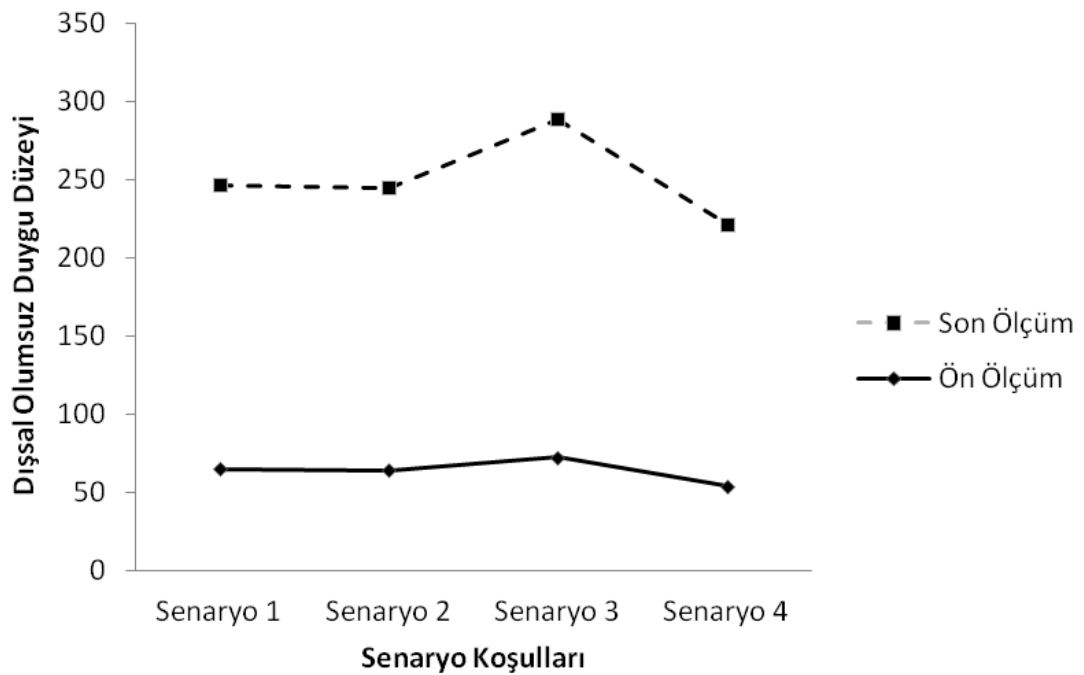
Dışsal Olumsuz Duygular için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları

	Senaryo 1		Senaryo 2		Senaryo 3		Senaryo 4	
	İhanetle suçlanıyor/Fail		İhanetle suçlanmıyor/Fail		İhanetle suçlanıyor/Mağdur		İhanetle suçlanmıyor/Mağdur	
Zaman	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS
Ön Ölçüm	64.89	56	63.89	59.16	72.18	63	53.89	41.72

Son Ölçüm	181.61	59.7	180.96	83.35	216.48	73.40	167.75	81.04
-----------	--------	------	--------	-------	--------	-------	--------	-------

Şekil 3

Dışsal Olumsuz Duygulara İlişkin Pilot Grafik



3.4.5 Ölçüm Zamanı ve Koşulun Öz Tiksini Üzerindeki Etkisi

İhanet içeriğinin ve fail etkisinin durumsal öz tiksini üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(3,108) = 14.83, p < .001, \text{kısmi } \eta^2 = .29$).

Zaman ve koşulun durumsal öz tiksini üzerindeki ortak etkisi de anlamlıdır ($F(3,108) = 17.28, p < .01, \text{kısmi } \eta^2 = .32$). Senaryo öncesinde koşullar arasında durumsal öz tiksini düzeyi açısından anlamlı bir farklılaşma bulunmazken senaryo sonrasında

koşul 1’de (İhanetle suçlanıyor/Fail) bulunan (\bar{X} =80.11 , SS =9.26) katılımcıların durumsal öz tiksiniye düzeylerinin, koşul 2’de (İhanetle suçlanmıyor/Fail) bulunan (\bar{X} =68.96 , SS =15.31) koşul 3’de (İhanetle suçlanıyor/Mağdur) bulunan (\bar{X} =55.41 , SS =17.66) ve koşul 4’de (İhanetle suçlanmıyor/Mağdur) bulunan (\bar{X} =48.21, SS =17.67) katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Sırasıyla $p < .05$, $p < .01$, $p < .01$). Koşul 2’de (İhanetle suçlanmıyor/Fail) bulunan (\bar{X} =68.96, SS =15.31) bulunan katılımcıların durumsal öz tiksiniye düzeylerinin de koşul 3 (\bar{X} =55.41, SS =17.66) ve koşul 4’de (\bar{X} =48.21, SS =17.67) bulunan katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ($p < .05$, $p < .01$). Koşul 3 ve koşul 4’de bulunan katılımcıların durumsal öz tiksiniye puanları arasında ise anlamlı bir farklılaşma gözlemlenmemiştir. ($p > .05$) Durumsal öz tiksiniye puanları için senaryo gruplarına göre ön/son ölçüm ortalama ve standart sapmaları değerleri Tablo 10’da ve ilgili pilot grafik ise Şekil 4’te sunulmuştur.

Tablo 10

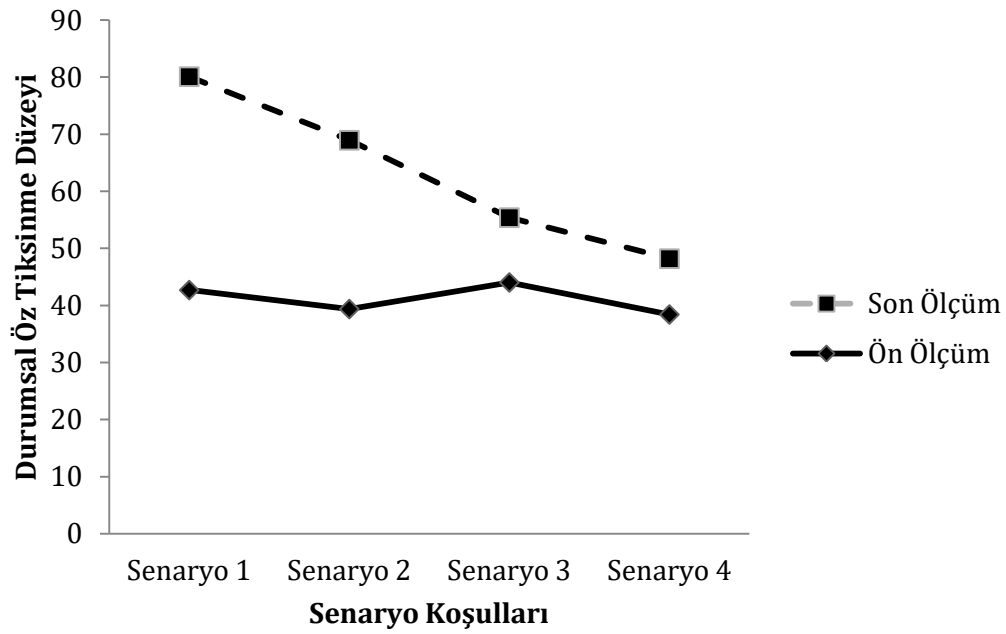
Durumsal Öz Tiksiniye için Senaryo Gruplarına Göre Ön/Son Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları

	Senaryo 1		Senaryo 2		Senaryo 3		Senaryo 4	
	İhanetle suçlanıyor/Fail		İhanetle suçlanmıyor/Fail		İhanetle suçlanıyor/Mağdur		İhanetle suçlanmıyor/Mağdur	
Zaman	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS
Ön Ölçüm	42.71	14.06	39.38	9.4	42.04	10.81	38.43	10.73

Son	80.10	9.26	68.96	15.31	55.40	17.66	48.21	17.67
Ölçüm								

Şekil 4

Durumsal Öz Tiksinnmeye İlişkin Pilot Grafik



3.5. SENARYO SONRASI KOŞULLARIN ZİHİNSEL KİRLENME İLE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

3.5.1. Sorumluluk ve Suçluluk Duygularına Yönelik Karşılaştırmalar

Katılımcıların araştırma koşullarına göre düzenlenmiş rıza dışı öpüşme senaryolarını dinledikten sonra zihinsel kirlenme bildirim formu aracılığıyla senaryoda yaptıkları şeyin ne derece yanlış olduğunu ve bu durum üzerinde ne derece sorumluluk sahibi olduklarını ve bu durumu engelleyip engelleyemeyeceklerine yönelik maddeleri 0-100 puan aralığında derecelendirmeleri istenmiştir. Bu üç maddenin puanları toplanarak katılımcıların sorumluluk ve suçluluk hislerine yönelik karşılaştırmaları incelemek için Bağımsız Gruplar İçin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yürütülmüştür. Yapılan karşılaştırmalarda koşulun sorumluluk ve suçluluk duyguları üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(3,108)= 76.37, p<.01$). Senaryo gruplarının (koşulların) birbirinden nasıl farklılaştığı incelendiğinde koşul 1 ($\bar{X}=279.54, SS=31.86$) ve koşul 2 de ($\bar{X}=279.76, SS=32.87$) bulunan katılımcıların koşul 3 ($\bar{X}=157.70, SS=67.9$) ve koşul 4'te ($\bar{X}=137, SS=45.9$) bulunan katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla sorumluluk ve suçluluk duyguları bildirdiği görülmektedir. Koşul 1-2 ve koşul 3-4 arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Dolayısıyla ihanet içeriğinden bağımsız olarak senaryoda fail rolünde olan katılımcıların mağdur rolünde olan katılımcılardan daha yüksek sorumluluk ve suçluluk duyguları bildirdiği söylenebilir.

3.5.2. Ahlaki Değerlendirmelere Yönelik Karşılaştırmalar

Manipülasyon sonrasında katılımcıların senaryo öncesi ve senaryo sonrası ahlaklılık düzeylerini değerlendirmek amacıyla zihinsel kirlenme bildirim formunda bulunan sorular düzenlenmiştir. Senaryoda fail rolünde bulunan katılımcılardan öpüşme öncesinde ve sonrasında kendilerini ne kadar ahlaklı birisi olarak değerlendirdiklerini 0-100 arasında puanlamaları mağdur konumunda bulunan katılımcılara ise senaryoda rıza dışı öpüşme eylemini gerçekleştiren adamı öpüşme öncesi ve sonrasında ne kadar ahlaklı olarak değerlendirdiklerini 0-100 puan arasında değerlendirmeleri istenmiştir. Katılımcıların değerlendirmelerini karşılaştırmak amacıyla tek yönlü varyans analizi

(ANOVA) yürütülmüştür. Yürütülen analiz sonuçlarına göre koşul değişkeninin ahlaki değerlendirme üzerindeki temel etkisi anlamsızdır. Yani koşullar arasında kendilerine ve senaryoda anlatılan adama yönelik ahlaki değerlendirmelerde bir farklılık bulunmamaktadır. Katılımcıların öpüşme öncesindeki ahlaki değerlendirmelerinin öpüşme sonrasındaki değerlendirmelerinden farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde ise öpüşme öncesinde ($\bar{X}=82.73$, $SS=11.72$) bildirdikleri ahlaklılık puanlarının öpüşme sonrasından ($\bar{X}=25$, $SS=16.30$) anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür ($t(111)=30.16$, $p<.01$).

3.5.3. Değişimleme Kontrol Sorularına Yönelik Karşılaştırmalar

Çalışmada senaryoların canlandırabilirliğini, açıklığını ve gerçekçiliğini değerlendirmek amacıyla katılımcılara 0-100 arası puanlama gerektiren ‘Hayal ettiğiniz senaryo ne kadar gerçekçiydi?’, ‘Hayal ettiğiniz senaryo ne kadar açıktı/canlıydı?’ ve ‘Hayal ettiğiniz senaryo ne kadar gerçekçiydi?’ soruları sorulmuştur. Zaman değişkenine ilişkin bulgular senaryonun etkililiğini desteklemiştir. Senaryoyu dinleyen 4 grup arasında etkililik açısından farklılaşma olup olmadığını incelemek amacıyla çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yürütülmüştür. Yürütülen analiz sonucunda koşul değişkeninin temel etkisinin anlamsız olduğu görülmüştür. Dolayısıyla farklı koşullarda bulunan katılımcıların belirtilen açılardan senaryoyu değerlendirmeleri sonucunda anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

3.5.4. Yıkama Dürtüsü ve Öpüşmenin İstenirliğine Yönelik Karşılaştırmalar

Katılımcıların yıkama dürtüsünü belirlemek amacıyla senaryo sonrasında zihinsel kirlenme bildirim formunda bulunan vücudun çeşitli yerlerini yıkamaya yönelik (ağız çalkalamak, el yıkamak vb.) maddelere verdikleri 0-100 arasındaki puanlar toplanarak yıkama dürtüsü puanı oluşturulmuştur. Koşullar arasında yıkama dürtüsünü karşılaştırmak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yürütülmüş ve anlamlı bir

farklılaşma görülmemiştir. Öpüşmenin istenirliğini karşılaştırmak için ise zihinsel kirlenme bildirim formunda bulunan ‘bu öpüşmenin gerçekleşmesini ne derece isterdiniz?’ sorusuna verilen 0-100 arası puanlar değerlendirilmiş koşullar arasında öpüşmenin istenirliğine yönelik bir farklılaşma olup olmadığını değerlendirmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yürütülmüştür. Bu analiz sonucunda da koşullar arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Çalışmada zihinsel kirlenmenin, olumsuz içsel duygular, olumsuz dışsal duygular, öz tiksini, yıkama dürtüsü ve travma sonrası stres belirti düzeyi ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca ihanetin ve fail etkisinin zihinsel kirlenme, öz tiksini, olumsuz içsel ve olumsuz dışsal duygular üzerindeki etkisini incelemek amacıyla zihinsel kirlenmeyi tetiklemek amacıyla ihanet içeriğine ve fail etkisine göre düzenlenen 4 farklı senaryo grubu oluşturulup gruplar karşılaştırılmıştır. Bu bölümde alanyazın ışığında çalışmanın hipotezleri temel alınarak elde edilen bulgular tartışılmış, çalışmanın kısıtlılıkları ve katkılarından bahsedilmiş son olarak ise gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

4.1. ZİHİNSEL KİRLENME VE TEMEL DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERE YÖNELİK BULGULARIN TARTIŞILMASI

Zihinsel kirlenme hissinin yıkama dürtüsü, içsel ve dışsal olumsuz duygular (Radomsky ve Elliot, 2009), öz tiksini (Badour ve ark., 2014) ve travmatik yaşantılar ile (Fairbrother ve Rachman, 2004) ilişkili olduğu bilinmektedir. Bununla birlikte tüm bu değişkenlerin bir arada incelendiği çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır. Bu sebeple mevcut çalışmada zihinsel kirlenme ile ilişkili manipülasyon öncesinde zihinsel kirlenme ile ilişkili ve zihinsel kirlenmenin bir uzantısı olabilecek, içsel olumsuz ve dışsal olumsuz duygular, durumsal öz tiksini ve travma sonrası stres belirti düzeyi değişkenlerinin ilişkisi incelenmiştir. Manipülasyon sonrasında belirtilen değişkenlere ek olarak yıkama dürtüsü de ilişkisi incelenen değişkenler arasına dahil edilmiştir. Bu doğrultuda çalışmanın ilk hipotezinde manipülasyon öncesinde bildirilen zihinsel kirlenme içsel olumsuz ve dışsal olumsuz duygular, durumsal öz tiksini ve travma sonrası stres belirti düzeyi değişkenlerinin pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olması, ikinci hipotezinde manipülasyon sonrasında bildirilen zihinsel kirlenme içsel olumsuz

ve dışsal olumsuz duygular, durumsal öz tikslenme ve yıkama dürtüsü değişkenlerinin anlamlı düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki göstereceği öngörülmüştür.

Hipotez 1 ve Hipotez 2 için elde edilen bulgular belirtilen tüm değişkenlerin birbirleriyle anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki sergilediğini göstermiştir. Dolayısıyla manipülasyon öncesinde zihinsel kirlenme, içsel olumsuz ve dışsal olumsuz duygular, durumsal öz tikslenme hissi ve travma sonrası stres belirti düzeyinin birlikte değişim gösterdiği gözlemlenmiştir. Manipülasyon sonrasında da aynı biçimde zihinsel kirlenme, içsel olumsuz ve dışsal olumsuz duygular, yıkama dürtüsü ve durumsal öz tikslenme değişkenlerinin birlikte değişim gösterdiği gözlemlenmiştir.

Kirlilik tehlikeli olarak algılanan bir nesne, yer veya kişi ile doğrudan veya dolaylı temas sonucu yoğun, nahoş ve ısrarcı bir biçimde kirlenme, enfekte olma/ bulaşma veya tehlikede olma hissidir. Kirlilik hislerine genellikle korku, tikslenme, utanç gibi olumsuz duygular eşlik etmektedir (Rachman ve ark., 2015). Mevcut çalışmada içsel olumsuz duygular utanma, suçluluk, aşağılanma, korku, üzüntü, acı ve bayağılık hisleri dışsal olumsuz duygular ise sıkıntı, kaygı ve kızgınlık hisleri olarak belirlenmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgular alanyazında zihinsel kirlenme ve olumsuz duyguların ilişkisine yönelik çalışmaların bulgularıyla tutarlıdır. Fairbrother ve arkadaşlarının (2005) yürüttüğü rıza dışı öpüşme senaryosuyla yürütülen çalışmada katılımcılar üzüntü, kızgınlık, utanma, adilik gibi olumsuz duygular bildirmiştir. Yürütülen bir başka çalışmada ise katılımcı fail konumundadır ve rıza dışı öpüşme senaryosundan sonra katılımcılarda özellikle tikslenme, suçluluk ve utanç hislerinde artış gözlemlenmiştir (Rachman ve ark., 2012). Zhong ve Liljenquist (2006) ise ahlaki olmayan bir eylemi hatırladıktan sonra el yıkamanın olumsuz duyguları (örneğin iğrenme, pişmanlık, utanç) azalttığını sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca olumsuz duyguların kirliliği temizleme girişimini tetiklediği bilinmektedir (Rachman ve ark., 2015). Bu çalışmaların sonuçları olumsuz içsel ve dışsal duygular, yıkama dürtüsü ve zihinsel kirlenme arasındaki pozitif ilişkiler açısından mevcut çalışma ile tutarlıdır. Ayrıca olumsuz duygulara yönelik toleransın zihinsel kirlenme ve travma sonrası stres belirtileri arasında düzenleyici bir rol üstlendiği bilinmektedir (Fergus ve Bardeen, 2015). Zihinsel kirlenmenin travmatik olayla ilişkili kaygı, iğrenme, öfke, utanç ve

üzüntü gibi duygularla pozitif ilişki gösterdiği bilinmektedir (Badour ve ark., 2013; Coughtrey ve ark., 2013; Fairbrother ve ark., 2005). Bu nedenle travma sonrası stres belirtiler, olumsuz içsel ve olumsuz dışsal duygular ve zihinsel kirlenme değişkenleri arasında gözlemlenen anlamlı ilişkiler de alan yazın ile tutarlıdır.

Travmatik yaşantı deneyimi olan bireylerin eş zamanlı olarak obsesif kompulsif belirtiler sergilediği bildirilmektedir (Boudreaux ve ark., 1998). Kadınların erkeklere göre, özellikle yakınları tarafından cinsel istismara uğrama olasılığının daha yüksek olduğu ve mağdur ile fail arasındaki yakın ilişkide ihanetin, travma sonrası stres bozukluğu belirtilerinin artmasına neden olabileceği bulunmuştur (Goldberg ve Freyd, 2006). Mevcut çalışmada manipülasyon öncesinde bildirilen zihinsel kirlenme düzeyi ile travma sonrası stres belirti düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki gözlemlenmiştir. Bu bulgular travmatik yaşantılar ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişkiyi deneysel olarak inceleyen ilk çalışmada katılımcıların cinsel saldırı hakkında konuşmasının ve hatırlamasının kirlilik hislerinde artışa yol açtığı sonucuna ulaşan çalışmayla tutarlıdır (Fairbrother ve Rachman, 2004). Ayrıca travmatik yaşantılar ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişkiyi destekleyen farklı çalışmalar da bulunmaktadır (Baodur ve ark., 2013; Brake ve ark., 2018). Mevcut çalışmada gözlemlenen öz-tiksinme, zihinsel kirlenme ve travma sonrası stres belirtileri arasındaki pozitif ilişki Badour ve arkadaşlarının (2012) yürüttüğü çalışma ile tutarlıdır. Çalışmada öz tiksinme ile kirlenmeye dayalı obsesif kompulsif belirtilerin ilişkili olduğu ve travma sonrası stres belirtileri ile diğerleri odaklı tiksinme duygularıyla ilişkili olduğu, peritratmatik öz tiksinme yoğunluğunun da kirlenmeye dayalı obsesif kompulsif belirtiler ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca cinsel ve cinsel olmayan saldırılara ilişkin travmatik yaşantısı olan kadınlarla yürütülen bir başka çalışmada da cinsel saldırı ve travma sonrası stres düzeyinin, tiksinme tepkileri, kirlilik hisleri ve yıkama dürtüsünü öngördüğü sonucuna ulaşılmıştır (Badour ve ark., 2013). Bu çalışmanın sonuçları da mevcut çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Mevcut tez çalışmasının 3. Hipotezi çerçevesinde ilk aşamasında ulaşılan travma sonrası stres belirti düzeyinin manipülasyon sonrasındaki zihinsel kirlenme düzeyi, olumsuz içsel duygular, olumsuz dışsal duygular, durumsal öz tiksinme ve yıkama

dürtüsü değişkenleri ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler sergilemesi beklenmiştir. Hipotez yıkama dürtüsü için doğrulanırken diğer değişkenler için doğrulanmamıştır. Yani belirtilen bağımlı değişkenler manipülasyon öncesinde travma sonrası stres belirti düzeyi ile anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki sergilerden manipülasyon sonrasında bu ilişki ortadan kalkmıştır. Bu durum üzerinde durulması gereken ilginç bir bulgudur. Katılımcıların travmatik olaylara yönelik duygu ve belleklerini değerlendirmek amacıyla yürütülen bir çalışmada, katılımcıların travmatik olay esnasında deneyimledikleri duygulara verdiği puanların mevcut durumda olaya ilişkin verdikleri duygu puanlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür (Christianson ve Loftus, 1990). Bu sonuçlar göz önünde bulundurularak travmatik olayın üzerinden geçen zaman ile ters orantılı olarak duygu yoğunluğunun azaldığı söylenebilir. Bu sebeple mevcut tez çalışmasında o anda uygulanan manipülasyonun geçmiş travmatik anının etkisini gölgelediği düşünülebilir. Bu noktada göz önüne alınması gereken bir başka durum ise bireylerin deneyimlediği travmanın türüdür. Kişilerarası travmaların (cinsel istismar vb.) kişilerarası olmayan travma türlerine (doğal afet vb.) kıyasla obsesif kompulsif semptomlarla daha ilişkili olduğu düşünülmektedir (Brander ve ark., 2016). Mevcut tez çalışmasındaki katılımcıların çoğunluğu kendilerini en çok rahatsız eden travma türüne sevilen ya da yakın birinin beklenmedik kaybı cevabını vermiştir. Bu nedenle katılımcıların çoğunluğunun travmatik deneyiminin kişilerarası olmayan türde olduğu söylenebilir. Bununla birlikte araştırmada dinletilen senaryo rıza dışı öpüşme içeriğiyle kişilerarası özellik taşımaktadır. Bu sebeple deney manipülasyonunun zihinsel kirlenme, olumsuz duygular ve öz tikslenme üzerinde geçmiş travmatik yaşantılara oranla daha etkili olduğu düşünülebilir.

Oaten ve arkadaşları (2018), tikslenme duygusunun potansiyel kirlilik kaynaklarına karşı doğal bir savunma olduğu öne sürmüştür. Öz-tikslenme ise kısaca bireyin benliğine yöneltilmiş tikslenme duygusu olarak tanımlanmaktadır (Overton ve ark., 2008). Tikslenme duygusunun zihinsel kirlenme kavramıyla da ilişkili olduğu (Bilekli, 2016; Evliyaoğlu, 2019) ve zihinsel kirlenme ile öz tikslenmenin sıklıkla birlikte ortaya çıktığı bildirilmektedir. (Fairbrother ve Rachman, 2004). Mevcut çalışmada manipülasyon öncesinde durumsal öz-tikslenme, zihinsel kirlenme, olumsuz duygular, travma sonrası stres belirtileri ve manipülasyon sonrasında durumsal öz-tikslenme zihinsel kirlenme,

olumsuz duygular ve yıkama dürtüsü arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişkiler gözlemlenmiştir. Elde edilen bulgular Bektaş'ın (2020) durumsal öz tikslenme duygusunun zihinsel kirlenme, ve içsel olumsuz duygular üzerindeki doğrudan etkisini anlamlı olarak gözlemlediği çalışmanın sonuçları ile tutarlıdır. Bununla birlikte öz tikslenmenin kişinin benliğine yönelik diğer olumsuz duygulardan farklı olarak tiksindirici bulunan benliği temizlemek ve ortadan kaldırmak için kirlilikle ilgili davranışlara da yol açtığı bilinmektedir (Espeset ve ark., 2012; Powell ve ark., 2015). Zihinsel kirlenmenin doğası göz önüne alındığında bu durum zihinsel kirlenme ve öz tikslenme arasındaki pozitif yönlü ilişkiler için bir temel olarak gösterilebilir.

4.2. DENEY MANİPÜLASYONUN (ÖN VE SON ÖLÇÜM) VE SENARYO KOŞULLARININ BAĞIMLI DEĞİŞKENLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİNE YÖNELİK BULGULARIN TARTIŞILMASI

4.2.1 Deneysel Manipülasyonun Etkisine Yönelik Bulguların Tartışılması

Zihinsel kirlenmenin bir anı, suçlanma, görsel imajlar gibi faktörler tarafından tetiklendiği bilinmektedir (Fairbrother ve Rachman, 2005). Mevcut tez çalışmasında daha önce de zihinsel kirlenme ile ilişkili deneysel çalışmalarda (Elliott ve Radomsky, 2009; Herba ve Rachman, 2007 gibi) kullanılan rıza dışı öpüşme senaryoları kullanılmıştır. Bu senaryoların zihinsel kirlenmeyi tetiklediği bilinmektedir. Senaryolar kültürümüzde de daha önce kullanılmış ve diğer çalışmalarla tutarlı olarak zihinsel kirlenmeyi tetiklemede başarılı olmuştur (Bilekli, 2016; Evliyaoğlu, 2019). İhanet kavramı ilişkilerin üzerine kurulduğu psikolojik temellerin, özellikle kuralların veya beklentilerin, güvenin veya bağlılığın ihlali olarak tanımlanmaktadır (Jones ve ark., 2001). Türk kültürünün toplulukçu yanı ağır basan yapısı düşünüldüğünde ihanetin olası psikolojik etkisinin araştırılması önemli bir yerde durmaktadır. Kültürümüzde ise ihanet içeren senaryolar ile zihinsel kirlenmeye yönelik yürütülen deneysel çalışma sadece Bektaş (2020) tarafından yürütülmüştür. Mevcut tez çalışması ihanetin zihinsel kirlenme üzerindeki etkilerini sistematik bir biçimde incelemeyi amaçlamıştır. Bununla birlikte çalışmanın farklı kültürlerde yürütülmesi ihanetin etkisini anlama konusunda önemlidir.

Zihinsel kirlenmede içsel kirlilik hissine öfke, suçluluk, utanç, kaygı, tikslenme gibi olumsuz duyguların eşlik ettiği bilinmektedir (Fairbrother ve ark., 2005; Elliott ve Radomsky, 2009). Bu sebeple mevcut tez çalışmasında zihinsel kirlenmeyi tetiklemek için kullanılan rıza dışı öpüşme senaryolarının olumsuz içsel ve olumsuz dışsal duygularda da bir artışa yol açacağı düşünülmüştür. Elde edilen bulgular bu düşüncenin desteklendiğini, katılımcılara dinletilen senaryoların hem içsel hem dışsal olumsuz duygu düzeylerinde artışa yol açtığını göstermiştir.

Öz-tikslenme ve zihinsel kirlenmenin birlikte arttığı bilinmektedir. Örneğin cinsel travma sırasında daha yüksek öz tikslenme bildiren bireylerin aynı zamanda daha yüksek zihinsel kirlenme bildirdiği gözlemlenmiştir (Badour ve ark., 2014). Bu ilişki yürütülen deneysel çalışmalarla da desteklenmiştir (Badour ve ark., 2013; Fairbrother ve Rachman, 2004).

Mevcut tez çalışmasında zihinsel kirlenmeyi tetiklemek için kullanılan rıza dışı öpüşme senaryoları tüm koşullarda katılımcıların durumsal öz tikslenme hislerinde de artışa yol açmıştır. Bu bulgu ihanet içerikli öpüşme senaryosu ile öz tikslenme hissini inceleyen ilk çalışmayla da tutarlıdır (Bektaş, 2020). Çalışmanın 4. hipotezinde uygulanan deneysel manipülasyonun zihinsel kirlenme, içsel olumsuz duygular, dışsal olumsuz duygular ve durumsal öz tikslenme düzeylerinde artışa yol açacağı beklenmektedir. Elde edilen bulgulara göre tüm değişkenler için çalılmanın bu hipotezi doğrulanmıştır.

4.2.2. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Zihinsel Kirlenme Üzerindeki Etkisi

Çalışmanın zihinsel kirlenme bağlamında asıl merak edilen 5. hipotezi ihanetle suçlanmanın bulunduğu koşullarda yer alan katılımcıların (Senaryo 1 ve 3) bulunmadığı koşullarda yer alan katılımcılardan daha yüksek zihinsel kirlenme bildireceğidir. Elde edilen bulgular ile bu hipotez desteklenmiştir. Dolayısıyla ihanetle suçlanma içeriğinin bulunduğu senaryoları dinleyen katılımcıların zihinsel kirlenme puanlarının ihanetle suçlanmanın bulunmadığı senaryoları dinleyen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Zihinsel kirlenme deneyimleyen bireylerin olumsuz sosyal

değerlendirmelere karşı duyarlı oldukları bilinmektedir (Herba ve Rachman, 2007). Dolayısıyla senaryo sonunda ihanet etmekle suçlanan ve etraftaki insanların kendilerine tiksinerak baktığı betimlenen senaryoları dinleyen katılımcıların daha yüksek zihinsel kirlenme puanları bildirmesi bu durumla tutarlıdır. Zihinsel kirlenmenin bireyde ihanete uğrama, aşağılanma, utanma, tikslenme veya ihlal edilme bir duygu bırakan ve yıkanma dürtülerine yol açan bir ihlalden sonra ortaya çıktığı varsayılmaktadır (Coughtrey ve ark., 2012). Alanyazında zihinsel kirlenme ve ihanet üzerine yapılan çalışmalarda, ihanetin kirlilik hislerine ve zihinsel kirlenme belirtilerine sebep olduğu gözlemlenmiştir (Rachman, 2010; Zhong ve Liljenquist, 2006). Rachman ve arkadaşları (2012), ihaneti değişimlemiş ve ihanet içeriğinin zihinsel kirlilik hislerini güçlendirdiği sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte Millar ve arkadaşları (2016), yürüttüğü çalışmada zihinsel kirlenmenin ortaya çıkışında ihanetin mi yoksa fiziksel temas ve salya içeren rıza dışı öpüşmenin mi etkili olduğunu araştırmışlardır. Çalışma sonucunda ihanet içeren ve içermeyen rıza dışı öpüşme senaryolarını dinleyen katılımcıların zihinsel kirlenme bildirdiği gözlemlenirken, temas olmayan ihlallerin tanımlandığı senaryoları dinleyen katılımcıların senaryo ihanet içerse de zihinsel kirlenme bildirmediği görülmüştür. Bu ayrımın yapılabilmesi için daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Mevcut tez çalışmasında kullanılan rıza dışı öpüşme senaryosunda ise fiziksel temas betimlemeleri oldukça az ve salya gibi etkenlere dair betimlemeler bulunmamaktadır ve ihanetin bulunduğu ve bulunmadığı koşullar karşılaştırılmıştır. Dolayısıyla ortaya çıkan etkinin ihanet içeriğinden kaynaklandığı düşünülse de farklı çalışmalar yürütülerek bu öneri test edilmelidir.

Zihinsel kirlenme bağlamında kirlenme duygularının, psikolojik veya fiziksel ihlalin bir sonucu olarak geliştiği ve ihlalden sorumlu kişi veya kişiler tarafından uyandırıldığı kabul edilmektedir (Fairbrother ve ark., 2005). Bununla birlikte kişinin ihanet etmek gibi ahlaki olmayan bir davranış sergilemesinin de zihinsel kirlenme üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir (Zhong ve Liljenquist 2006). Bunun üzerine Rachman ve arkadaşları (2012), rıza dışı öpüşme senaryolarını değişimleyerek katılımcıların kendilerini öpüşmenin faili olarak hayal etmelerini istemiş ve araştırma sonucunda fail olmanın da zihinsel kirlenme hislerine yol açtığını gözlemlenmiştir. Waller ve Boschen (2014), kadın katılımcılarla yürüttükleri çalışmada katılımcılardan reşit olmayan bir

erkek çocuğu rızası dışında öptüklerini hayal etmelerini istemiş ve bu öpücüğün de fail rolünde olan katılımcılar üzerinde zihinsel kirlenmeyi tetiklediğini gözlemlemiştir. Mevcut tez çalışmasının hipotezlerinden birisi senaryoda fail veya mağdur olmanın ise zihinsel kirlenme düzeyi açısından anlamlı bir farklılaşma oluşturmayacağıdır. Elde edilen bulgulara göre bu hipotez desteklenmiş yani rıza dışı öpüşmeyi gerçekleştiren kişi olmak ve bu öpüşmeye maruz kalan kişi olmak arasında zihinsel kirlenme duyguları açısından anlamlı bir fark oluşmamıştır. Bu sonuçlar fail etkisine yönelik yürütülen çalışmaların sonuçları ile tutarlıdır. Bununla birlikte Rachman (2010), mağdurların faillere oranla daha güçlü etkiler tanımladığını belirtmiştir. Mevcut tez çalışmasında fail ve mağdurların kirlilik hisleri açısından farklılaşmaması bu bulguyla çelişmektedir. Ayrıca katılımcıların ahlaki değerlendirmeleri incelendiğinde mağdur ve fail konumunda yer almanın ahlaki değerlendirme açısından da anlamlı bir farklılaşmaya yol açmadığı gözlemlenmiştir. Tobia (2015), kirlilik hissine karşı hassasiyetin, ahlaki bir bakış açısıyla kendini daha olumsuz yargılamaya yönelik daha güçlü bir eğilim ortaya çıkardığını bildirmiştir. Dolayısıyla kirlilik hassasiyeti, ahlaki değerlendirmeler ve fail etkisinin bir arada incelendiği çalışmalar yürütmek alanyazına katkı sağlayabilir.

4.2.3. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Olumsuz İçsel ve Olumsuz Dışsal Duygular Üzerindeki Etkisi

Mevcut tez çalışmasında içsel olumsuz duygu puanları katılımcıların utanma, suçluluk, aşağılanma, korku, üzüntü, ucuz ve bayağı maddelerine verdikleri puanların toplamı ile, dışsal olumsuz duygu puanları ise sıkıntılı, kaygılı, kızgın maddelerine verilen puanların toplamı ile elde edilmiştir. Yakın ilişkilerde ihanetin kıskançlık, incinme, aşağılanma ve utanç duygularına yol açtığı bilinmektedir (Schneider, 2003). Çalışmanın hipotezlerinden birisi ihanetle suçlanmanın bulunduğu senaryo koşullarında (1 ve 3) katılımcıların bulunmadığı koşullara göre (2 ve 4) daha yüksek olumsuz içsel duygu düzeyi bildireceğidir. Mevcut çalışmadan elde edilen bulgulara göre en düşük içsel olumsuz duygu düzeyini koşul 4'de bulunan (Mağdur/İhanetle suçlanmıyor) katılımcılar bildirirken diğer koşullarda bir farklılaşma gözlemlenmemiştir. Hipotez kısmen desteklenmiş olmasına rağmen katılımcının potansiyel olarak olayın sorumluluğunu

daha az üstlendiği mağdur koşulunda yer alması ve gerçekleştirmediği bir eylemle suçlanmamasının en düşük içsel olumsuz duygu düzeyiyle ilişkilmesi dikkate değerdir. Bu durumda göze öncelikli olarak içsel olumsuz duyguların kişinin kendi benliğine yönelik duygular olması göze çarpmaktadır. Kişinin benliğe yönelik duygularının (örn. suçluluk, utanç) içsel bir kirlilik hissi olması sebebiyle zihinsel kirlenmeyle daha güçlü ilişkiler göstermesi beklenirken dışsal olumsuz duyguların kirlenme deneyimiyle ilgili değerlendirmeler bakımından zihinsel kirlenmeyle ilişki gösterebileceği düşünülmektedir (Brake ve ark., 2021). Rachman (2010), haksız yere suçlanmanın ihanet olarak algılandığı vaka örnekleri betimlemiştir. Bu durum da 4. senaryoyu dinleyen katılımcıların en düşük içsel olumsuz duygu düzeyi bildirmesiyle tutarlıdır. Rachman ve arkadaşları (2012), erkek katılımcılarla rıza dışı öpüşme senaryosu kullanarak yürüttüğü çalışmada, faillerin de mağdurlar gibi zihinsel kirlenmeye duyarlı olduklarını ve bir kadını rızası dışında öpmenin, istemli öpüşmeye göre daha fazla olumsuz duyguya yol açtığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle ihanetle suçlanmanın olmadığı fakat katılımcının fail olduğu 2. koşulda ihanetle suçlama olmamasına rağmen anlamlı olmasa da görece yüksek olumsuz içsel duygu puanları gözlemlenmiş olabilir.

Obsesif kompulsif bozuklukta öfke duygusu önemli bir yerde durmaktadır. Bununla birlikte öfke deneyimleyen bireyler ifade etmek yerine içselleştirmektedir (Ricciardi ve McNally, 1995). Ayrıca klinik olmayan örnekleme de yüksek obsesif kompulsif belirti düzeyi sergileyen bireylerin düşük obsesif kompulsif belirti düzeyi sergileyen bireylere göre daha fazla öfke deneyimlediği, bununla birlikte bu duyguyu daha fazla içselleştirme ve bastırma eğiliminde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut tez çalışmasında dışsal olumsuz duygu düzeyi açısından koşullar arasında anlamlı bir farklılaşma gözlemlenmemiştir. Bu sebeple katılımcıların mağdur ve fail olmasının dışsal olumsuz duygu düzeyi açısından anlamlı bir farklılaşma oluşturmayacağını savunan hipotez 11 desteklenirken ihanetle suçlanmanın bulunduğu koşullarda katılımcıların daha yüksek dışsal olumsuz duygu bildireceğini savunan hipotez 7 desteklenmemiştir. Ayrıca mağdur durumundaki kişinin ihanetle suçlandığı 3. senaryo koşulunda en yüksek olumsuz dışsal duygu düzeyine sahip olduğu gözlemlenmesine rağmen bu farkın anlamlı düzeyde olmaması örneklem yetersizliğiyle ilişkili olabilir. Ek

olarak kültürümüzde öfke gibi özellikle başkalarına yöneltilmiş olumsuz duyguların ifadesinin hoş karşılanmaması nedeniyle daha az ifade edilmiş olabileceği düşünülmektedir. Akan ve Barışkın'ın 2016 yılında yürüttüğü duygu ifadelerine yönelik ölçek uyarlama çalışmasında “Öfkemi göstermektense, bastırmanın çok daha iyi olduğunu öğrendim.” ve “Ne kadar endişeli ya da üzgün olursam olayım dışardan sakin görünmeye çalışırım.” maddelerinden oluşan gizleme faktörünün ortaya çıkışının dikkat çekici olduğu belirtilmiştir. Duyguların zihinsel kirlenme çerçevesinde önemli ve karmaşık bir yeri bulunmasına rağmen duygulara odaklanan araştırmaların sayısı oldukça sınırlıdır (Fergus ve Bardeen, 2016; Ishikawa ve ark., 2015). Bu sebeple duygular üzerinde yoğunlaşan güncel araştırmalar yürütmek konu hakkında farklı bakış açıları sağlayabilir.

Mevcut tez çalışmasında katılımcıların suçluluk ve sorumluluk duyguları incelendiğinde kendilerini rıza dışı öpüşmenin faili olarak hayal eden katılımcıların suçluluk ve sorumluluk duygularının, mağdur olarak hayal eden katılımcılardan daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Salkovskis'in (1985) abartılmış sorumluluk modeli, obsesif kompulsif bozuklukta hızlandırıcı ve sürdürücü bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Bu modele göre kişi gerçekte var olmayan ahlaki olmayan bir eylem birey tarafından kişisel öneme sahip olarak değerlendirilirse bu durum sorun haline gelmektedir. Benzer bir şekilde algılanan bir ihlal kişinin tehlikeli veya kötü olduğunun bir işareti olarak değerlendirilirse tikslenme, kirlenme ve kaygı gibi duyguların ortaya çıkmasının olası olduğu düşünülmektedir (Rachman ve ark., 2015). Bu durum fail rolünde olan katılımcıların olay üzerinde daha fazla sorumluluk hissetmesiyle, belirtilen modellerle tutarlı bir örüntü sergilemektedir.

4.2.4. Deneysel Manipülasyonun ve Senaryo Koşullarının Durumsal Öz Tikslenme Üzerindeki Etkisi

Deneysel araştırmalar hem fiziksel kirleticilerle hem de ahlaki ihlallerle karşı karşıya kaldıklarında, insanların öznel olarak tiksinti hissettiklerini ve bildirdiklerini vurgulamaktadır (Chapman ve ark., 2009; Haidt, 2003; Miller, 1997). Hem mağdurlar

hem de failler, iğrenme, kaygı, utanç gibi bir dizi olumsuz duygu bildirmekte, ancak faillerin bir kısmı suçluluk, kendinden iğrenme, pişmanlık gibi duygular da yaşamaktadır (Rachman,2010). Cinsel saldırı gibi ihlale maruz kalan bir birey benliğini kirli olarak algılayabilirken aynı zamanda bir ihlalin faili olmak da ideal benliği tanımlayan değerler ile bu yanışı yapan gerçek benlik arasında bir uyumsuzluğa neden olabilir. Bu durum sonucunda da öz tikslenme hisleri ortaya çıkabilir (Powell ve ark., 2015). Mevcut tez çalışmasında da kendilerini rıza dışı öpüşmenin faili olarak hayal eden bireyler daha yüksek durumsal öz tikslenme puanları bildirmiştir. Dolayısıyla araştırmanın 12. Hipotezi desteklenmiştir. Faillerin neden mağdurlardan daha fazla öz tikslenme bildirdiği düşünüldüğünde, daha fazla sorumluluk bildirmiş olmaları durumla tutarlı bir açıklama sunmaktadır. Bu noktada yükleme kuramının zihinsel kirlenme kapsamında faydalı bir çerçeve sunduğu düşünülmektedir. Bireylerin gerçekleştirdikleri olumsuz eylemlerin nedenini kendisiyle ilişkili kaynaklardan daha az kendisiyle ilişkili kaynaklara kaydırmasının ve dışsal durumsal bir faktöre bağlamasının kendilerine yönelik tehdidi uzaklaştırmasına ve olumlu benlik algısının korunmasına yardımcı olacağı savunulmaktadır (akt. Kennedy ve Simonds, 2017). Dolayısıyla sorumluluk bildiren faillerin benlik algıları zedelenmekte ve daha yüksek öz tikslenme bildirmektedir. Ayrıca betimlenen senaryoda failin özür veya mazaret bildirmemesi üstüne mağduru suçlaması da durum üzerinde etkili olabilir. Bir ihlal gerçekleşikten sonra özürün öz olumlama ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Schumann, 2014). Bu sebeple senaryodaki faillerin öz olumlamaya fırsat bulamadıkları bu sebeple de mağdur rolündeki katılımcılardan daha yüksek öz tikslenme bildirdikleri düşünülebilir.

İhanetin etkilerinden birisi de zedelenmiş bir öz saygıdır (Rachman, 2010). Öz-tikslenme ise benliğin kusurlu olduğu düşünüldüğünde ortaya çıkan bir duygu olan utanç duygusuyla yakından bağlantılıdır (Power ve Dalglish 1997). Ayrıca travmayla ilişkili ihanet temelli deneyimlerin öz tikslenme düzeyiyle ilişkili olduğu bilinmektedir (Zerach ve Levi-Belz, 2018). Mevcut tez çalışmasının diğer bir hipotezi ihanetin bulunduğu koşullarda katılımcıların daha yüksek durumsal öz tikslenme düzeyi belirteceğidir. Elde edilen bulgulara göre ise sadece ilk koşulda bulunan katılımcılar (ihanetle suçlanıyor/fail) en yüksek durumsal öz tikslenme puanı bildirmiştir. Bununla birlikte üçüncü koşulda (ihanetle suçlanıyor/mağdur) bulunan katılımcılar ihanetle suçlanmanın

bulunmadığı ikinci koşuldan daha düşük durumsal öz tikslenme puanları bildirmiş ve ihanetle suçlanmanın bulunmadığı dördüncü koşuldan farklılaşmamıştır. Bu sebeple ihanetle suçlanan katılımcıların daha fazla durumsal öz tikslenme bildirdiğini söylemek güçtür. Durumsal öz tikslenmenin daha çok fail olmayla ilişkili olduğu düşünülmekte bununla birlikte failer arasında da ihanetle suçlanan katılımcıların daha yüksek puanlar bildirdiği dikkat çekmektedir. Bu koşulda bulunan katılımcılar hem rızası olmadan karşısındaki kişiyi öpmüş üstüne suçu karşısındakine atmış ve senaryo sonunda yakın arkadaşları tarafından ihanet etmekle suçlanmıştır.

4.3. ÇALIŞMANIN KATKILARI VE SINIRLILIKLARI

Kirlenme korkusunun evrensel olduğu ve yüksek yaygınlığa sahip olduğu düşünülmektedir. Rachman (1994), kirlilik hislerinin herhangi bir temas olmadan da ortaya çıkabileceğini öne sürmüştür ve zihinsel kirlenme kavramını açıklamıştır. Sonrasında zihinsel kirlenmenin farklı yöntemlerle tetiklenebileceği keşfedilmiş ve zihinsel kirlenme ile ilgili deneysel çalışmalar yürütülmeye başlanmıştır. Ülkemizde zihinsel kirlenme ile ilişkili yürütülen deneysel çalışmalar sınırlı sayıdadır (Bilekli, 2016; Evliyaoğlu, 2019; Bektaş , 2020).

İhanetin zihinsel kirlenme belirtilerine neden olabildiği ve belirtileri şiddetlendirdiği bilinmektedir (Rachman, 2010). Ayrıca fail etkisine yönelik yürütülen çalışmalar fail konumunda bulunan bireylerin de mağdurlar gibi zihinsel kirlenme deneyimleyebileceğini göstermiştir (Zhong ve Liljenquist 2006). Ülkemizde zihinsel kirlenmeye ilişkin yürütülen deneysel çalışmalardan ihanet içeriği ve fail etkisini sadece Bektaş (2020) incelemiştir fakat bu çalışmada farklı koşulları karşılaştırma imkanı bulunmamaktadır. Mevcut tez çalışmasında ihanet içeriğinin bulunduğu ve bulunmadığı, katılımcının fail ve mağdur rolünde olduğu senaryolar geliştirilmiştir. Böylece dört farklı durumu karşılaştırma imkanı elde edilmiştir ve bilindiği kadarıyla bu çalışma ihanet içeriğini ve fail etkisini bir arada değişimleyen ilk çalışmadır.

Zihinsel kirlenmenin sıklıkla travmatik bir olayla özellikle cinsel travmayla birlikte ortaya çıktığı bilinmektedir (Fairbrother ve Rachman, 2004). Yürütülen farklı deneysel

çalışmalarla da travma ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişki doğrulanmıştır (Badour ve ark., 2013a; Brake ve ark., 2018). Ülkemizde ise travmatik yaşantı deneyimleri ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma bilindiği kadarıyla bulunmamaktadır. Dolayısıyla yürütülen tez çalışmasında ihanet içerikli senaryoların zihinsel kirlenme belirtileri üzerindeki etkisinin fail ve mağdur bağlamında incelenmesi konuyla ilgili alanyazına özgün bir katkı sağlayabilir.

Kadınların erkeklere göre, özellikle yakınları tarafından cinsel istismara uğrama olasılığının daha yüksek olduğu bilinmektedir (Goldberg ve Freyd, 2006). Zihinsel kirlenmeye ilişkin çalışmaların çoğu kadınlarla yürütülmüştür ve Evliyaoğlu'nun (2019) yürüttüğü çalışmada kadınların zihinsel kirlenmeyi daha şiddetli deneyimledikleri gözlemlenmiştir. Bu sebeple mevcut tez çalışması sadece kadınlarla yürütülmüştür. Çalışmanın sadece kadın katılımcılarla yürütülmesi erkeklerde belirtilen süreçlerin nasıl ilerlediğini gözlemleyememek sebebiyle kısıtlılık olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca mevcut çalışmada belirli bir yaş grubuyla çalışılması sonuçların farklı yaş gruplarına genellenebilirliğini düşürmektedir. Ayrıca çalışmaya katılan bireylerin geçmiş travmatik yaşantıları incelendiğinde cinsel travmalara maruz kalan katılımcıların sayısının oldukça az olması nedeniyle cinsel travma için özel olarak değerlendirme yapılamamıştır.

Çalışmanın sadece Hacettepe Üniversitesi'nin belirli bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerle yürütülmesi çalışmanın genellenebilirliğini düşürmektedir. Ayrıca senaryolarda ihanet içeriği ve fail etkisi birlikte değişimlenmiştir. Dolayısıyla sadece fail etkisinin veya sadece ihanetin tek başına bağımlı değişkenleri nasıl etkilediğini gözlemlemek mümkün olmamıştır. Çalışmanın bağımlı değişkenlerinden birisi olan öz tikslenme hissi ise sadece durumsal olarak incelenmiş ve bireylerin genel öz tikslenme düzeylerine ilişkin bir ölçüm alınmamıştır. Bu sebeple manipülasyon öncesinde bireylerin belirttiği durumsal öz tikslenme düzeyleri arasında bir farklılaşma bulunmasa da bireylerin genel öz tikslenme düzeyleri sonuçları etkileme potansiyeline sahiptir.

Çalışma pandemi sebebiyle çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Bu sebeple çevre kaynaklı karıştırıcılar her ne kadar kontrol edilmeye çalışılsa da bunu tam anlamıyla gerçekleştirmek mümkün olmamıştır. Dolayısıyla elde edilen veriler katılımcıların

buldukları ortamdaki uyarıcılardan etkilenme potansiyeline sahiptir. Bu durum çalışmanın iç geçerliliğini düşürmektedir.

4.4. ÇALIŞMANIN KLİNİK ÇIKTILARI

Obsesif-kompulsif bozukluk diğer nevrotik bozukluklarla karşılaştırıldığında sosyal ve mesleki işlevsellikte daha belirgin bir düşüşe yol açmaktadır (Torres ve ark., 2006). Kirlenme korkusunun OKB ve TSSB gibi psikopatolojilerde oldukça yaygın olduğu bilinmektedir (Rasmussen ve Eisen, 1992). Bununla birlikte zihinsel kirlenme olgusu, temas kaynaklı kirlenme kadar detaylı incelenmemiştir. Obsesif-kompulsif bozukluğa sahip kişilerin bu belirtileri deneyimlemesi tedavi aşamasında da klinisyenler için bir engel oluşturmaktadır (Berman ve ark., 2012). Rachman (2006) tarafından, temizlik kompulsiyonlarının tedavisinde zihinsel kirlenme oluşumunun fark edilmesiyle tedavinin kolaylaşacağı öne sürülmüştür. Mevcut tez çalışması zihinsel kirlenme kavramını farklı açılardan inceleyerek klinik tedaviye katkı sağlamayı amaçlamıştır.

İhanet kavramının ise yıkıcı etkilere sahip olduğu ve fiziksel olmayan travma olarak adlandırıldığı bilinmektedir. Rachman (2010), ihanet ve zihinsel kirlenme arasındaki ilişkiyi vaka örnekleriyle açıklamıştır. Vaka örneklerindeki bireyler yerini belirleyemedikleri içsel bir kirlilik hissi betimlemektedir. Mevcut çalışmada da katılımcıların büyük bir çoğunluğu içsel, yaygın ve yerini belirlemenin zor olduğu kirlilik hisleri deneyimlediklerini belirtmiştir. Kültürümüzün ise yakınlık, bağlılık güven duyma gibi ihtiyaçları barındırması sebebiyle ihanetin yıkıcı etkilerinin artacağı düşünülmektedir. Zihinsel kirlenme deneyimleyen bireyler, hoş olmayan kişinin/kişilerin istenmeyen özelliklerini üstlenmekten ve aşırı durumlarda onlara dönüşmekten korktukları, dönüşüm veya “dönüşüm obsesyonları” yaşayabilir (Volz ve Heyman, 2007). Bu noktadan yola çıkarak ahlaki olmayan eylemleri gerçekleştiren kişilerin de zihinsel kirlenmeyi nasıl deneyimlediklerini araştırmak önemli bir yerde durmaktadır. Bu sebeple mevcut tez çalışmasında ihanet, fail etkisi ve zihinsel kirlenme bir arada incelenerek zihinsel kirlenmeye yönelik kapsamlı bir bakış açısı geliştirilmeye çalışılmış ve bulguların klinik uygulamaya yardımcı olması amaçlanmıştır.

Kirlilik hissinin duygusal sonuçları olarak bireyler utanç, kendini aşağılama, kendinden nefret etme ve suçluluk bildirebilir (Fairbrother, 2002; Reiss, 2010). Ayrıca, kendi vücuduna karşı tikslenme, tipik olarak kirlilik hissi ile güçlü bir şekilde ilişkilidir. Psikolojik tedaviler sırasında duygular önemli bir yerde durmaktadır (Greenberg ve Safran, 1989). Bununla birlikte ülkemizde zihinsel kirlenme, öz tikslenme ve ilişkili duygular üzerine yürütülen çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır. Mevcut çalışma bu üç değişken arasındaki ilişki üzerinde de durarak klinik anlayışı geliştirmeyi amaçlamıştır.

4.5. GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER

Ülkemizde zihinsel kirlenmeyi incelemeye yönelik deneysel araştırmalar sadece çeşitli rıza dışı öpüşme senaryoları kullanılarak yürütülmüştür. Bununla birlikte zihinsel kirlenmenin farklı anılar, imajlar, görsel içerikler tarafından tetiklendiği bilinmektedir. Dolayısıyla senaryolarla tetiklenen kirlilik duygularının hali hazırda temas içeren bir öpüşmeden mi yoksa içerikten mi kaynaklandığını ayırt etmek güçtür. Mevcut tez çalışmasında kullanılan senaryoda temasla ilişkili kısımlar neredeyse hiç betimlenmese de farklı yöntemler kullanılarak yürütülecek araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Çalışmada travma ile ilişkili olarak sadece bireylerin travma sonrası stres belirti düzeyleri analizlere dahil edilmiştir. Travmatik yaşantıların süregelen etkiler barındırma potansiyeli göz önüne alındığında kümülatif travmalar ve zihinsel kirlenmeyi bir arada değerlendiren çalışmalar yürütmek alanyazına katkı sağlayabilir. Ayrıca mevcut çalışmada sadece bireylerin zihinsel kirlenmeye karşı genel eğilimlerine yönelik bir ön ölçüm alınmıştır. Fakat zihinsel kirlenmenin çeşitli bireysel yatkınlık faktörleri ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Bu sebeple gelecekte bu faktörleri de dikkate alarak yürütülecek çalışmalar değerli çıktılara sahip olabilir.

Zihinsel kirlenmenin obsesif kompulsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu gibi çeşitli psikopatolojilerde yer aldığı bilinmektedir. Bu çalışmada ise klinik olmayan ve kadınlardan oluşan örnekleme çalışılmıştır. Dolayısıyla farklı tanı gruplarında zihinsel kirlenmenin nasıl deneyimlendiğini gözlemlemek, zihinsel kirlenmenin hangi türlerinin hangi tanılarda daha fazla sıklık sergilediğini belirlemek hem teorik hem de uygulama

alanı için yararlı olabilir. Bu çıktılar sonucunda da zihinsel kirlenmenin tedavisine yönelik farklı yöntemlerden oluşan çalışmalar geliştirilebilir.

Farklı duyguların zihinsel kirlenmede önemli bir rolü olduğu bilinmesine rağmen duyguların zihinsel kirlenmedeki rolü hala karmaşıktır. Mevcut çalışmada farklı duygulardan oluşan toplam içsel ve dışsal olumsuz duygular toplam puan oluşturularak incelenmiştir. Zihinsel kirlenme deneyiminde rolü olan duyguları ayrı ayrı incelemek kavramın daha açık bir şekilde anlaşılmasına katkı sunabilir. Ayrıca bu çalışmada ihanetin de tek bir türü üzerinde durulmuştur. Ülkemizde zihinsel kirlenme bağlamında ihanetin farklı türlerini inceleyen bir çalışma bilindiği kadarıyla bulunmamaktadır. Bu sebeple farklı ihanet türlerinin, ihanet eden kişiyle mevcut yakınlığın çeşitli yöntemlerle araştırıldığı sistematik çalışmalar geliştirilebilir. Son olarak çalışmanın kültürlerarası olarak tekrar yürütülmesi incelenen değişkenlerin farklı kültürlerde nasıl etkileşim içinde olacağını ve nasıl farklılaşacağını inceleme konusunda yararlı olabilir.

SONUÇ

Bu çalışmada son zamanlarda temas kaynaklı olmayan kirlenme olarak tanımlanan zihinsel kirlenme kavramı ve ilişkili olduğu düşünülen travma sonrası stres belirtileri, içsel ve dışsal olumsuz duygular ve durumsal öz tikslenme değişkenleri, deneysel olarak zihinsel kirlenmeyi tetiklediği bilinen ihanet içeriği ve fail etkisine göre düzenlenen rıza dışı öpüşme senaryoları kullanılarak incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre senaryoda ihanetle suçlanmanın zihinsel kirlenme belirtilerini arttırdığı gözlemlenirken zihinsel kirlenme deneyimi açısından fail ve mağdurlar arasında fark olmadığı gözlemlenmiştir. Zihinsel kirlenmenin içsel ve dışsal olumsuz duygularla ilişkili olduğu kullanılan senaryoların olumsuz duygularda artışa sebep olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca senaryoların öz tikslenme hissini de tetiklediği, katılımcıların senaryo sonrası daha yüksek öz tikslenme puanları bildirdiği görülmüştür. Öz tikslenmenin hissini daha çok

fail etkisi ile ilişkili olduğu faillerin mağdurlara göre daha fazla durumsal öz tikslenme bildirdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Öte yandan zihinsel kirlenme ile ilişkili olduğu düşünölen travma sonrası stres belirtileri senaryo öncesinde anlamlı bir ilişki sergilemesine rağmen senaryo sonrasında bu ilişki ortadan kalkmış ve travma sonrası stres belirtilerinin sadece yıkama dürtüsü ile ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca dışsal olumsuz duyguların senaryo koşulları arasında farklılık göstermesi beklenirken bu etki gözlemlenememiştir. İçsel olumsuz duygular da ise en düşük puanları ihanetin olmadığı ve mağdur konumunda bulunan katılımcılar bildirirken diğerk koşullar arasında belirgin farklılaşmalara rastlanmamıştır. Araştırmada belirlenen kısıtlılıklar göz önüne alınarak yürütölecek yeni çalışmaların, değışkenler arasındaki ve etkilerin yeniden gözden geçirilmesinde faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aardema F., Wong S.F., Audet J.S., Melli G. ve Baraby L.P. (2019). Reduced fear of self is associated with improvement in concerns related to repugnant obsessions in obsessive-compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology*. 58(3), 327-341.
- Abramowitz, J.S. ve Reuman, L. (2020). Obsessive Compulsive Disorder. In: Zeigler-Hill, V. ve Shackelford, T.K. (Ed.) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham.
- Abramowitz, J. S., Taylor, S., ve McKay, D. (2009). Obsessive-compulsive disorder. *Lancet*, 374, 491-499.
- Akan Tunay Ş. ve Barışkın E. (2016). Kültür ve cinsiyet bağlamında Berkeley Duygu İfadesi Ölçeğinin geçerlilik ve güvenirlik ölçütleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 28(1), 43-50.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). *Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı*, (Beşinci baskı), (E. Koroğlu, cev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).
- Aydın H. ve Özgen F. (1999). Travma sonrası stres bozukluğu. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 1, 34-41.
- Badour, C. L. ve Adams, T. G. (2015). Contaminated by trauma: understanding links between self-disgust, mental contamination, and post-traumatic stress disorder. P. A. Powell, P. G. Overton ve J. Simpson, *The revolting self: Perspectives on the psychological, social, and clinical implications of self-directed disgust* içinde (s. 127-149). Great Britain: Carnac Books.

- Badour, C., Feldner, M., Babson, K., Blumenthal, H. ve Dutton, C. (2013a). Disgust, mental contamination, and post-traumatic stress; unique relations following sexual versus non-sexual assault. *Journal of Anxiety Disorders*, 27, 155–162.
- Badour, C. L., Feldner, M. T., Babson, K. A., Smith, R. C., Blumenthal, H., Trainor, C. D., Bunaciu L. ve Olatunji B.O. (2011). Differential emotional responding to ideographic cues of traumatic interpersonal violence compared to non-interpersonal traumatic experiences. *Journal of Experimental Psychopathology*, 2, 400–417.
- Badour, C. L., Fledner, M. T., Blumenthal, H. ve Bujarski, S. J. (2013b). Examination of increased mental contamination as a potential mechanism in the association between disgust sensitivity and sexual assault-related posttraumatic stress. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 697-703.
- Badour, C. L., Ojserkis, R., McKay, D. ve Feldner, M. T. (2014). Disgust as a unique affective predictor of mental contamination following sexual trauma. *Journal of Anxiety Disorders*. 28(7), 704–711.
- Bayar, R., ve Yavuz, M. (2008). Obsesif Kompulsif Bozukluk. *Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar*, (s. 185-192).
- Bektaş S. (2020). *Zihinsel Kirlenmenin öz-şefkat ve öz-tiksinme ile olan ilişkisi: Öz-şefkate yönelik bir müdahalenin zihinsel kirlenme ve öz-tiksinme üzerindeki etkisinin deneysel bir yöntemle incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Berman, N. C., Wheaton, M. G., Fabricant, L. E. ve Abramowitz, J. S. (2012). Predictors of mental pollution: The contribution of religion, parenting strategies, and childhood trauma. *Journal of Obsessive- Compulsive and Related Disorders*, 1, 153–158.

- Berscheid, E. (1983). Emotion. H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. Mclintock, I. A. Reptan ve D. R. Peterson (Ed.), *Close relationships* içinde (s. 110- 168). New York: Freeman.
- Bilekli, İ. (2016). *Zihinsel bulaşma, dindarlık, kendini affetme, suçluluk ve düşünce eylem kaynaşmasının obsesif kompulsif bozukluk semptomlarıyla ilişkisinin incelenmesi: Üniversite öğrencilerinde deneysel bir çalışma*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bilekli, İ. ve İnözü M. (2018). Mental contamination: The effects of religiosity. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 58, 43-50.
- Brake, C.A., Adams, T.G., Hood, C.O. ve Badour, C.L. (2019). Posttraumatic Mental Contamination and the Interpersonal Psychological Theory of Suicide: Effects via DSM-5 PTSD Symptom Clusters. *Cognitive Therapy and Research*. 43, 259–271.
- Brake, C. A., Jones, A. C., Wakefield, J. R. ve Badour, C. L. (2018). Mental contamination and trauma: Understanding posttraumatic stress, risky behaviors, and help-seeking attitudes. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 17, 31-38.
- Brake C.A., Tipsword, J.M., Badour, C.L. (2021) Mental contamination, disgust, and other negative emotions among survivors of sexual trauma: Results from a daily monitoring study. *Journal of Anxiety Disorders*, 84.
- Brander, G., Pérez-Vigil, A., Larsson, H. ve Mataix-Cols, D. (2016). Systematic review of environmental risk factors for obsessive-compulsive disorder: A proposed roadmap from association to causation. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 65, 1–27.

- Brewin, C. R., Andrews, B. ve Valentine, J. D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*(5), 748–766.
- Bomyea, J. ve Allard, C. B. (2017). Trauma-Related Disgust in Veterans With Interpersonal Trauma. *Journal of Traumatic Stress, 30*(2), 149–156.
- Boon, S. ve Draijer, N. (1993). Multiple personality disorder in The Netherlands: A clinical investigation of 71 patients. *American Journal of Psychiatry, 150*, 489-494.
- Boudreaux, E., Kilpatrick, D. G., Resnick, H. S., Best, C. L. ve Saunders, B. E. (1998). Criminal victimization, posttraumatic stress disorder, and comorbid psychopathology among a community sample of women. *Journal of Traumatic Stress, 11*, 665–678.
- Chapman, H. A., Kim, D. A., Susskind, J. M., Anderson, A. K. (2009). In bad taste: Evidence for the oral origins of moral disgust. *Science, 323*(5918), 1222–1226.
- Christianson, S.A. ve Loftus, E.F. (1990). Some characteristics of people's traumatic memories. *Bulletin of the Psychanalytic Research Society 28*, 195–198
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O. ve Lohr, J. M. (2009). Disgust, fear, and the anxiety disorders: a critical review. *Clinical Psychology Review, 29*, 34–46.
- Cromer, K. R., Schmidt, N. B. ve Murphy, D. L. (2007). An investigation of traumatic life events and obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 45*, 1683–1691.
- Clarke, A., Simpson, J. ve Varese, F. (2019). A systematic review of the clinical utility of the concept of self-disgust. *Clinical psychology & psychotherapy, 26*(1), 110-134.

- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94 ,95–120.
- Coughtrey, A. E., Shafran, R., Knibbs, D. ve Rachman, S. J. (2012a). Mental contamination in obsessive–compulsive disorder. *Journal of Obsessive - Compulsive and Related Disorders*, 1(4), 244-250.
- Coughtrey, A. E., Shafran, R., Lee, M., ve Rachman, S. J. (2012b). “It’s the feeling inside my head”: a qualitative analysis of mental contamination in obsessive compulsive disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40, 163-173.
- Coughtrey, A. E., Shafran, R., Lee, M. ve Rachman, S. (2013). The treatment of mental contamination: A case series. *Cognitive and Behavioral Practice*, 20, 221–231.
- Coughtrey, A. E., Shafran, R., ve Rachman, S. J. (2014). The spontaneous decay and persistence of mental contamination: An experimental analysis. *J. Behavioural Therapy and Experimental Psychiatry*. 45, 90-96.
- Cogle, J. R., Lee, H. J., Horowitz, J. D., Wolitzky-Taylor, K. B. ve Telch, M. J. (2008). An exploration of the relationship between mental pollution and OCD symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 39(3), 340-353.
- Davey G.C., Forster L. ve Mayhew G. (1993). Familial resemblances in disgust sensitivity and animal phobias. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 41-50.
- Deacon, B. ve Olatunji, B. O. (2007). Specificity of disgust sensitivity in the prediction of behavioral avoidance in contamination fear. *Behaviour Research and Therapy*, 45 (9), 2110-2120.

- De Silva, P. ve Marks, M. (1999). The role of traumatic experiences in the genesis of obsessive–compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37(10), 941-951.
- Drea, C.A. (2017). *Self-disgust in personality disorders: the role of childhood abuse and trauma, emotional invalidation and shame*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) University College London, Londra.
- Dykshoorn, K.L. (2014). Trauma-related obsessive–compulsive disorder: a review, *Health Psychology and Behavioral Medicine: an Open Access Journal*, 2(1), 517-528.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169 – 200.
- Elliott, C. M. ve Radomsky, A. S. (2009). Analyses of mental contamination: Part I, experimental manipulations of morality. *Behaviour Research and Therapy*, 47(12), 995–1003.
- Elliott C.M. ve Radomsky A.S. (2012). Mental contamination: the effects of imagined physical dirt and immoral behaviour. *Behav Res Ther*, 50(6), 422.
- Engelhard, I.M., Olatunji. B.O. ve de Jong P.J. (2011). Disgust and the development of posttraumatic stress among soldiers deployed to Afghanistan. *Journal Anxiety Disorders*, 25, 58-63.
- Erikson, E. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Eskin, M., Akoğlu, A. ve Uygur, B. (2006). Ayaktan tedavi edilen psikiyatri hastalarında travmatik yaşam olayları ve sorun çözme becerileri: İntihar davranışıyla ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 266- 275.

- Espeset, E. M. S., Gulliksen, K. S., Nordbø, R. H. S., Skårderud, F. ve Holte, A. (2012). The Link Between Negative Emotions and Eating Disorder Behaviour in Patients with Anorexia Nervosa. *European Eating Disorders Review*, 20(6), 451–460.
- Eugene, F., Levesque, J., Mensour, B., Leroux, J. M., Beaudoin, G., Bourgooin, P. ve Beaugard, M. (2003). The impact of individual differences on the neural circuitry underlying sadness. *Neuroimage*, 19(2), 354 – 364.
- Evans, C., Ehlers, A., Mezey, G. ve Clark, D. M. (2007). Intrusive memories in perpetrators of violent crime: Emotions and cognitions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(1), 134–144.
- Evliyaoğlu, E. S. (2019). *Zihinsel kirlenme ve obsesif kompulsif semptomlar üzerinde rıza dışı öpüşme senaryosu ve nötralizasyonun Etkisi: Üniversite öğrencileriyle cinsiyetler arası bir çalışma* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Fairbrother, N. (2002). *An investigation of the Ehlers-Clark cognitive theory of PTSD and the phenomenon of mental pollution* (Yayınlanmamış doktora tezi). University of British Columbia, Vancouver, CA.
- Fairbrother, N. Newth, S.J. ve Rachman, S. (2005). Mental pollution: feelings of dirtiness without physical contact. *Behav Res Ther*, 43(1), 121-30.
- Fairbrother, N. ve Rachman, S. (2004). Feelings of mental pollution subsequent to sexual assault. *Behaviour Research and Therapy*, 42(2), 173-189.
- Fergus, T. A. ve Bardeen, J. R. (2016). Main and interactive effects of mental contamination and tolerance of negative emotions in relation to posttraumatic stress symptoms following sexual trauma. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 38(2), 274-283.

- Fernandez, S., Sevil, C. ve Moulding, R. (2021). Feared self and dimensions of obsessive compulsive symptoms: Sexual orientation-obsessions, relationship obsessions, and general OCD symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28.
- Ferrier, S. ve Brewin, C.R. (2005). Feared identity and obsessive–compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 43(10), 1363-1374.
- Fitness, J. (2001). Betrayal, rejection, revenge, and forgiveness: An interpersonal script approach. M. Leary, *Interpersonal rejection* içinde (ss. 73-103). New York: Oxford University Press.
- Foa, E. B., Cashman, L., Jaycox, L. ve Perry, K. (1997). The validation of a self-report measure of posttraumatic stress disorder: The Posttraumatic Diagnostic Scale. *Psychological Assessment*, 9(4), 445–451.
- Foa, E. B. ve Rothbaum, B. O. (1998). *Treating the Trauma of Rape: Cognitive Behavioral Therapy for PTSD*. New York: Guilford Press.
- Foa, E. B., Steketee, G. ve Rothbaum, B. O. (1989). Behavioral/cognitive conceptualizations of post-traumatic stress disorder. *Behavior Research and Therapy*, 20, 155–176.
- Gershuny, B. S., Baer, L., Radomsky, A. S., Wilson, K. A. ve Jenike, M. A. (2003). Connections among symptoms of obsessive–compulsive disorder and posttraumatic stress disorder: A case series. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 1029–1041.
- Gershuny, B. S., Baer, L., Parker, H., Gentes, E. L., Infield, A. L. ve Jenike, M. A. (2008). Trauma and posttraumatic stress disorder in treatment-resistant obsessive-compulsive disorder. *Depression and Anxiety*, 25(1), 69–71.

- Gobin, R. L. ve Freyd, J. J. (2009). Betrayal and revictimization: Preliminary findings. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 1, 242-257.
- Gold, S. N., Cook, J. M. ve Dalenberg, C. J. (2017). *APA Handbook of Trauma Psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Goldberg, L.R. ve Freyd, J.J. (2006). Self-reports of potentially disturbing experiences in an adult community sample: Gender differences in event frequencies, test-retest stabilities, and the hierarchical factor structure of the items in a Brief Betrayal Trauma Survey. *Journal of Trauma & Dissociation*, 7, 39-63.
- Goldsmith, R. E., Freyd, J. J. ve DePrince, A. P. (2012). Betrayal trauma: Associations with psychological and physical symptoms in young adults. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(3), 547-567.
- Green B.L. (1990). Defining trauma: terminology and generic stressor dimensions. *Journal of Applied Social Psychology*, 20, 1632-1642.
- Greenberg, L. S. ve Safran, J. D. (1989). Emotion in psychotherapy. *American Psychologist*, 44(1), 19-29.
- Göregenli, M. (1995). Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(35), 1-14.
- Gül, E., (2014). *Prevalence Rates of Traumatic Events, Probable PTSD and Predictors of Posttraumatic Stress and Growth in a Community Sample from Izmir* (Doktora tezi). Ankara, Middle East Technical University.
- Güncel Türkçe Sözlük. (2021). Türk Dil Kurumu. <https://sozluk.gov.tr>

- Hacıömeroğlu, A.B., Keser E. ve İnözü M. (2018). Farklı psikopatolojilerde duyguların rolü: Tikslenme, öfke, suçluluk ve anksiyete. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 13-20.
- Haidt, J. (2003). The moral emotions. In Davidson, R. J., Scherer, K. R., Goldsmith, H. H. (Eds.), *Handbook of affective sciences* (pp. 852–870). Oxford University Press.
- Haidt, J., Rozin, P., McCauley, C. ve Imada, S. (1997). Body, Psyche, and Culture: The Relationship between Disgust and Morality. *Psychology and Developing Societies*, 9(1), 107–131.
- Herba, J. K. ve Rachman, S. (2007). Vulnerability to mental contamination. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2804-2812.
- Hepp, U., Gamma, A., Milos, G., Eich, D., Ajdacic-Gross, V., Rössler, W. ve Schnyder, U. (2005). Prevalence of exposure to potentially traumatic events and PTSD. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(3), 151–158.
- Howkins S., Millar, J.F.A. ve Salkovskis P.M. (2021). Sensitivity to being betrayed and betraying others in obsessive compulsive disorder and depression. *British Journal of Clinical Psychology*.
- Hull, A. M. (2002). Neuroimaging findings in post-traumatic stress disorder. Systematic review. *British Journal of Psychiatry*, 181, 102 – 110.
- Huppert J. D., Maser J. S., Gershuny B. S., Riggs D. S., Filip J., Hajcak G., Parker H. A., Baer L. ve Foa, E. B. (2005). The relationship between obsessive – compulsive and posttraumatic stress symptoms in clinical and non – clinical samples. *Anxiety Disorder* 19 (1), 127 – 136.

- Ille, R., Schöggl, H., Kapfhammer, H.P., Arendasy, M., Sommer, M. ve Schienle, A. (2014). Self-disgust in mental disorders - symptom-related or disorder-specific? *Comprehensive Psychiatry*, 55(4), 938-943.
- Ishikawa, R., Kobori, O. ve Shimizu, E. (2015). Unwanted sexual experiences and cognitive appraisals that evoke mental contamination. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 43(1), 15.
- Işıklı, S. (2006). *Travma Sonrası Stres Belirtileri Olan Bireylerde Olaya İlişkin Dikkat Yanlılığı, Ayırışma Düzeyi ve Çalışma Belleği Uzamı Arasındaki İlişkiler*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- İkiz, F.E. (2019). Alışveriş bağımlılığı. A.Eryılmaz ve M.E. Deniz (Ed.), *Tüm yönleriyle bağımlılık* (1. Baskı) içinde (s. 2-20). Ankara: Pegem.
- İnözü, M., Bilekli, İ. ve Ulukut Özcanlı, F. (2016). Zihinsel kirlenmenin (ZK) obsesif-kompulsif bozukluk ile ilişkisi: Vancouver Obsesif-Kompulsif Envanteri-ZK ve Düşünce-Eylem Kaynaşması-Kirlenme ölçeklerinin psikometrik özellikleri. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 29, 335-348.
- Jenike, M. A. (2004). Obsessive–Compulsive Disorder. *New England Journal of Medicine*, 350(3), 259–265.
- Jones, W., H., Moore, D. S., Schratte, A., Negel, L. A. ve Kowalski, R. M. (2001). Interpersonal transgressions and betrayals. Behaving badly: Aversive behaviors in interpersonal relationships, (s. 233-256): American Psychological Association.
- Jordan B.K., Schlenger W.E., Hough R., Kulka R.A., Weiss D. ve Fairbank J.A. (1991). Lifetime and current prevalence of specific psychiatric disorders among Vietnam veterans and controls. *Archives of General Psychiatry*, 48 (3). 207-215.

- Jung, K. ve Steil, R. (2011). The Feeling of Being Contaminated in Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse and Its Treatment Via a Two-Session Program of Cognitive Restructuring and Imagery Modification. *Behavior Modification*, 36(1), 67–86.
- Karancı, A.N., Aker, A.T. ve Işıklı S., (2009). Yetişkinlerde Travmatik Olay Yaşama Yaygınlığı, Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Gelişimin Değerlendirilmesi. (TUBİTAK- Proje no. 107K323)
- Kelly, D. (2011). *Yuck!: The nature and moral significance of disgust*. Cambridge, MA: MIT.
- Kennedy, T. S. ve Simonds, L. M. (2017). Does modifying personal responsibility moderate the mental contamination effect? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 57, 198–205.
- Kessler R.C., Sonnega A., Bromet E., Hughes M. ve Nelson C.B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Arch Gen Psychiatry*. 52(12), 1048-60.
- Khramtsova, E. A., Heldman, R., Derks, E. M., Yu, D., Davis, L. K., ve Stranger, B. E. (2019). Sex differences in the genetic architecture of obsessive–compulsive disorder. *American Journal of Medical Genetics*, 180(6), 351-364.
- Kira, I. A. (2001). Taxonomy of trauma and trauma assessment. *Traumatology*, 7(2), 73–86.
- Koch M.D., O’Neill H.K., Sawchuk C.N. ve Connolly K. (2002). Domainspecific and generalized disgust sensitivity in blood-injectioninjury phobia: The application of behavioral approach/avoidance tasks. *Journal of Anxiety Disorders*,16, 511-27.

- Krause, S., Wong, S., O'Meara, M. G., Frederick, A. ve Radomsky, A. S. (2020). It's not so much about what you touch: Mental contamination mediates the relationship between feared self-perceptions and contact contamination. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 25, 1-6.
- Lafleur, D. L., Petty, C., Mancuso, E., McCarthy, K., Biederman, J., Faro, A., Levy C.H. ve Geller, D. A. (2011). Traumatic events and obsessive compulsive disorder in children and adolescents: Is there a link? *Journal of Anxiety Disorders*, 25(4), 513–519.
- Lee, H. J. ve Kwon, S. M. (2003). Two different types of obsession: Autogenous obsessions and reactive obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 41(1), 11–29.
- Leckman, J. F., Grice, D. E., Boardman, J., Zhang, H., Vitale, A., Bondi, C. ve Pauls, D. L. (1997). Symptoms of Obsessive-Compulsive Disorder. *American Journal of Psychiatry*, 154(7), 911-917.
- McFarlane, A. C. (1989). The Aetiology of Post-traumatic Morbidity: Predisposing, Precipitating and Perpetuating Factors. *British Journal of Psychiatry*, 154(02), 221–228.
- McKay, D., Abramowitz, J. S., Calamari, J. E., Kyrios, M., Radomsky, A., Sookman, D., Wilhelm, S. (2004). A critical evaluation of obsessive–compulsive disorder subtypes: Symptoms versus mechanisms. *Clinical Psychology Review*, 24, 283-313.
- McMillan, K.A. ve Asmundson G.J.G. (2016). PTSD, social anxiety disorder, and trauma: An examination of the influence of trauma type on comorbidity using a nationally representative sample. *Psychiatry Research*, 246, 561-567.

- Millar, J. F., Salkovskis, P. M. ve Brown, C. (2016). Mental contamination in the “dirty kiss”: Imaginal betrayal or bodily fluids? *Journal of Obsessive Compulsive and Related Disorders*, 8, 70-74.
- Miller, R. S. (1997). *The anatomy of disgust*. Harvard University Press.
- Murray, C. J. L ve Lopez, A. D. (1996). World Health Organization, World Bank & Harvard School of Public Health. The Global burden of disease: a comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries, and risk factors in 1990 and projected to 2020 : summary / edited by Christopher J. L. Murray, Alan D. Lopez. World Health Organization.
- Norris, F. H., Murphy, A. D., Backer, C. K., Perilla, J. L., Rodriguez, F. G. ve Rodriguez, J. J. G., (2003). Epidemiology of trauma and posttraumatic stress disorder in Mexico. *Journal of Abnormal Psychology*, 112, 646-656.
- Oaten, M., Stevenson, R. J., Williams, M. A., Rich, A. N., Butko, M. ve Case, T. I. (2018). Moral Violations and the Experience of Disgust and Anger. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12.
- Olatunji, B. O., Cisler, J. M. ve Tolin, D. F. (2007). Quality of life in the anxiety disorders: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 27(5), 572–581.
- Olatunji, B. O., David, B., ve Ciesielski, B. G. (2012). Who am I to judge? Self-disgust predicts less punishment of severe transgressions. *Emotion*, 12(1), 169.
- Olatunji, B. O., Elwood, L. S., Williams, N. L. ve Lohr, J. M. (2008). Mental pollution and PTSD symptoms in victims of sexual assault: A preliminary examination of the mediating role of trauma-related cognitions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 22, 37-47.

- Olf, M., Langeland, W. ve Gersons, B. P. (2005). The psychobiology of PTSD: Coping with trauma. *Psychoneuroendocrinology*, 30, 974-982.
- Overton, P. G., Markland, F. E., Taggart, H. S., Bagshaw, G. L. ve Simpson, J. (2008). Self-disgust mediates the relationship between dysfunctional cognitions and depressive symptomatology. *Emotion*, 8(3), 379.
- Özgün, S. (2010). *The predictors of the traumatic effect of extramarital infidelity of married woman: Coping strategies, resources and forgiveness*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Pagdin R., Salkovskis P.M., Nathwani F., Wilkinson-Tough M. ve Warnock-Parkes E. (2020) 'I was treated like dirt': evaluating links between betrayal and mental contamination in clinical samples. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 49(1), 1-14.
- Parker, S., ve DeVries, B. (1993). Patterns of friendship for women and men in same and cross-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 617-626.
- Petrak, J., Doyle, A.M., Williams, L., Buchan, L. ve Forster, G. (1997). The psychological impact of sexual assault: A study of female attenders of a sexual health psychology service. *Sexual and Marital Therapy*, 12(4), 339-345.
- Pipper, R. (2013). *An experimental study of mental contamination: the role of disgust, shame and guilt* (Yayımlanmamış doktora tezi), Surrey Üniversitesi, Guildford.

- Pitman, R. K. (1993). Posttraumatic obsessive-compulsive disorder: A case study. *Comprehensive Psychiatry*, 34(2), 102–107.
- Powell, P. A., Overton, P. G., ve Simpson, J. (Ed.). (2015). *The revolting self: Perspectives on the psychological, social, and clinical implications of selfdirected disgust*. Great Britain: Carnac Books.
- Power, M. ve Dagleish, T. (1997). *Cognition and emotion: From order to disorder*. Hove, United Kingdom: Psychology.
- Power, M. ve Dagleish, T. (2015). *Cognition and emotion: From order to disorder* (3. Baskı). Psychology press.
- Przeworski A., Cain N. ve Dunbeck K. (2014). Traumatic life events in individuals with hoarding symptoms, obsessive-compulsive symptoms, and comorbid obsessive-compulsive and hoarding symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(1), 52-59.
- Rachman, S. (1977). The conditioning theory of fear acquisition: A critical examination. *Behaviour Research and Therapy*, 15(5), 375–387.
- Rachman, S. (1994). Pollution of the mind. *Behaviour Research and Therapy*, 32(3), 311-314.
- Rachman, S. (2004). Fear of contamination. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1227-1255.

- Rachman S. (2005). Vancouver Obsessional Compulsive Inventory (VOCIMC).
Rachman Lab, University of British Columbia.
- Rachman, S. (2006). *Fear of Contamination: Assessment & Treatment*. Oxford: Oxford University Press.
- Rachman, S. (2010). Betrayal: a psychological analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 48(4), 304-311.
- Rachman, S., Coughtrey, A., Shafran, R. ve Radomsky, A. (2015). *Oxford Guide to the Treatment of Mental Contamination*. Oxford: Oxford University Press.
- Rachman, S. ve de Silva, P. (1978). Abnormal and normal obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 16(4), 233-248.
- Rachman, S. ve de Silva, P. (2009). *Obsessive-compulsive Disorder*. New York: Oxford University Press.
- Radomsky, A. S., Coughtrey, A., Fairbrother, N. ve Rachman, S. (2004). Feelings of mental pollution subsequent to sexual assault. *Behaviour Research and Therapy*, 42(2), 173-189.
- Radomsky, A. S., Coughtrey, A., Shafran, R. ve Rachman, S. (2017). Abnormal and Normal Mental Contamination. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 17, 46-51.

- Radomsky, A. S. ve Elliott, C. M. (2009). Analyses of mental contamination: Part II, individual differences. *Behaviour Research and Therapy*, 47(12), 1004–1011.
- Radomsky, A.S., Rachman S., Shafran R., Coughtrey A. ve Barber K., (2014). The nature and assessment of mental contamination: A psychometric analysis. *Journal of Obsessive Compulsive and Disorders*, 3, 181-187.
- Rachman, S., Radomsky, A. S., Elliott, C. M ve Zysk, E. (2012). Mental contamination: the perpetrator effect. *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(1), 587-593.
- Rasmussen, S. A. ve Eisen, J. L. (1992). The epidemiology and differential diagnosis of obsessive-compulsive disorder. In H. Iver, W. K. Goodman, & U. Evers, *Obsessive-compulsive disorders: New research results* (s. 1-2). Berlin: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
- Reiss, E. (2010). *Gefühl der "Mental Pollution" bei Patientinnen mit PTB nach sexueller Gewalterfahrung in der Kindheit im Vergleich mit Gesunden [The Feeling of "Mental Pollution" in female patients suffering from PTSD after childhood sexual abuse in comparison to healthy controls.* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ruprecht-Karls-University, Heidelberg, Germany.
- Ricciardi J. ve McNally, R. (1995). Depressed mood is related to obsessions but not compulsions in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety disorders*, 9, 249–256.

- Roberts, T. A., ve Goldenberg, J. L. (2007). *Wrestling with nature*. Self-conscious Emotions, 389.
- Rosenberg, H. J., Vance, J. E., Rosenberg, S. D., Wolford, G. L., Ashley, S. W. ve Howard, M. L. (2014). Trauma exposure, psychiatric disorders, and resiliency in juvenile-justice-involved youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 6(4), 430–437.
- Rotter, J. B. (1980). Interpersonal trust, trustworthiness, and gullibility. *American Psychologist*, 35 (1), 1–7.
- Rozin, P., Haidt, J. ve McCauley, C. R. (2008). Disgust. M. Lewis, J. M. Haviland-Jones ve L. F. Barrett (Ed.), *Handbook of emotions* (3. Baskı) içinde (s. 757–776). New York: Guilford.
- Rozin P., Lowery L., Imada S. ve Haidt J. (1999). The CAD triad hypothesis: a mapping between three moral emotions (contempt, anger, disgust) and three moral codes (community, autonomy, divinity). *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 574.
- Rozin P., Markwith M. ve McCauley C. (1994). Sensitivity to indirect contacts with other persons: AIDS aversion as a composite of aversion to strangers, infection, moral taint, and misfortune. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 495.
- Rusch, N., Schulz, D., Valerius, G., Steil, R., Bohus, M. ve Schmahl, C. (2011). Disgust and implicit self-concept in women with borderline personality disorder and posttraumatic stress disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 261, 369–376.

- Salkovskis P.M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 571-583.
- Schneider, J. P. (2003). The impact of compulsive cybersex behaviors on the family. *Sexual and Relationship Therapy*, 18(3), 329-354.
- Schumann K. (2014). An affirmed self and a better apology: The effect of self-affirmation on transgressors' responses to victims. *Journal of Experimental Social Psychology*, 54, 89-96.
- Shackelford, T. K. ve Buss, D. M. (1996). Betrayal in Mateships, Friendships, and Coalitions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(11), 1151-1164.
- Shafran, R., Thordarson, D.S. ve Rachman, S.J. (1996). Thought-action fusion in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10, 379-391.
- Solomon, Z. (1993). *Combat stress reactions: The enduring toll of war*. Plenum Press, New York.
- Stein, D. J. (2002). Obsessive-compulsive disorder. *The Lancet*, 360 (9330), 397-405.
- Stein, M. B., Walker, J. R., Hazen, A. L. ve Forde, D. R. (1997). Full and partial posttraumatic stress disorder: Findings from a community survey. *The American Journal of Psychiatry*, 154(8), 1114-1119.

- Steil, R., Jung, K. ve Stangier, U. (2011). Efficacy of a two-session program of cognitive restructuring and imagery modification to reduce the feeling of being contaminated in adult survivors of childhood sexual abuse: a pilot study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42, 325–329.
- Stolle, D. (2002). Trusting strangers: The concept of generalized trust in perspective. *Austrian Journal of Political Science*, 31(4), 397–412.
- Storch, E. A. ve Lewin, A. B. (2016). *Clinical Handbook of Obsessive–Compulsive and Related Disorders: A Case-Based Approach to Treating Pediatric and Adult Populations*. Switzerland: Springer International.
- Tamam, L. ve Demirkol, M. E. (2019). Obsesif Kompulsif Bozukluk ve İlişkili Bozukluklar. In L. Tamam, & M. E. Demirkol, *Bütüncül Tıp: Birinci Basamakta ve Aile Hekimliğinde Güncel Tanı-Tedavi* (1 ed., pp. 1644-1646). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Tan, M. (2021). Kültürel sermayenin kişilerarası ilişkilere etkisi: Bourdieucu bir yaklaşım. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10 (3) ,2016-2037.
- Tezcan, E., Millet, B. ve Kuloğlu, M. (1998). Türkiye ve Fransa’da obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan hastaların sosyodemografik, klinik ve görüngüsel özelliklerinin karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 35-41.
- Tobia, K. P. (2015). The effects of cleanliness and disgust on moral judgment. *Philosophical Psychology*, 28, 556–568.

- Tolin D.F, Worhunsky P. ve Maltby N. (2004). Sympathetic magic in contamination-related OCD. *J Behav Ther Exp Psychiatry*. 35(2), 193-205.
- Torres, A. R., Prince, M. J., Bebbington, P. E., Bhugra, D., Brugha, T. S., Farrell, M. ve Singleton, N. (2006). Obsessive-Compulsive disorder: Prevalence, comorbidity, impact, and help-seeking in the British national psychiatric morbidity survey of 2000. *American Journal of Psychiatry*, 163(11), 1978-1985.
- Tybur, J. M. ve de Vries, R. E. (2013). Disgust sensitivity and the HEXACO model of personality. *Personality and Individual Differences*, 55(6), 660–665.
- Tybur, J. M., Lieberman, D. Ve Griskevicius, V. (2009). Microbes, mating, and morality: Individual differences in three functional domains of disgust. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(1), 103–122.
- Volz, C. ve Heyman, I. (2007). Case series: Transformation obsession in young people with obsessive-compulsive disorder (OCD). *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46, 766–772.
- Wadsworth, L. P., Van Kirk, N., August, M., Kelly, J. M., Jackson, F., Nelson, J. ve Luehrs, R. (2021). Understanding the overlap between OCD and trauma: development of the OCD trauma timeline interview (OTTI) for clinical settings. *Current psychology* (New Brunswick, N.J.), 1–11.
- Waller, K. ve Boschen, M. J. (2015). Evoking and reducing mental contamination in female perpetrators of an imagined non-consensual kiss. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 49, 195-202.

- Whiteside S.P. ve Abramowitz J.S. (2004) Obsessive-compulsive symptoms and the expression of anger. *Cognitive Therapy Research*, 28, 259-68.
- Williams, L. M., Kemp, A. H., Felmingham, K., Barton, M., Olivieri, G., Peduto, A. ve Bryant, R. A. (2006). Trauma modulates amygdala and medial prefrontal responses to consciously attended fear. *NeuroImage*, 29(2), 347–357.
- Wilson, T. D. ve Brekke, N. (1994). Mental contamination and mental correction: Unwanted influences on judgments and evaluations. *Psychological Bulletin*, 116(1), 117-142
- Woody, S. R. ve Tolin, D. F. (2002). The relationship between disgust sensitivity and avoidant behavior: Studies of clinical and nonclinical samples. *Journal of Anxiety Disorders*, 16, 543–559.
- Yang, Y. H., Moulding, R., Wynton S., Jaeger, T. ve Anglim, J. (2021). The role of feared self and inferential confusion in obsessive compulsive symptoms. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28(1).
- Ypsilanti A, Lazuras L, Powell P, Overton P. (2019). Self-disgust as a potential mechanism explaining the association between loneliness and depression. *Journal of Affective Disorder*. 15, 108-115.
- Zerach, G. ve Levi-Belz, Y. (2018). Moral injury process and its psychological consequences among Israeli combat veterans. *Journal of Clinical Psychology*. 74(9), 1526-1544.

Zhong, C.B. ve Liljenquist, K. (2006). Washing away your sins: threatened morality and physical cleaning. *Science*, 313, 1451-1452.

Zuckerman, M. (1999). *Vulnerability to Psychopathology: A biosocial model*. American Psychological Association: Washington DC.

Ek. 1**BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde, Doç. Dr. Sait Uluç danışmanlığında Klinik Psikoloji programı yüksek lisans öğrencisi Ezgi Özkan'ın tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Araştırmanın yürütülmesi için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır.

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde aldatma ve aldatılma ile ilişkili olabilecek değişkenleri incelemektir. Bu doğrultuda araştırma 2 aşamada gerçekleştirilecektir. İlk aşamada sizden farklı bir dizi ölçek seti doldurmanız, ikinci aşamada ise kulaklık aracılığıyla bir senaryo dinlemeniz ve kendinizi bu senaryonun içinde hayal etmeniz beklenmektedir. Çalışmanın ilk aşamasına katılım yaklaşık 20 dakika, ikinci aşamaya katılım yaklaşık 25 dakika sürmektedir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu nedenle araştırmaya katılıp katılmamayı seçme hakkına sahipsiniz. Araştırmada kullanılacak senaryolar fiziksel veya psikolojik zarara yol açmamaktadır. Çalışma nedeniyle herhangi bir rahatsızlık duyulursa gerekli destek sağlanacaktır. Ayrıca dilediğiniz zaman herhangi bir gerekçe göstermeden çalışmadan ayrılma ve verilerinizi geri çekme hakkınız bulunmaktadır. Geri çekilen veriler uygun koşullarda imha edilecektir.

Araştırmada vereceğiniz yanıtlarda dürüst ve samimi davranmanız doğru bilimsel bilgi edinebilmek amacıyla önemlidir. Cevaplarınız ve kimlik bilgileriniz gizli tutulacak ve başkalarıyla paylaşılmayacaktır. Bu sebeple size sunulacak katılımcı kodunu lütfen

saklayınız. İkinci aşamaya devam etmeyi kabul etmeniz durumunda araştırmaya bu kodla devam edeceksiniz. Araştırmadan edinilen veriler bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacak ve verileriniz bireysel olarak değil grup bazında analiz edilecektir. Araştırma bitiminde sonuçlar hakkında bilgi almak istemeniz durumunda e-posta aracılığıyla bilgilendirme yapılacaktır.

Çalışma öncesi sorularınız bulunması durumunda çekinmeden araştırmacıya sorabilirsiniz. Çalışma sonrası sorularınız ve sonuçlar hakkında bilgi almak için ezgozn97@gmail.com adresi ile iletişime geçebilirsiniz.

Bu çalışmaya katılmayı gönüllü olarak onaylıyorsanız, lütfen aşağıdaki kısmı okuyarak imzalayınız.

Katılımınız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

(Katılımcının Beyanı)

Tez çalışması kapsamında Doç. Dr. Sait Uluç ve Ezgi Özkan tarafından yürütölen bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. Bu çalışmanın gerçekteştirilebilmesi için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinlerin ve onayların alındığını, çalışmadan istediğim aşamada herhangi bir gerekçe göstermeden çekilme hakkım olduğunu ve bunun bana herhangi bir sorumluluk getirmeyeceğini biliyorum.

(Araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız, bu formu doldurunuz. Formun bir kopyası size e-posta aracılığıyla gönderilecektir, bu kopyayı saklayınız.)

Tarih:

Katılımcı:

Adı, soyadı:

Adres:

Telefon:

e-posta:

İmza:

Araştırmacı:

Adı, soyadı: Ezgi Özkan

Adres: Hacettepe Üniversitesi Beytepe Kampüsü Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

Telefon: 0537 6424053

e-posta: ezgozkn97@gmail.com

İmza:

Sorumlu Araştırmacı:

Adı, soyadı: Doç. Dr. Sait Uluç

Adres: Hacettepe Üniversitesi Beytepe Kampüsü Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

Telefon: 0312 297 8332

e-posta: psysait@hacettepe.edu.tr

İmza:

Ek. 2**Demografik Bilgi Formu**

Yönerge: Sizden, diğer ölçekleri cevaplandırmadan önce aşağıda kişisel bilgilerinizle ilgili olan soruları cevaplandırmanızı rica ediyoruz.

Katılımcı Kodu:

Cinsiyetiniz: Erkek ___ Kadın ___

Yaşınız: _____

Öğrenim görmekte olduğunuz okul: _____

Medeni Durumuz: (1) Bekar ___ (2) Evli/Birlikte Yaşıyor ___

(3)Ayrılmış/Boşanmış ___ (4) Dul ___

Ailenizin gelir düzeyi:

(1) 500-999 ___ (3) 2000- 2999 ___ (5) 4000 ve üzeri ___

(2) 1000- 1999 ___ (4) 3000 - 3999 ___

1- Şu anda sizi profesyonel bir yardım almaya yönlendiren ruh sağlığınızla ilgili bir probleminiz var mı?

Evet ___ Hayır ___

Eğer cevabınız “evet” ise lütfen ruh sağlığınızla ilgili şu anki problemi/ problemleri yazınız:

2- Herhangi bir fiziksel/tıbbi rahatsızlığınız var mı?

Evet ___ Hayır ___

Eğer cevabınız “evet” ise lütfen şu anki rahatsızlıklarınızı yazınız:

3- Düzenli olarak kullandığınız herhangi bir ilaç var mı?

Evet ___ Hayır ___

Eğer cevabınız “evet” ise lütfen şu anda kullanmakta olduğunuz ilaçları yazınız:

4- Son iki ay içerisinde herhangi bir travmatik yaşantı deneyimlediniz mi?

Evet _____ Hayır _____

5- Cinsel yöneliminiz nedir?

(1) Heteroseksüel _____ (2) Biseksüel _____ (3) Homoseksüel _____ (4) Diğer, belirtiniz _____

6- Görme konusunda herhangi bir probleminiz var mı?

(1) Evet ____ (2) Hayır ____

EVET ise;

Bu durumun üstesinden gelmek için herhangi bir araç kullanıyor musunuz?

(1) Evet, belirtiniz ____ (2) Hayır ____

7- İşitme konusunda herhangi bir probleminiz var mı?

(1) Evet ____ (2) Hayır ____

EVET ise;

Bu durumun üstesinden gelmek için herhangi bir araç kullanıyor musunuz?

(1) Evet, belirtiniz ____ (2) Hayır ____

Ek. 3

Çalışmada Kullanılan Senaryolar

Senaryo 1 (Katılımcı Fail/ İhanetle Suçlanıyor)

Anlatıcı: Lütfen sandalyenize rahat bir şekilde oturun. Gözlerinizi kapatın ve rahatlayın. Yavaşça nefes alın ve yavaşça verin. Yavaşça nefes alıp verdikçe, daha çok rahatlamaya çalışın. Şimdi size bir senaryo anlatacağım. Ben senaryoyu anlatırken, sizden bu anlattığım senaryoyu yapabildiğiniz kadar çok detaylı ve net bir şekilde hayal etmenizi istiyorum. Senaryoyu zihninizde tamamen canlandırabilmenize olanak vermek için senaryoda ne olduğunu yavaşça anlatacağım. Senaryodaki kadının kendiniz olduğunu ve anlattığım olayların tam şu an gerçekleştiğini, anlatılanları gerçekten sizin yaşadığınızı hayal etmeye çalışın. Şimdi size içinde yaşadığınızı hayal etmenizi istediğim senaryoyu anlatmaya başlıyorum.

Üniversitede okuduğunuz bölümün topluluğuna kayıtlısınız. Okuduğunuz bölüm ve bölümün topluluğu oldukça kalabalık. Dönem başladığında, topluluğun tanışma toplantısı yapılıyor. Topluluğun bu seneki başkanı, çok samimi olduğunuz bir kız arkadaşınız. Kalabalık bir grup olduğunuz ve dışarıda herhangi bir kafede yer bulamadığınız için, kız arkadaşınız, tanışma ve kaynaşma amaçlı olan bu toplantıyı kendi evinde yapmayı teklif ediyor. Sizi ve oldukça kalabalık bir grubu kendi evine davet ediyor. Kalabalığın çoğunu sizin de kayıtlı olduğunuz topluluğun üyelerinin oluşturduğunu ve oldukça samimi ve sıcak bir ortam olduğunu fark ediyorsunuz. (Arka planda müzik ve konuşma sesleri başlar)

Büyük bir ev, kalabalık bir grup. Bunlardan bazıları sizin arkadaşınız. Bu organizasyona kız arkadaşınızın dört yıldır birlikte olduğu sevgilisi de gelmiş. Arkadaşınızla çok samimi olduğunuz için sevgilisiyle de daha önceden tanışıyorsunuz. Ancak onunla ilk defa bu kadar yakın olduğunuz bir ortamda bulunuyorsunuz. (Arka plan sesleri zayıflar.)

Kız Arkadaş: Çok heyecanlıyım!

Erkek Arkadaş: Merak etme tatlım her şey mükemmel olacak, herkes çok eğlenecek!

Kız Arkadaş: Evet, çok güzel olacak! Çok teşekkür ederim beni yalnız bırakmadığın ve yanımda olduğun için. (Arka plan sesleri geri gelir.)

Anlatıcı: Aslında, güzel bir ortam var ve eğleniyorsunuz. Tanışma ve toplulukla ilgili genel kurallar konuşulmuş, insanlar müzikle eğleniyor, bazıları dans ediyor. İlerleyen saatlerde, kız arkadaşınız ikramlarla ilgili ufak bir sıkıntı sebebiyle yanınızdan ayrılıyor ve siz onun erkek arkadaşı ile baş başa kalıyorsunuz. Sevgilisi ise telefonu çalınca konuşmak için kimsenin olmadığı koridora gidiyor. Onunla baş başa kalmak istediğiniz bir ortam yaratmak istediğinizi fark ediyorsunuz ve telefon konuşması bitince yanına giderek ona ne yaptığını soruyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Arkadaşımla konuşuyordum, sen ne yapıyorsun?

Anlatıcı: Aranızda bir sohbet başlıyor ve bir süre karşılıklı dikilmiş bir şekilde sohbet ediyorsunuz. O duvara dayanmış bir şekilde duruyor ve siz de onun tam önünde duruyorsunuz. Sohbet ettikçe ona yakınlaşmak istediğinizi fark ediyorsunuz ve bedeninizi ona doğru yaklaşıyorsunuz. Onun size karşı bu tür bir ilgisi olmadığı için bir miktar rahatsız oluyor ve sizden uzak durmaya ve o ortamdan uzaklaşmaya çalışıyor. Fakat beklemediği bir anda onu kavıyor ve dudağından öpmeye başlıyorsunuz. Sizi itmeye çalışıyor ancak siz bırakmak istemiyorsunuz. Tüm çabasına rağmen sizi kendinden bir türlü uzaklaştıramıyor. Sonunda kız arkadaşınız koridora geliyor ve sizi o şekilde görüyor. Arkadaşınızın öfkeli bir şekilde size doğru geldiğini görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: Neler oluyor burada? Bunu bana nasıl yapabilirsin?

Anlatıcı: Bu bağırışı duyan diğer arkadaşlarınız da koridora gelmiş ve sizi izliyor. Siz erkek arkadaşının sizi zorla öpmek istediğini söyleyerek onu suçluyorsunuz ve yaptığınızı inkâr ediyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Bunu nasıl söyleyebilirsin! Nasıl bir insansın! Bir de utanmadan beni suçluyorsun!

Anlatıcı: Ancak kız arkadaşımız her şeyi gördü ve size inanmıyor. Koridordaki herkesin size tiksinişmiş bir şekilde baktığını görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: En yakın arkadaşımın bunu bana nasıl yapabildin? İnsan sevdiği bir arkadaşına bunu yapar mı? Sana çok güvenmiştim ve sen bana ihanet ettin! Bunu asla unutmayacağım!

Anlatıcı: Lütfen şimdi kulaklıklarınızı çıkarın ve size sunulan ölçekleri doldurun.

Senaryo 2 (Katılımcı Fail/ İhanetle Suçlanmıyor)

Anlatıcı: Lütfen sandalyenize rahat bir şekilde oturun. Gözlerinizi kapatın ve rahatlayın. Yavaşça nefes alın ve yavaşça verin. Yavaşça nefes alıp verdikçe, daha çok rahatlamaya çalışın. Şimdi size bir senaryo anlatacağım. Ben senaryoyu anlatırken, sizden bu anlattığım senaryoyu yapabildiğiniz kadar çok detaylı ve net bir şekilde hayal etmenizi istiyorum. Senaryoyu zihninizde tamamen canlandırabilmenize olanak vermek için senaryoda ne olduğunu yavaşça anlatacağım. Senaryodaki kadının kendiniz olduğunu ve anlattığım olayların tam şu an gerçekleştiğini, anlatılanları gerçekten sizin yaşadığınızı hayal etmeye çalışın. Şimdi size içinde yaşadığınızı hayal etmenizi istediğim senaryoyu anlatmaya başlıyorum.

Üniversitede okuduğunuz bölümün topluluğuna kayıtlısınız. Okuduğunuz bölüm ve bölümün topluluğu oldukça kalabalık. Dönem başladığında, topluluğun tanışma toplantısı yapılıyor. Topluluğun bu seneki başkanı, çok samimi olduğunuz bir kız arkadaşımız. Kalabalık bir grup olduğunuz ve dışarıda herhangi bir kafede yer bulamadığınız için, kız arkadaşımız, tanışma ve kaynaşma amaçlı olan bu toplantıyı kendi evinde yapmayı teklif ediyor. Sizi ve oldukça kalabalık bir grubu kendi evine davet ediyor. Kalabalığın çoğunu sizin de kayıtlı olduğunuz topluluğun üyelerinin

oluşturduğunu ve oldukça samimi ve sıcak bir ortam olduğunu fark ediyorsunuz. (Arka planda müzik ve konuşma sesleri başlar)

Büyük bir ev, kalabalık bir grup. Bunlardan bazıları sizin arkadaşınız. Bu organizasyona kız arkadaşınızın dört yıldır birlikte olduğu sevgilisi de gelmiş. Arkadaşınızla çok samimi olduğunuz için sevgilisiyle de daha önceden tanışıyorsunuz. Ancak onunla ilk defa bu kadar yakın olduğunuz bir ortamda bulunuyorsunuz. (Arka plan sesleri zayıflar.)

Kız Arkadaş: Çok heyecanlıyım!

Erkek Arkadaş: Merak etme tatlım her şey mükemmel olacak, herkes çok eğlenecek!

Kız Arkadaş: Evet, çok güzel olacak! Çok teşekkür ederim beni yalnız bırakmadığın ve yanımda olduğun için. (Arka plan sesleri geri gelir.)

Anlatıcı: Aslında, güzel bir ortam var ve eğleniyorsunuz. Tanışma ve toplulukla ilgili genel kurallar konuşulmuş, insanlar müzikle eğleniyor, bazıları dans ediyor. İlerleyen saatlerde, kız arkadaşınız ikramlarla ilgili ufak bir sıkıntı sebebiyle yanınızdan ayrılıyor ve siz onun erkek arkadaşı ile baş başa kalıyorsunuz. Sevgilisi ise telefonu çalınca konuşmak için kimsenin olmadığı koridora gidiyor. Onunla baş başa kalmak istediğiniz bir ortam yaratmak istediğinizi fark ediyorsunuz ve telefon konuşması bitince yanına giderek ona ne yaptığını soruyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Arkadaşım ile konuşuyordum, sen ne yapıyorsun?

Anlatıcı: Aranızda bir sohbet başlıyor ve bir süre karşılıklı dikilmiş bir şekilde sohbet ediyorsunuz. O duvara dayanmış bir şekilde duruyor ve siz de onun tam önünde duruyorsunuz. Sohbet ettikçe ona yaklaşmak istediğinizi fark ediyorsunuz ve bedeninizi ona doğru yaklaşıtıyorsunuz. Onun size karşı bu tür bir ilgisi olmadığı için bir miktar rahatsız oluyor ve sizden uzak durmaya ve o ortamdan uzaklaşmaya çalışıyor. Fakat beklemediği bir anda onu kavırıyor ve dudağından öpmeye başlıyorsunuz. Sizi itmeye çalışıyor ancak siz bırakmak istemiyorsunuz. Tüm çabasına rağmen sizi

kendinden bir türlü uzaklaştıramıyor. Sonunda kız arkadaşınız koridora geliyor ve sizi o şekilde görüyor. Arkadaşınızın öfkeli bir şekilde size doğru geldiğini görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: Neler oluyor burada? Bunu bana nasıl yapabilirsin?

Anlatıcı: Bu bağırışı duyan diğer arkadaşlarınız da koridora gelmiş ve sizi izliyor. Siz erkek arkadaşının sizi zorla öpmek istediğini söyleyerek onu suçluyorsunuz ve yaptığınızı inkâr ediyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Bunu nasıl söyleyebilirsin! Nasıl bir insansın! Bir de utanmadan beni suçluyorsun!

Anlatıcı: Kız arkadaşınız sizin söylediklerinize inanıyor ve koridordaki herkesin tiksiniş bir şekilde erkek arkadaşına baktığını görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: (Erkek arkadaşına dönerek) Bunu bana nasıl yapabildin? İnsan sevdiği birisine bunu yapar mı? Sana çok güvenmişim ve sen bana ihanet ettin! Bunu asla unutmayacağım!

Anlatıcı: Lütfen şimdi kulaklıklarınızı çıkarın ve size sunulan ölçekleri doldurun.

Senaryo 3 (Katılımcı Mağdur/ İhanetle Suçlanıyor)

Anlatıcı: Lütfen sandalyenize rahat bir şekilde oturun. Gözlerinizi kapatın ve rahatlayın. Yavaşça nefes alın ve yavaşça verin. Yavaşça nefes alıp verdikçe, daha çok rahatlamaya çalışın. Şimdi size bir senaryo anlatacağım. Ben senaryoyu anlatırken, sizden bu anlattığım senaryoyu yapabildiğiniz kadar çok detaylı ve net bir şekilde hayal etmenizi istiyorum. Senaryoyu zihninizde tamamen canlandırabilmenize olanak vermek için senaryoda ne olduğunu yavaşça anlatacağım. Senaryodaki kadının kendiniz olduğunu ve anlattığım olayların tam şu an gerçekleştiğini, anlatılanları gerçekten sizin

yaşadığınızı hayal etmeye çalışın. Şimdi size içinde yaşadığınızı hayal etmenizi istediğim senaryoyu anlatmaya başlıyorum.

Üniversitede okuduğunuz bölümün topluluğuna kayıtlısınız. Okuduğunuz bölüm ve bölümün topluluğu oldukça kalabalık. Dönem başladığında, topluluğun tanışma toplantısı yapılıyor. Topluluğun bu seneki başkanı, çok samimi olduğunuz bir kız arkadaşınız. Kalabalık bir grup olduğunuz ve dışarıda herhangi bir kafede yer bulamadığınız için, kız arkadaşınız, tanışma ve kaynaşma amaçlı olan bu toplantıyı kendi evinde yapmayı teklif ediyor. Sizi ve oldukça kalabalık bir grubu kendi evine davet ediyor. Kalabalığın çoğunu sizin de kayıtlı olduğunuz topluluğun üyelerinin oluşturduğunu ve oldukça samimi ve sıcak bir ortam olduğunu fark ediyorsunuz. (Arka planda müzik ve konuşma sesleri başlar)

Büyük bir ev, kalabalık bir grup. Bunlardan bazıları sizin arkadaşınız. Bu organizasyona kız arkadaşınızın dört yıldır birlikte olduğu sevgilisi de gelmiş. Arkadaşınızla çok samimi olduğunuz için sevgilisiyle de daha önceden tanışıyorsunuz. Ancak onunla ilk defa bu kadar yakın olduğunuz bir ortamda bulunuyorsunuz. (Arka plan sesleri zayıflar.)

Kız Arkadaş: Çok heyecanlıyım!

Erkek Arkadaş: Merak etme tatlım her şey mükemmel olacak, herkes çok eğlenecek!

Kız Arkadaş: Evet, çok güzel olacak! Çok teşekkür ederim beni yalnız bırakmadığın yanımda olduğun için. (Arka plan sesleri geri gelir.)

Anlatıcı: Aslında, güzel bir ortam var ve eğleniyorsunuz. Tanışma ve toplulukla ilgili genel kurallar konuşulmuş, insanlar müzikle eğleniyor, bazıları dans ediyor. İlerleyen saatlerde, kız arkadaşınız ikramlarla ilgili ufak bir sıkıntı sebebiyle yanınızdan ayrılıyor ve siz onun erkek arkadaşı ile baş başa kalıyorsunuz. Sizin telefonunuz çalınca konuşmak için kimsenin olmadığı koridora gidiyorsunuz. Telefon konuşmanız bitince yanınıza gelerek size ne yaptığınızı soruyor. Siz de telefonla konuştuğunuzu söylüyorsunuz.

Anlatıcı: Aranızda bir sohbet başlıyor ve bir süre karşılıklı dikilmiş bir şekilde sohbet ediyorsunuz. Siz duvara dayanmış bir şekilde duruyorsunuz ve o da sizin tam önünüzde duruyor. Sohbet ettikçe size yaklaşmak istediğini ve bedenini size doğru yaklaştırdığını fark ediyorsunuz. Sizin ona karşı bu tür bir ilginiz olmadığı için bir miktar rahatsız oluyorsunuz ve ondan uzak durmaya ve o ortamdaki uzaklaşmaya çalışıyorsunuz. Fakat beklemediğiniz bir anda sizi kavıyor ve dudağınızdan öpmeye başlıyor. Onu itmeye çalışıyorsunuz ancak sizi bırakmıyor. Tüm çabasına rağmen onu kendinizden bir türlü uzaklaştıramıyorsunuz. Sonunda kız arkadaşınız koridora geliyor ve sizi o şekilde görüyor. Arkadaşınızın öfkeli bir şekilde size doğru geldiğini görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: Neler oluyor burada? Bunu bana nasıl yapabilirsin?

Anlatıcı: Bu bağırışı duyan diğer arkadaşlarınız da koridora gelmiş ve sizi izliyor. Siz erkek arkadaşının sizi zorla öpmek istediğini söylüyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Bunu nasıl söyleyebilirsin! Nasıl bir insansın! Bir de utanmadan beni suçluyorsun!

Anlatıcı: Ancak kız arkadaşınız size inanmıyor. Koridordaki herkesin size tiksinişmiş bir şekilde baktığını görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: En yakın arkadaşımın bunu bana nasıl yapabildiğini? İnsan sevdiği bir arkadaşına bunu yapar mı? Sana çok güvenmişim ve sen bana ihanet ettin! Bunu asla unutmayacağım!

Anlatıcı: Lütfen şimdi kulaklıklarınızı çıkarın ve size sunulan ölçekleri doldurun.

Senaryo 4 (Katılımcı Mağdur/ İhanetle Suçlanmıyor)

Anlatıcı: Lütfen sandalyenize rahat bir şekilde oturun. Gözlerinizi kapatın ve rahatlayın. Yavaşça nefes alın ve yavaşça verin. Yavaşça nefes alıp verdikçe, daha çok

rahatlamaya çalışın. Şimdi size bir senaryo anlatacağım. Ben senaryoyu anlatırken, sizden bu anlattığım senaryoyu yapabildiğiniz kadar çok detaylı ve net bir şekilde hayal etmenizi istiyorum. Senaryoyu zihninizde tamamen canlandırabilmenize olanak vermek için senaryoda ne olduğunu yavaşça anlatacağım. Senaryodaki kadının kendiniz olduğunu ve anlattığım olayların tam şu an gerçekleştiğini, anlatılanları gerçekten sizin yaşadığınızı hayal etmeye çalışın. Şimdi size içinde yaşadığınızı hayal etmenizi istediğim senaryoyu anlatmaya başlıyorum.

Üniversitede okuduğunuz bölümün topluluğuna kayıtlısınız. Okuduğunuz bölüm ve bölümün topluluğu oldukça kalabalık. Dönem başladığında, topluluğun tanışma toplantısı yapılıyor. Topluluğun bu seneki başkanı, çok samimi olduğunuz bir kız arkadaşınız. Kalabalık bir grup olduğunuz ve dışarıda herhangi bir kafede yer bulamadığınız için, kız arkadaşınız, tanışma ve kaynaşma amaçlı olan bu toplantıyı kendi evinde yapmayı teklif ediyor. Sizi ve oldukça kalabalık bir grubu kendi evine davet ediyor. Kalabalığın çoğunu sizin de kayıtlı olduğunuz topluluğun üyelerinin oluşturduğunu ve oldukça samimi ve sıcak bir ortam olduğunu fark ediyorsunuz. (Arka planda müzik ve konuşma sesleri başlar)

Büyük bir ev, kalabalık bir grup. Bunlardan bazıları sizin arkadaşınız. Bu organizasyona kız arkadaşınızın dört yıldır birlikte olduğu sevgilisi de gelmiş. Arkadaşınızla çok samimi olduğunuz için sevgilisiyle de daha önceden tanışıyorsunuz. Ancak onunla ilk defa bu kadar yakın olduğunuz bir ortamda bulunuyorsunuz. (Arka plan sesleri zayıflar.)

Kız Arkadaş: Çok heyecanlıyım!

Erkek Arkadaş: Merak etme tatlım her şey mükemmel olacak, herkes çok eğlenecek!

Kız Arkadaş: Evet, çok güzel olacak! Çok teşekkür ederim beni yalnız bırakmadığın yanımda olduğun için. (Arka plan sesleri geri gelir.)

Anlatıcı: Aslında, güzel bir ortam var ve eğleniyorsunuz. Tanışma ve toplulukla ilgili genel kurallar konuşulmuş, insanlar müzikle eğleniyor, bazıları dans ediyor. İlerleyen saatlerde, kız arkadaşınız ikramlarla ilgili ufak bir sıkıntı sebebiyle yanınızdan ayrılıyor ve siz onun erkek arkadaşı ile baş başa kalıyorsunuz. Sizin telefonunuz çalınca

konuşmak için kimsenin olmadığı koridora gidiyorsunuz. Telefon konuşmanız bitince yanınıza gelerek size ne yaptığınızı soruyor. Siz de telefonla konuştuğunuzu söylüyorsunuz.

Anlatıcı: Aranızda bir sohbet başlıyor ve bir süre karşılıklı dikilmiş bir şekilde sohbet ediyorsunuz. Siz duvara dayanmış bir şekilde duruyorsunuz ve o da sizin tam önünüzde duruyor. Sohbet ettikçe size yaklaşmak istediğini ve bedenini size doğru yaklaştırdığını fark ediyorsunuz. Sizin ona karşı bu tür bir ilginiz olmadığı için bir miktar rahatsız oluyorsunuz ve ondan uzak durmaya ve o ortamdaki uzaklaşmaya çalışıyorsunuz. Fakat beklemediğiniz bir anda sizi kavırıyor ve dudağınızdan öpmeye başlıyor. Onu itmeye çalışıyorsunuz ancak sizi bırakmıyor. Tüm çabasına rağmen onu kendinizden bir türlü uzaklaştıramıyorsunuz. Sonunda kız arkadaşınız koridora geliyor ve sizi o şekilde görüyor. Arkadaşınızın öfkeli bir şekilde size doğru geldiğini görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: Neler oluyor burada? Bunu bana nasıl yapabilirsin?

Anlatıcı: Bu bağırışı duyan diğer arkadaşlarınız da koridora gelmiş ve sizi izliyor. Siz erkek arkadaşının sizi zorla öpmek istediğini söylüyorsunuz.

Erkek Arkadaş: Bunu nasıl söyleyebilirsin! Nasıl bir insansın! Bir de utanmadan beni suçluyorsun!

Anlatıcı: Kız arkadaşınız size inanıyor. Koridordaki herkesin erkek arkadaşına tiksiniş bir şekilde baktığını görüyorsunuz.

Kız Arkadaş: En yakın arkadaşımın bunu bana nasıl yapabildiğini? İnsan sevdiği bir arkadaşına bunu yapar mı? Sana çok güvenmiştim ve sen bana ihanet ettin! Bunu asla unutmayacağım!

Anlatıcı: Lütfen şimdi kulaklıklarınızı çıkarın ve size sunulan ölçekleri doldurun.

Ek. 4**Vancouver Obsesif-Kompulsif Envanteri-Zihinsel Kirlenme Ölçeği**

Lütfen aşağıdaki maddelere ne derece katıldığınızı her bir maddenin karşısında bulunan uygun rakamı işaretleyerek belirtiniz.

		Hiç	Biraz	Oldukça	Çok	Çok Fazla
1	Çoğu zaman temiz görünmeme rağmen kendimi kirli hissedirim	0	1	2	3	4
2	Hoş olmayan bir görüntü ya da anıya sahip olmak kendimi kirli hissettirebilir.	0	1	2	3	4
3	Ne kadar iyi yıkanırsam yıkanayım, sıklıkla temizlenemem.	0	1	2	3	4
4	Eğer biri bana nahoş bir şey söylerse bu kendimi kirli hissetmeme yol açabilir.	0	1	2	3	4
5	Doğrudan bir temasım olmasa bile bazı insanlar kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissettirir.	0	1	2	3	4
6	Sıklıkla içimin kirli olduğunu hissedirim.	0	1	2	3	4
7	Bazı insanlar temiz görünür ama kirli hissi uyandırır.	0	1	2	3	4
8	Kirli herhangi bir şeye dokunmamış olsam da sıklıkla kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissedirim.	0	1	2	3	4
9	Kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissettiğimde sıklıkla suçlu veya utanmış da hissedirim.	0	1	2	3	4
10	Sıklıkla aklıma kirlilikle ilgili istenmeyen ve rahatsız edici düşünceler gelir.	0	1	2	3	4
11	Bazı nesnelere temiz görünür ama kirli hissi uyandırır.	0	1	2	3	4

12	Nedenini bilmesem de sıklıkla kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissederim.	0	1	2	3	4
13	Kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissettiğimde sıklıkla sinirli de hissederim.	0	1	2	3	4
14	İstenmeyen ve tiksindirici/iğrenç düşünceler sıklıkla kendimi kirli veya bana bir şey bulaşmış gibi hissettirir.	0	1	2	3	4
15	Bazı insanlara yakın durmak kendimi kirli ve/veya bana bir şey bulaşmış gibi hissettirir.	0	1	2	3	4
16	Sıklıkla bedenimin içinin kirli olduğunu hissederim.	0	1	2	3	4
17	Eğer istemediğim bazı tiksindirici düşünceler aklıma gelirse yıkanma ihtiyacı duyarım.	0	1	2	3	4
18	Diğer insanlarda böyle bir etki uyandırmamasına rağmen bazı insanlar veya yerler kendimi kirli ya da bana bir şey bulaşmış gibi hissettirir.	0	1	2	3	4
19	Zihnimin kirlenme endişesiyle dolma ihtimali beni çok kaygılandırır.	0	1	2	3	4
20	Sıklıkla zihnimi arındırma ihtiyacı hissederim.	0	1	2	3	4

Ek. 5**Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu (Senaryo 3 ve Senaryo 4 için)**

Şimdi, kendinizi senaryoda hayal edin ve lütfen **şu anda** nasıl hissettiğiniz ile ilgili aşağıdaki soruları yanıtlayınız.

1. Şu anda nasıl hissettiğinizi “0” ile “100” arasında değişen bir sayı vererek derecelendiriniz. (0 = Hiç, 100 = Tamamen)

Sıkıntılı_____Kaygılı_____Kızgın_____

Utanmış_____Suçlu_____Aşağılanmış_____

Korkmuş_____Üzgün_____Ucuz_____

Bayağı/Adi_____

Adamın fiziksel özelliklerinden tiksiniş_____

Adamın davranışından tiksiniş_____

2. Kendinizi kirli veya pis hissediyorsanız, lütfen bu kirlilik hissini yoğunluğunu “0” ile “100” arasında bir sayı vererek derecelendiriniz.

Derece:

3. Eğer kendinizi kirli hissediyorsanız, bu kirlilik hissini vücudunuzun neresinde hissediyorsunuz?

Ağız Dil Yüz Eller

Mide Kollar Yaygın (her yerde)

Yerini belirlemek zor İçsel Diğer

4. Kendinizi kirli hissediyorsanız, bu kirlilik hissinden kurtulmak için herhangi bir şey yapmaya ilişkin güçlü bir istek (dürtü) duyuyor musunuz?

Lütfen her bir isteğin ne kadar güçlü olduğunu “0” ile “100” arasında bir sayı vererek derecelendiriniz (0 = Hiç, 100 = Tamamen)

A) Ağızımı çalkalamak/tükürmek/bir şeyler içmek

B) Duş almak

C) Yüzümü Yıkamak

D) Ellerimi yıkamak

E) Dişlerimi fırçalamak/Gargara kullanmak

F) Başka bir şey hakkında düşünmeye çabalamak

G) Diğer (Lütfen belirtiniz)

5. Kirlilik hissinden kurtulmak için 4.soruda belirttiğiniz dürtüleri düşünerek, bunu/bunları neden yapmak istediğinizi düşünün. Size en çok uyan durumu/durumları işaretleyin.

[] Bu odadan çıktığımda, diğer insanların benim kirli hissettiğimi söyleyebileceklerinden endişeliyim.

[] Daha az sıkıntılı ve kaygılı hissettirirdi.

[] Bu kirliliği başka şeylere veya başka kişilere yayacağımdan endişeliyim.

[] Benim hastalık kapmamı engellerdi.

[] Kirlilik hissim hakkında düşünmemi durdururdu.

Bir neden düşünemiyorum.

Başka bir nedenim var (Lütfen belirtiniz).

6. Bu senaryoyu zihninizde canlandırmak ne kadar kolaydı? (0-100)

7. Hayal ettiğiniz senaryo, ne kadar açık/canlıydı? (0-100)

8. Hayal ettiğiniz senaryo, ne kadar gerçekçiydi? (0-100)

9. Daha önce senaryoda tanımlandığı gibi bir ortamda bulundunuz mu?

Hiç Nadiren Bazen Sıklıkla

10. Daha önce rızanızın olmadığı (örn. zoraki) bir cinsel deneyiminiz oldu mu, örneğin bunun gibi bir öpüşme?

Evet Hayır

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet Hayır

11. Arkadaşlarınızdan herhangi biri rızasının olmadığı (örn. zoraki) cinsel bir deneyim yaşadı mı?

Evet Hayır

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet Hayır

12. Daha önce, birinin rızasının olmadığı (örn. zoraki) bir cinsel yaşantıya maruz kaldığına örneğin zorla öpülmeye çalışıldığına şahit oldunuz mu?

Evet Hayır

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet [] Hayır []

Lütfen aşağıdaki soruları “0 (Hiç)” ile “100 (Tamamen)” arasında bir sayı vererek cevaplandırınız

13. Öpüşmeyi deneyimlemeden **önceki** izlenimlerinize dayanarak, senaryodaki bu adamın/kadının ne kadar ahlaksız biri olduğunu söylediniz?

(0-100)

14. Öpüşmeyi deneyimledikten **sonraki** izlenimlerinize dayanarak, bu adamın/kadının ne kadar ahlaksız biri olduğunu söylediniz?

(0-100)

15. Kaydı dinlerken, öpüşmeyi deneyimlediğiniz sırada, o öpüşmenin gerçekleşmesini ne derece istediğinizi söyleyebilirsiniz?

(0-100)

16. Senaryodaki adamın davranışını ne derece uygunsuz (sosyal/ahlaki olarak yanlış) olarak değerlendirirsiniz?

(0-100)

17. Siz bu durumda yanlış bir şey yaptığınızı düşünüyor musunuz?

(0 -100)

Neden öyle / neden değil?

18. Bu durumda ortaya çıkan olaylarla ilgili olarak kendinizi ne derecede sorumlu hissediyorsunuz? (0-100)

19. Sizce bu durumu engelleyebilir miydiniz? (0-100)

20. Karşınızdaki adamdan bu tarz bir davranış bekler miydiniz? (0-100)

21. Senaryodaki adamın bu durumda yanlış herhangi bir şey yaptığını düşünüyor musunuz? (0-100)

Neden öyle / neden değil?

Zihinsel Kirlenme Bildirim Formu (Senaryo 1 ve Senaryo 2 için)

Şimdi, kendinizi senaryoda hayal edin ve lütfen **şu anda** nasıl hissettiğiniz ile ilgili aşağıdaki soruları yanıtlayınız.

1. Şu anda nasıl hissettiğinizi “0” ile “100” arasında değişen bir sayı vererek derecelendiriniz. (0 = Hiç, 100 = Tamamen)

Sıkıntılı _____ Kaygılı _____ Kızgın _____

Utanmış _____ Suçlu _____ Aşağılanmış _____

Korkmuş _____ Üzgün _____ Ucuz _____

Bayağı/Adi _____

Adamın fiziksel özelliklerinden tiksiniş _____

Adamın davranışından tiksiniş _____

2. Kendinizi kirli veya pis hissediyorsanız, lütfen bu kirlilik hissini yoğunluğunu “0” ile “100” arasında bir sayı vererek derecelendiriniz.

Derece:

3. Eğer kendinizi kirli hissediyorsanız, bu kirlilik hissini vücudunuzun neresinde hissediyorsunuz?

- Ağız Dil Yüz Eller
- Mide Kollar Yaygın (her yerde)
- Yerini belirlemek zor İçsel Diğer

4. Kendinizi kirli hissediyorsanız, bu kirlilik hissinden kurtulmak için herhangi bir şey yapmaya ilişkin güçlü bir istek (dürtü) duyuyor musunuz?

Lütfen her bir isteğin ne kadar güçlü olduğunu “0” ile “100” arasında bir sayı vererek derecelendiriniz (0 = Hiç, 100 = Tamamen)

- A) Ağızımı çalkalamak/tükürmek/bir şeyler içmek
- B) Duş almak
- C) Yüzümü Yıkamak
- D) Ellerimi yıkamak
- E) Dişlerimi fırçalamak/Gargara kullanmak
- F) Başka bir şey hakkında düşünmeye çabalamak
- G) Diğer (Lütfen belirtiniz)

5. Kirlilik hissinden kurtulmak için 4.soruda belirttiğiniz dürtüleri düşünerek, bunu/bunları neden yapmak istediğinizi düşünün. Size en çok uyan durumu/durumları işaretleyin.

Bu odadan çıktığımda, diğer insanların benim kirli hissettiğimi söyleyebileceklerinden endişeliyim.

Daha az sıkıntılı ve kaygılı hissettirirdi.

Bu kirliliği başka şeylere veya başka kişilere yayacağımdan endişeliyim.

Benim hastalık kapmamı engellerdi.

Kirlilik hissim hakkında düşünmemi durdururdu.

Bir neden düşünemiyorum.

Başka bir nedenim var (Lütfen belirtiniz).

6. Bu senaryoyu zihninizde canlandırmak ne kadar kolaydı? (0-100)

7. Hayal ettiğiniz senaryo, ne kadar açık/canlıydı? (0-100)

8. Hayal ettiğiniz senaryo, ne kadar gerçekçiydi? (0-100)

9. Daha önce senaryoda tanımlandığı gibi bir ortamda bulundunuz mu?

Hiç Nadiren Bazen Sıklıkla

10. Daha önce hiç senaryodaki gibi bir davranış sergilediniz mi)

Evet Hayır

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet Hayır

11. Arkadaşlarınızdan herhangi biri rızasının olmadığı (örn. zoraki) cinsel bir deneyim yaşadı mı?

Evet []

Hayır []

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet [] Hayır []

12. Daha önce, birinin rızasının olmadığı (örn. zoraki) bir cinsel yaşantıya maruz kaldığına örneğin zorla öpülmeye çalışıldığına şahit oldunuz mu?

Evet []

Hayır []

Eğer olduysa, bunun gibi bir ortamda mı oldu? Evet [] Hayır []

Lütfen aşağıdaki soruları “0 (Hiç)” ile “100 (Tamamen)” arasında bir sayı vererek cevaplandırınız

13. Senaryodaki davranışları sergilemeden **önceki** kendinizle ilgili izlenimlerinize dayanarak, kendinizin ne kadar **ahlaklı** biri olduğunuzu söylerdiniz? (0-100)

14. Öpüşmeyi deneyimledikten **sonraki** izlenimlerinize dayanarak, senaryodaki davranışları sergileyen biri olarak kendinizin ne kadar ahlaksız biri olduğunu söylerdiniz?(0-100)

15. Kaydı dinlerken, öpüşmeyi deneyimlediğiniz sırada, o öpüşmenin gerçekleşmesini ne derece istediğinizi söyleyebilirsiniz?

(0-100)

16. Senaryodaki davranışınızı ne derece uygunsuz (sosyal/ahlaki olarak yanlış) olarak değerlendirirsiniz?(0-100)

17. Bu durumda yanlış bir şey yaptığınızı düşünüyor musunuz? (0-100)

Neden öyle/Neden değil?

18. Bu durumda ortaya çıkan olaylarla ilgili olarak kendinizi ne derecede sorumlu hissediyorsunuz? (0-100)

19. Sizce bu durumu engelleyebilir miydiniz? (0-100)

20. Kendinizden bu tarz bir davranış bekler miydiniz? (0-100)

21. Senaryodaki adamın bu durumda yanlış herhangi bir şey yaptığını düşünüyor musunuz? (0-100)

Neden öyle / neden değil?

Ek. 6**Ön Derecelendirme Formu**

Lütfen **şu anda** nasıl hissettiğiniz ile ilgili aşağıdaki soruları yanıtlayınız.

1. Şu anda nasıl hissettiğinizi “0” ile “100” arasında değişen bir sayı vererek derecelendiriniz. (0 = Hiç, 100 = Tamamen)

Sıkıntılı _____ Kaygılı _____ Kızgın _____

Utanmış _____ Suçlu _____ Aşağılanmış _____

Korkmuş _____ Üzgün _____ Ucuz _____

Bayağı/Adi _____

2. Kendinizi kirli veya pis hissediyor musunuz? Kendinizi kirli veya pis hissediyorsanız, Lütfen bu duygunun yoğunluğunu “0” ile “100” arasında bir sayı vererek derecelendiriniz.

Derece:

Ek. 7

Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği

1. Bölüm

Birçok kişinin başından, hayatının herhangi bir döneminde, oldukça stresli ve travmatik bir olay geçmiş ya da böyle bir olaya tanık olmuştur. Aşağıda belirtilen olaylar içinde, **başınızdan geçen ya da tanık olduğunuz** olayların hepsini yanındaki kutuyu işaretleyerek belirtiniz, **birden fazla işaretleyebilirsiniz.**

1	Ciddi bir kaza, yangın ya da patlama olayı (örneğin, trafik kazası, iş kazası, çiftlik kazası, araba, uçak ya da tekne kazası)
2	Doğal afet (örneğin, hortum, kasırga, sel baskını ya da büyük bir deprem)
3	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma (örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklanma ya da silahla rehin alınma)
4	Tanımadığınız biri tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma (örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklanma ya da silahla rehin alınma gibi)
5	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma (örneğin, tecavüz ya da tecavüze teşebbüs gibi)
6	Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma (örneğin, tecavüz ya da tecavüze teşebbüs gibi)
7	Askeri bir çarpışma ya da savaş alanında bulunma
8	18 yaşından daha küçük olduğunuz bir dönemde kendinizden 5 ya da daha büyük yaşta biriyle cinsel temas (örneğin, cinsel organlarla, göğüslerle temas gibi)

9	Hapsedilme (örneğin, cezaevine düşme, savaş esiri olma, rehin alınma gibi)
10	İşkenceye maruz kalma
11	Hayatı tehdit eden bir hastalık
12	Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü
13	Bunların dışında bir travmatik olay
14	13. Maddeyi işaretlediyseniz aşağıda bu travmatik olayı belirtiniz:
<p>YUKARIDAKİ MADDELERDEN <u>HERHANGİ BİRİNİ</u> İŞARETLEDİYSENİZ, SORULARI YANITLAMAYA DEVAM EDİN.</p> <p><u>HİÇBİR MADDEYİ İŞARETLEMEDİYSENİZ, SİZİN İÇİN ÜZÜCÜ VE KORKUTUCU OLMUŞ BİR OLAYI SONRAKİ SAYFADAKİ BÖLÜMÜN SONUNDA BOŞ BIRAKILAN YERDE BELİRTİP, DEVAM EDEN SORULARI BU OLAYI DÜŞÜNEREK YANITLAYIN.</u></p>	

2. Bölüm

- 15) 1. Bölümde **birden fazla** sayıda travmatik olay işaretlediyseniz, **canınızı en çok sıkan, sizi en rahatsız eden** olayın yanındaki kutuyu işaretleyiniz. Eğer, 1. Bölümde **yalnızca bir** travmatik olayı işaretlediyseniz, aşağıda da aynı olayı işaretleyiniz.

A	Kaza (araba ya da iş kazası, gibi)	[]
B	Doğal afet	[]
C	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma	[]
D	Tanımadığınız biri tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma	[]
E	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma	[]
F	Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma	[]
G	Savaş	[]
H	18 yaşından daha küçük olduğunuz bir dönemde kendinizden 5 ya da daha büyük yaşta biriyle cinsel temas	[]
İ	Hapsedilme	[]
J	İşkenceye maruz kalma	[]
K	Hayatı tehdit eden bir hastalık	[]

L	Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü	[]
M	Bunların dışında bir olay	[]
N	Aşağıda boş bırakılan yerde <u>yukarıda işaretlemiş olduğunuz</u> travmatik olayı kısaca anlatınız.	

Anlattığınız bu olay hakkında aşağıda birkaç soru verilmiştir. Bu soruları yanıtlayınız:

16) Bu travmatik olay **ne kadar zaman önce** meydana geldi? (**YALNIZCA BİR TANESİNİ** daire içine alınız)

A	1 aydan daha az
B	1-3 ay arası
C	3-6 ay arası
D	6 ay – 3 yıl arası
E	3-5 yıl arası
F	5 yıldan daha fazla

Aşağıdaki sorularda, **Evet** için E harfini **Hayır** için H harfini daire içine alınız.

Bu travmatik olay sırasında:

17	Fiziksel bir yara aldınız mı?	E	H
18	Başka bir kişi fiziksel bir yara aldı mı?	E	H
19	Hayatınızın tehlikede olduğunu düşündünüz mü?	E	H
20	Başka bir kişinin hayatının tehlikede olduğunu düşündünüz mü?	E	H
21	Kendinizi çaresiz hissettiniz mi?	E	H
22	Büyük bir korku duygusu yaşadınız mı?	E	H

3. Bölüm

Aşağıda, insanların bazen bir travmatik olayın ardından yaşadığı bazı sorunlar belirtilmiştir. Her maddeyi dikkatlice okuyun ve **GEÇTİĞİMİZ AY İÇİNDE** bu sorunun sizi ne sıklıkta rahatsız ettiğini en iyi ifade ettiğini düşündüğünüz sayıyı (0, 1, 2 ya da 3) daire içine alın.

Örneğin, söz ettiğiniz olay geçtiğimiz ay içinde aşağıda verilen sıkıntılar açısından sizi yalnızca bir kez rahatsız ettiyse 0'ı; haftada bir kez rahatsız ettiyse 1'i işaretleyin. Aşağıda belirtilen olayla ilgili her sıkıntıyı **15. maddede belirttiğiniz travmatik olay açısından** değerlendiriniz.

- 0 Hiç ya da yalnızca bir kez
- 1 Haftada bir ya da daha az/kısa bir süre
- 2 Haftada 2 – 4 kez / yarım gün
- 3 Haftada 5 ya da daha fazla / neredeyse bütün gün

23	Bu travmatik olay hakkında, istemediğiniz halde aklınıza rahatsız edici düşünceler ya da imgelerin gelmesi	0	1	2	3
24	Bu travmatik olayla ilgili kötü rüyalar ya da kabuslar görme	0	1	2	3
25	Bu travmatik olayı yeniden yaşama, sanki tekrar oluyormuş gibi hissetme ya da öyle davranma	0	1	2	3
26	Bu travmatik olayı hatırladığınızda duygusal olarak altüst olduğunuzu hissetme (örneğin, korku, öfke, üzüntü, suçluluk vb. gibi duygular yaşama)	0	1	2	3
27	Bu travmatik olayı hatırladığınızda vücudunuzda fiziksel tepkiler meydana gelmesi (örneğin, ter boşalması, kalbin hızlı çarpması)	0	1	2	3
28	Bu travmatik olayı düşünmemeye, hakkında konuşmamaya ya da hissetmemeye çalışma	0	1	2	3
29	Size bu travmatik olayı hatırlatan etkinliklerden, kişilerden ya da yerlerden kaçınmaya çalışma	0	1	2	3
30	Bu travmatik olayın önem taşıyan bir bölümünü hatırlayamama	0	1	2	3
31	Önemli etkinliklere çok daha az sıklıkta katılma ya da bu etkinliklere çok daha az ilgi duyma	0	1	2	3
32	Çevrenizdeki insanlarla aranızda bir mesafe hissetme ya da onlardan koptuğunuz duygusuna kapılma	0	1	2	3
33	Duygusal açıdan kendinizi donuk, uyuşuk hissetme (örneğin, ağlayamama ya da sevecen duygular yaşayamama)	0	1	2	3
34	Gelecekle ilgili planlarınızın ya da umutlarınızın gerçekleşmeyeceği duygusuna kapılma (örneğin, bir meslek hayatınızın olmayacağı, evlenmeyeceğiniz, çocuğunuzun olmayacağı ya da ömrünüzün uzun olmayacağı duygusu)	0	1	2	3

35	Uykuya dalma ya da uyumada zorluklar yaşama	0	1	2	3
36	Çabuk sinirlenme ya da öfke nöbetleri geçirme	0	1	2	3
37	Düşüncenizi ya da dikkatinizi belli bir noktada toplamada sıkıntı yaşama (örneğin, bir konuşma sırasında konuyu kaçırma, televizyondaki bir öyküyü takip edememe, okuduğunuz şeyi unutma)	0	1	2	3
38	Aşırı derecede tetikte olma (örneğin, çevrenizde kimin olduğunu kontrol etme, sırtınız bir kapıya dönük olduğunda rahatsız olma,vb.)	0	1	2	3
39	Diken üstünde olma ya da kolayca irkilme (örneğin, birisi peşinizden yürüdüğünde)	0	1	2	3

40	Yukarıda belirttiğiniz sorunları ne kadar zamandır yaşıyorsunuz? (<u>YALNIZCA BİR TANESİNİ</u> daire içine alınız) a. Bir aydan daha az b. 1-3 ay arası c. 3 aydan daha fazla
41	Bu sorunlar söz konusu travmatik olaydan ne kadar sonra başladı? (<u>YALNIZCA BİR TANESİNİ</u> daire içine alınız) a. 6 aydan daha az b. 6 ay ya da daha fazla

4. Bölüm

3. Bölüm’de işaretlediğiniz sorunların **GEÇTİĞİMİZ AY SÜRESİNCE** hayatınızın aşağıda belirtilen alanlarından herhangi birini engelleyip engellemediğini belirtiniz.
Evet için E harfini, **Hayır** için H harfini daire içine alınız.

42	İş hayatı	E	H
43	Evin günlük işleri	E	H
44	Arkadaşlarınızla ilişkiler	E	H
45	Eğlence ve boş zamanlardaki etkinlikler	E	H
46	Okulla ilgili işler	E	H
47	Ailenizle ilişkiler	E	H
48	Cinsel yaşam	E	H
49	Genel anlamda hayattan memnuniyet	E	H
50	Hayatınızın her alanında genel işleyiş düzeyi	E	H

Ek. 8**Öz Tiksınme Gözden Geçirilmiş Form (Durumsal)**

Bu ölçek kendiniz ile ilgili şu anda nasıl hissettiğinize ilişkin maddeleri içermektedir. Lütfen her bir maddeyi okuyunuz ve size en uygun sayıyı işaretleyiniz. 1=Hiç Katılmıyorum, 2=Oldukça Katılmıyorum, 3= Biraz Katılmıyorum, 4= Ne katılıyorum ne katılmıyorum, 5= Biraz Katılıyorum, 6=Oldukça Katılıyorum, 7=Tümüyle katılıyorum.

ŞU ANDA;**1 2 3 4 5 6 7**

	1	2	3	4	5	6	7
1. Kendimi iğrenç buluyorum.							
2. Kendimle gurur duyuyorum.							
3. Davranışlarımdan tiksiniyorum.							
4. Bazen kendimi yorgun hissediyorum.							
5. Kendime tahammül ediyorum.							
6. Başkalarıyla beraber olmaktan keyif alırım.							
7. Çekici olduğumu düşünüyorum.							
8. Davranışlarımla ilgili iyi hissediyorum.							

9. Görünür olmak istemiyorum.							
10. İğrenç olduğunu düşündüğüm şeyler yapıyorum.							
11. Aynada kendime bakmaktan kaçınıyorum.							
12. Kendimi mutlu hissediyorum.							
13. Kendime bakmak beni rahatsız ediyor.							
14. Kendimi üzgün hissediyorum							
15. Görüntümü mide bulandırıcı buluyorum							

Ek. 9**Katılımcı İletişim Metni**

Merhaba, ben Ezgi Özkan! Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümünde Doç. Dr. Sait Uluç danışmanlığında yürüttüğüm Romantik İlişkilerde Aldatma ve Aldatılma başlıklı tez çalışmamın ilk aşamasında katılımcı olduğunuz için teşekkür ederiz. Şimdi araştırmanın ikinci aşaması olan yaklaşık 20 dakikalık deney aşamasını gerçekleştireceğiz. Bu aşama Zoom platformu üzerinden çevrimiçi olarak gerçekleşecektir. Bu bölümde size bir senaryo dinleteceğim ve kısa ölçekler doldurmanızı talep edeceğiz. Çalışmanın tamamlanması için ikinci aşama oldukça önemli.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeKSrpAisiVII36DWygW2IHOPrMmLgR6AphaCKg1DR5XJrcpw/viewform?usp=sf_link bu bağlantıdan boş olan ve uygun olduğunuz gün ve saati, katılımcı numaranızı ekleyerek seçmeniz durumunda görüşme saatinden 5 dakika öncesinde ilgili zoom linkini size iletacağız. Katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Not: Senaryo dinleme aşamasında kulaklık kullanmanızı tercih ediyoruz.

Katılımcı numaranız:'dır.

Ek. 10**Aydınlatılmış Onam Formu**

Bu araştırma Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde, Doç. Dr. Sait Uluç danışmanlığında Klinik Psikoloji programı yüksek lisans öğrencisi Ezgi Özkan'ın tez çalışması kapsamında yürütülmüştür. Araştırmanın yürütülmesi için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Araştırmanın başlangıcında bu çalışmanın amacının üniversite öğrencilerinde üniversite öğrencilerinde üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde aldatma ve aldatılma ile ilişkili olabilecek değişkenlerin incelenmesi olduğu söylenmiştir. Fakat incelenen konunun araştırma başlangıcında belirtilmesi yanlış tepkilere yol açabileceği ve hassas olması nedeniyle araştırmanın asıl amacı sizden gizlenmiştir. Bu çalışmanın asıl amacı farklı senaryolar kullanılarak katılımcının mağdur veya fail konumunda olmasının ve ihanet sonucu zarara uğrayıp uğramamasının zihinsel kirlenme, durumsal öz-tiksinme ve olumsuz içsel-dışsal duygular üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Çalışma ile ilgili herhangi bir sorunuz varsa çekinmeden sorabilirsiniz. Kişisel bilgileriniz saklı tutulacak ve verileriniz bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacaktır. Verilerinizin analizi grup halinde yapılacak, bireysel bir analiz gerçekleştirilmeyecektir.

Bu araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılım ve verilerinizin kullanılması için seçim hakkına sahipsiniz. Dilerseniz verilerinizi çalışmadan geri çekebilirsiniz. Bu size herhangi bir sorumluluk getirmeyecektir. Bu

durumda verileriniz ve kişisel bilgileriniz imha edilecek ve çalışmada kullanılmayacaktır.

Araştırma ile ilgili sorularınızın olması durumunda ezgozkn97@gmail.com adresinden Ezgi Özkan'a ulaşabilirsiniz. Bu çalışmaya katılmayı gönüllü olarak onaylıyorsanız, lütfen aşağıdaki kısmı okuyarak imzalayınız.

Katılımınız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

(Katılımcının Beyanı)

Tez çalışması kapsamında Doç. Dr. Sait Uluç ve Ezgi Özkan tarafından yürütülen bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. Bu çalışmanın gerçekleştirilebilmesi için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinlerin ve onayların alındığını, çalışmadan istediğim aşamada herhangi bir gerekçe göstermeden çekilme hakkım olduğunu ve bunun bana herhangi bir sorumluluk getirmeyeceğini biliyorum.

(Araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız, bu formu doldurunuz. Formun bir kopyası size e-posta aracılığıyla gönderilecektir, bu kopyayı saklayınız.)

Tarih:

Katılımcı:

Adı, soyadı:

Adres:

Telefon:

e-posta: