

Romantik İlişkilerde Obsesif Kompulsif Davranışlar ve Mükemmeliyetçi Tutumlar: Bir Derleme Çalışması

Uzm. Psk. Cevdet Durmuş

AFatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi
cevdetdurmush@gmail.com, Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-2990-3084>

Doç. Dr. İtir Tarı Cömert

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü,
itcomert@fsm.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6032-4416>

ÖZ

Romantik ilişkilerde obsesif kompulsif tutumlar, bir kişinin romantik ilişkilerinde zorlayıcı düşüncelere sahip olması, sürekli yoğun endişe duyması veya kontrol gerektiren tekrarlayıcı davranışlar sergilemesidir. Bu durum, partneri sürekli kontrol etme ihtiyacı veya aşırı kıskançlık gibi belirtilerle kendini gösterebilir. Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlar ise romantik ilişkideki yüksek standartlar ve gerçekçi olmayan beklentilerle ilişkilendirilen davranışlara işaret etmektedir. Mükemmeliyetçi bireyler, kendileri ve partnerleri üzerinde sürekli olarak mükemmeliyetçi standartları karşılamaya çalışabilirler; bu da ilişkiden doyum alamama veya yoğun eleştirel yaklaşım gibi sonuçlara yol açabilir. Bu derleme çalışması, romantik ilişkilerde gözlenen obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumlarla ilişkili faktörleri değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Sonuçlar, romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumların, ilişki doyumu, ‘kaygılı’ ve ‘kaçıngan’ bağlanma stilleri, ‘zedelenmiş sınırlar’, ‘aşırı tetikte olma’, ‘kopukluk’, ‘yüksek standartlar’ ve ‘diğerleri yönelimlilik’ gibi erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, ‘depresyon’, ‘anksiyete’, ‘kişilik bozuklukları’ ve ‘yeme bozuklukları’ gibi psikopatoloji faktörleriyle de ilişkili olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler: *Romantik ilişki, Romantik obsesif kompulsif belirtiler, Romantik Mükemmeliyetçilik*

Makalenin geliş tarihi: 08/08/2023 - Makalenin kabul tarihi: 23/10/2023
10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v09i2001

Obsessive-Compulsive Behaviors and Perfectionistic Attitudes in Romantic Relationships: A Literature Review

ABSTRACT

Obsessive-compulsive attitudes in romantic relationships refer to a person having compelling thoughts, constantly experiencing intense anxiety, or exhibiting repetitive behaviors requiring control. This condition may manifest through symptoms such as the constant need to control the partner or excessive jealousy. Perfectionistic attitudes in romantic relationships, on the other hand, point to behaviors associated with high standards and unrealistic expectations in the romantic context. Perfectionistic individuals may continually strive to meet perfectionistic standards for themselves and their partners, leading to outcomes such as dissatisfaction in the relationship or an intensely critical approach. This review aims to evaluate factors associated with obsessive-compulsive behaviors and perfectionistic attitudes observed in romantic relationships. The results indicate that obsessive-compulsive behaviors and perfectionistic attitudes in romantic relationships are associated with relationship satisfaction, ‘anxious’ and ‘avoidant’ attachment styles, ‘damaged boundaries,’ ‘over-vigilance,’ ‘disconnect,’ ‘high standards,’ and ‘other directedness’ related to early maladaptive schemas. Furthermore, it is revealed that these behaviors are also linked to psychopathology factors such as ‘depression,’ ‘anxiety,’ ‘personality disorders,’ and ‘eating disorders.’

Keywords: *Romantic relationship, Romantic Obsessive-Compulsive Symptoms, Romantic Perfectionism*

GİRİŞ

Biyopsikososyal bir varlık olarak insan doğumundan itibaren hayatının her anında diğer insanlarla yakın ilişkiler kurma ihtiyacı içindedir. Doğduğu andan itibaren anne ile karşılaşmaya başlanan bu ilişki ihtiyacı ilerleyen yaşlarda diğer aile üyeleriyle, yaşlılarıyla, arkadaşlarıyla, iş ilişkileriyle ve romantik ilişkileriyle karşılaşmaya devam eder.

Yakın ilişkiler, duyguların karşılıklı bir şekilde deneyimlendiği, kişiler arasında yoğun paylaşımın olduğu, olumlu ve olumsuz duyguların rahatlıkla ifade edilebildiği ve davranışa dönüştüğü, ayrılık durumunda bireylerin derin keder ve üzüntü hissettiği ilişkilere (Hamarta, 2004). Yakın ilişkilerin evlilik, mesleki arkadaşlık, sevgililik, arkadaşlık ilişkileri, aile üyeleriyle ilişkiler ve romantik ilişkiler gibi pek çok farklı türü vardır (Çaykuş, 2020). Romantik ilişki, duygusal boyutun daha ağır bastığı ve her iki tarafın istekli ve gönüllü olduğu bir yakın ilişki biçimidir (Hamamcı ve Esen-Çoban, 2010). Romantik ilişkiler konusunda alan yazında pek çok farklı çalışmanın yapıldığı ve özellikle psikolojik iyi oluş (Ruffieux vd., 2014; Margelisch vd., 2017), ilişki istikrarı (Ruffieux vd., 2014; Çaykuş, 2020), ilişki doyumu (Godbout vd., 2017; Taluy ve Sunal, 2016), şiddet (Godbout vd., 2017) ve boşanma (Jalili vd., 2017) gibi konular üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir.

Obsesif kompulsif bozukluk; DSM-5 olarak bilinen Amerikan Psikiyatri Birliği'nin güncel tanı kitabına göre, zihinde istemsizce ortaya çıkan sürekli düşünceler, görüntüler veya dürtüler (obsesyon); bu obsesyonlarla başa çıkmak için tekrarlanan davranışlar (kompulsiyon) ile karakterize edilen bir zihinsel bozukluktur (APA, 2013). Romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışların yaklaşık 10 yıl öncesine kadar kimsenin ilgisini çekmediği görülmektedir (Doron vd., 2012a, 2012b). Romantik ilişkilerle ilgili olarak, obsesyonel düşünceler ve kişinin partnerine duyduğu sevgi, partnerinin kendisine duyduğu sevgi veya ilişki deneyiminin doğruluğu gibi konularda obsesif düşünceler ve şüpheler ortaya çıkabilir. Bu tür obsesyonları yaşayan kişiler, partnerleriyle aralarındaki sevginin gerçekliğini sürekli olarak sorgulama veya ilişkilerinin kendileri için doğru bir ilişki olup olmadığını düşünme konusunda aşırı meşgul olabilirler (Doron vd., 2012a). Romantik ilişki obsesyonları olan kişiler bu düşüncelerini nötraliye etmek, onay aramak, kontrol etmek veya karşılaştırmak gibi bir takım kompulsif davranışlarda bulunabilirler (Doron vd., 2012a).

Mükemmeliyetçilik kişinin kendisi için yüksek standart ve amaçlara sa-

hip olma eğilimi ve kusursuzluğa ulaşmak için çaba göstermesi olarak tanımlanır ve kişinin ilişkilerini birçok açıdan etkiler (Flett vd., 1989; Flett ve Hewitt, 2002). Kişinin kendine yönelik belirlediği standartlar olarak tanımlanan mükemmeliyetçilik, aynı zamanda romantik ilişkilerin kalitesini, memnuniyetini ve sürekliliğini etkileyen önemli bir faktör olarak ele alınmaktadır (Özteke, 2015). Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ise iki boyutta ele alınmaktadır: kişinin kendine yönelik mükemmeliyetçi tutumu ve kişinin partnerine yönelik mükemmeliyetçi tutumu (Matte ve LaFontaine, 2012). Buna göre, bireyin kendine yönelik mükemmeliyetçi tutum sergilemesi, kişinin romantik ilişkisi içinde kendine belirlediği abartılmış beklenti ve standartları ifade ederken, partnere yönelik mükemmeliyetçi tutum içinde olması, kişinin romantik ilişkisinde partnerine yönelik geliştirdiği aşırılık gösteren, katı beklenti ve standartları tanımlamaktadır (Matte ve LaFontaine, 2012).

Tüm bu bilgiler ışığında, romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumlar üzerine bir derleme çalışması yapmak, bu konuların önemini anlamak ve bu davranışların ilişki dinamiklerine olan etkilerini derinlemesine incelemek için önemli bir adım olacaktır. Bu çalışma, romantik ilişkilerdeki bu özel davranış kalıplarının, ilişki istikrarı, ilişki doyumu, bağlanma...vb. gibi alanlarla nasıl bir ilişkisi olduğu ve ne gibi etkiler yaratabileceğini daha iyi anlamayı ve uygulamada farklı bakış açıları kazandırmayı amaçlamaktadır. Ayrıca, bu konuda yapılan güncel çalışmaları gözden geçirerek, literatüre yeni bir perspektif eklemek ve bu alandaki bilgi boşluklarını doldurmayı amaçlamaktadır.

1. Romantik ilişkilerde Obsesif Kompulsif Davranışlar:

Romantik ilişki içerisindeki partnerlerden birinde veya her ikisinde obsesyonların olması eşler arasındaki iletişimi olumsuz etkileyip ilişki için zarar verici bir unsur haline gelebilmektedir (Abbey vd., 2007). Romantik ilişkinin başlangıç aşamalarında çiftlerin birbirlerine karşı çelişkili duygular hissetmesi, ilişkinin niteliğini sorgulaması ve ilişkiden emin olmaması normal bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Kuru, 2022). Romantik obsesyon ise bu doğal ve normal sürecin patolojik bir zihinsel versiyonu olarak tanımlanmaktadır. Klinik obsesyonlarda da olduğu gibi, birey ilişkisine karşı zihninde beliren düşünceleri mantıksız bulmakta ancak bu düşünceleri kontrol etmekte zorlanmaktadır. Öyle ki, kişi bu düşüncelerden kaçınmaya çalışırken daha fazla kaygı ve endişe duymaya başlamaktadır (Doron vd., 2014). Romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif dav-

ranışlar; bireyin ilişkiye yönelik geliştirdiği kaygı ve şüphe içeren obsesyonlarını ve telafi edici davranışlarını ifade etmesinin yanı sıra; bireyin partnerine yönelik hissettiği sevgisi, partnerinin kendisine olan sevgisi ve yaşadığı ilişkinin doğruluğu hakkında duyduğu şüpheleri ifade etmektedir (Özel, 2021). Tüm ilişkilerde belli başlı sorunların olması ile birlikte her sorun obsesyon olarak tanımlanmamaktadır (Doron vd., 2014). Buna göre, kişinin ilişkiye ve partnere dair obsesyonlarının bireyde belirgin bir sıkıntıya ve işlevsel bozulmaya neden olması beklenmektedir. Dolayısıyla, Romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları, OKB'nin yıkıcı bir alt boyutu olarak değerlendirilen ilişki obsesyonları altında tanımlanmaktadır (Doron vd., 2014b; Doron vd., 2017).

Bu çerçevede romantik ilişkilerde görülen obsesyon ve kompulsiyonların 2 farklı türü olduğunu görmekteyiz: ilki “ilişki içerikli obsesif kompulsif davranışlar”, diğeri ise “partner odaklı obsesif kompulsif davranışlar”.

1.1.İlişki Odaklı Obsesif Kompulsif Davranışlar:

İlişki içerikli obsesyon ve kompulsiyonların belirtileri: Bireyin partneriyle ilgili duygularına, partnerin bireye yönelik duygularına veya romantik ilişkinin doğruluğuna dair şüpheler, kaygılar ve endişelerle belirginleşen, romantik ilişkiye dair obsesif düşünceler şeklinde ortaya çıkmaktadır. (Doron vd., 2012a). Ve bu obsesyonlara eşlik eden güven arama, yoğun karşılaştırma ve nötralizasyon gibi kompulsif davranışlar şeklinde ortaya çıkmaktadır (Doron vd., 2012a). Doron ve Derby (2017) ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyonların bilişsel doğasını açıklamaktadır. Buna göre, tetikleyici bir olay karşısında gelişen ilişki içerikli obsesyonlar, bireyin o anını tamamen sekteye uğratarak zihnini sürekli olarak meşgul etmeye başlamaktadır. İstem dışı olarak gelişen bu düşünceler bireyde yoğun kaygı ve endişe yaratmaktadır. Bunun sonucunda ise, birey bu kaygının yarattığı etkilerden kurtulmak için kaçınma ya da nötralizasyon davranışları göstermektedir. Örneğin; birey yaşadığı endişeyi azaltmak için eşine sürekli olarak sorular sorma, kontrol etmeye çalışma, kendi duygularını sürekli olarak kontrol etme ve obsesyonel düşünceleri tetikleyen durumlardan kaçınma gibi tepkiler gösterebilmektedir. Tüm bu tepkiler kısa vadede belli düzeyde bir rahatlama sağlasa da uzun vadede kişinin söz konusu obsesyonlarının pekişmesi ve giderek şiddetlenmesi ile sonuçlanmaktadır. Bu durum nihayetinde bireyin işlevsellik düzeyini olumsuz yönde etkilerken; eşiyile arasında güven sorunu, eşe bağımlılık ve terk edilme korkuları gibi problemlere neden olmaktadır.

1.2.Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Davranışlar

Partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonların belirtileri ise; bireyin partnerinde algıladığı kusurları ya da gerçek kusurları karşısında yoğun şüpheli düşüncelerini ve zihinsel meşguliyetini ifade etmektedir (Doron vd., 2012b). Birey bu düşüncelerin yarattığı endişe ile baş etmek için: kontrol etme, karşılaştırma, güven arama gibi kompulsiyonlar göstermektedir (Doron vd., 2012b). Romantik ilişkideki partnere yönelik bu tarz düşüncelere sahip bireyler partnerlerinin ahlakı, zekâ düzeyi, sosyal becerileri, dış görünüşü, duygusal istikrarı ve yeterliliğine yoğun ilgi göstermektedirler (Melli vd., 2015). Bireyde, eşinin zekâ düzeyinin yeterliliği, başarılı olup olamayacağı, fiziksel görünümündeki kusurları, duygusal olarak güvenilir ve istikrarlı olup olmadığı, mesleki yetkinliği, sosyal becerileri...vb. gibi hususlarda istemsiz ve zorlayıcı düşünceler ortaya çıkmaktadır (Doron vd., 2012b). Birey bu semptomları mantıksız, sınır dışı ve kabul edilemez olarak görmekte ve bu nedenle, suçluluk ve pişmanlık duyguları hissetmektedir. (Doron vd., 2012b; Doron vd., 2014). Bilişsel modele göre ise, bu zorlayıcı düşüncelerin yarattığı endişenin etkisinden kurtulmak ve rahatlamak için birey kontrol etme, içsel durumları sürekli olarak gözlemleme, nötralizasyon, karşılaştırma, güven arama, özeleştirme ve kaçınma gibi bir takım kompulsiyonel stratejiler izlemekte olup, kısa vadede rahatlama yaşamaktadır; ancak uzun vadede söz konusu sorun negatif olarak pekişmekte ve kısır bir bilişsel döngünün ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Doron ve Derby, 2017).

Araştırmalar, ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyonların bir arada görülmekte olduğunu ve her birinin diğerini güçlendirme ve şiddetlendirmede önemli bir etken olduğunu ileri sürmektedir (Doron vd., 2012a). Söz konusu obsesyonlar düşünce formunda olabileceği gibi tıpkı klinik obsesyonlardaki gibi imge veya dürtü şeklinde de kendini gösterebilmektedir (Doron vd., 2014a).

10 yıl öncesine kadar romantik ilişkilerde gözlenen obsesif kompulsif davranışlar ile ilgili incelemeler daha çok klinik Obsesif Kompulsif Bozukluk üzerinden ilerlemiş olup daha sonra Doron ve arkadaşları (2012a) tarafından 2012 yılında “Romantik İlişkilerde Obsesif Kompulsif Davranışlar Ölçeği” geliştirilmiş ve çalışmalarda ölçüm aracı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Bu çerçevede, konu hakkındaki araştırma alanının hem Türkiye’de hem de genel olarak dünyada yeni olduğunu söylemek doğru olacaktır. Bu bağlamda, yapılan çalışmaların daha çok; bağlanma, evlilik

doyumunu, ilişki doyumunu, uyumsuz şema ve temel inançlar gibi değişkenlerle ilgili olduğu görülmektedir.

Parlapan Baş (2019) ikili ilişkilerin zorlayıcı hale gelmesi durumunda ilişkiden alınan doyumun da azalacağını ifade etmektedir. Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen bir araştırmada ise, ilişki doyumunu ve romantik ilişki obsesyonları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu ortaya konmaktadır (Kuru, 2022). Buna göre, romantik ilişki obsesyonları arttıkça ilişki doyumunu azalmakta olup, romantik ilişki obsesyonları azaldıkça ilişki doyumunu artmaktadır. Bir başka çalışmada ise, İlişkiye yönelik obsesif kompulsif belirtilerin ilişkiden doyum sağlayamama ile ilişkili olabileceği görülmektedir (Brandes vd., 2020). Bunun dışında, evlilik doyumunu ve romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar arasındaki ilişkinin negatif yönlü olduğu ortaya konmakta olup, düşük evlilik doyumuna sahip olan bireylerin daha fazla ilişki içerikli obsesif-kompulsif belirti gösterdiği ortaya konmaktadır (Cebeci, 2019). Dar-Perl (2018) ise romantik ilişkilerde obsesyon ve kompulsiyon belirtilerine sahip bireylerin partnerlerinin, daha düşük ilişki memnuniyeti deneyimlediklerini, bu anlamda ilişki kalitesinin zarar gördüğünü aktarmaktadır. Bunun haricinde, ilişki takıntılarla mücadele eden bireylerin duygusal zorlukları entelektüelleştirmek suretiyle bastırma eğiliminde oldukları ve bu davranışın ilişki doyumunu olumsuz etkilediği bildirilmektedir (Rumman, 2020). Romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ve ilişki doyumunu arasında ruminatif düşünceler ve kıskançlığın aracılık rolünü ele alan bir çalışma ise, romantik obsesyonların kıskançlık ve ruminasyonu arttırdığı ve bu durumun ilişki doyumunu negatif yönlü etkilediği sonucunu ortaya çıkarmaktadır (Kılıç ve Altınok, 2021).

Yetişkin bağlanma stilleri ile evlilik uyumunun, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordayıp yordamadığını araştıran bir çalışma; kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri ve evlilik uyumunun, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı sonucunu ortaya koymaktadır (Özel, 2021). Bir başka çalışma ise, özellikle kaygılı bağlanma örüntüsünün romantik obsesyon ve kompulsiyonlar için güçlü bir yordayıcı olduğunu bildirmektedir (Yıldırım, 2018). Romantik ilişkilerde görülen obsesyon ve kompulsiyon belirtilerinde bağlanma stillerinin önemini inceleyen bir çalışma ise, kaygılı veya kaçınan bağlanma gibi güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylerin, ilişki merkezli ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler gösterme olası-

lığının daha yüksek olduğunu öne sürmektedir (Balcı, 2021). Bir başka çalışmada ise, güvensiz bağlanmanın, özellikle de kaygılı bağlanmanın, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin ortaya çıkması ve sürmesinde etkili olduğu sonucu gözlenmektedir (Brandes vd., 2020). Trak ve İnözü (2019) ise aşırı korumacı ebeveyn tutumundan kaynaklı kaygılı bağlanma durumunda birey daha şiddetli ilişki obsesyon ve kompulsiyon belirtileri gösterebilmektedir. Ayrıca, romantik ilişkilerinde obsesif kompulsif belirtiler gösteren bireylerin yaşadıkları duygusal zorluklarla baş etmek için entelektüalizasyon mekanizmasını kullandıklarını ve bu durumun bağlanmaya olumsuz etkilerde bulunduğunu çalışmalar ortaya koymaktadır (Rumman, 2020).

Literatür incelendiğinde romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlarla ilgili dikkat çeken diğer değişkenlerin; erken dönem şemalar ve akılcı olmayan temel inançlar olduğu gözlenmektedir. Şentürk'ün çalışmasında (2021) erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik kişilerarası şemalar ile romantik ilişki ve eş odaklı obsesif kompulsif semptomlar arasında pozitif ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bakçepinar tarafından 2019 yılında 290 katılımcıyla yapılan çalışmada, romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonları ile partner temalı obsesif kompulsif belirtilerin şema alanları arasındaki ilişkisi incelenmiştir; bu çalışmada “zedelenmiş özerklik” ve “aşırı tetikte olma” şema alanlarının hem ilişki hem de partner odaklı obsesif kompulsif davranışları yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Toroslu (2020), erken dönem uyumsuz şema alanlarından “kopukluk”, “yüksek standartlar”, “zedelenmiş sınırlar” ve “diğerleri yönelimlilik” şema alanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük seviyesinde artışa neden olduğu için, özellikle partner odaklı obsesyon ve kompulsiyon belirtilerinde bir artışa neden olduğunu bildirmektedir. Bir başka çalışma ise, erken dönem uyumsuz şemalar ile romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtiler arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Karahisar, 2021). Bunun dışında, mükemmeliyetçilik kaygısı, eylemlerle ilgili şüpheler, yanlış ilişkide olma ve yalnız kalma ile ilgili katastrofik ve akılcı olmayan inançlar, ilişki odaklı obsesif kompulsif davranışları yordarken; yanlış ilişkilerde olma konusundaki katastrofik inançlar ve korkular ise yalnızca partner odaklı obsesif kompulsif davranışları yordamaktadır (Melli vd., 2018). İran’da yapılan bir çalışma ise romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif davranışların altında yatan faktörlerin obsesif inançlar, katastrofik inançlar, aşırı sorumlulukla ilgili inançlar olduğunu göstermektedir (Ghomian ve vd., 2021).

Romantik ilişkilerde obsesif kompulsif bozukluk çalışmalarında ele alınan bir diğer önemli faktör sosyodemografik değişkenlerdir. Özellikle ilişki süresi ve romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır; buna göre ilişki süresi arttıkça romantik ilişki ve partner odaklı obsesyon ve kompulsiyon belirtilerinin azaldığı gözlenmektedir (Abak, 2021; Karahisar, 2021; Tinella ve ark. 2023; Toroslu, 2020). Bazı çalışmalar, romantik ilişkide obsesyon ve kompulsiyonların, cinsiyet, yaş, ilişki durumu, ilişki süresi gibi sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığını gösterirken (Şentürk, 2021), bazı çalışmalar ise, ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin Cinsiyet, (Karahisar, 2021) yaş (Karahisar, 2021; Yıldırım, 2018), gelir düzeyi, ilişki süresi gibi değişkenler açısından farklılık göstermediği sonucu ortaya çıkmaktadır (Yıldırım, 2018). Bu bağlamda, literatürde romantik ilişkilerde gözlenen obsesif kompulsif davranışlarla sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların farklı sonuçlar ortaya koyduğu görülmektedir.

Tüm bunlar dışında, romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif davranışları bazı değişkenler olumlu yönde, bazıları ise olumsuz yönde yordamaktadır. Buna göre; ruminatif düşünme stili (Abak, 2021; Kılıç ve Altınok, 2021), beden algısı ve sosyal görünüş kaygısı (Abak, 2021), Ortoreksiya nervoza (Yılmaz, 2021) ilişki niteliğini değerlendirme düzeyi (Çaykuş, 2020), ebeveynlerin psikolojik kontrolleri (Yıldırım, 2018), düşük benlik değeri (trak ve İnözü, 2019), düşük özsaygı (Ghomian vd., 2021) suçluluk korkusu (Tinella ve vd., 2023), terk edilme korkusu (Bélangier, 2021) gibi değişkenler, romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif davranışları doğrudan ve pozitif yönde yordarken; bağlılık, ilişkideki güç algısı, ilişki yatırım düzeyi (Çaykuş, 2020), eş desteği (Cebeci, 2019) gibi değişkenler, romantik obsesyon ve kompulsiyonları doğrudan ve olumsuz yönde yordamaktadır.

Ayrıca çalışmalar, çocuğun ebeveynlerinin ya da kardeşlerinin bakım sorumluluğunu üstlenmesiyle, aile içindeki alt sistemler arasındaki sınırları bulanıklaştıran ve uyumsuz bir rol değişimine yol açan bir süreci ifade eden “ebeveynleşme” düzeyinin, partnere bağlı benlik değerinin (Bagget vd., 2013) ve partnerin dürüstlük, doğruluk veya çeşitli yaşam olaylarında sürekli olarak istikrarlı bir performans sergileme kabiliyetine dair kuşku duyma eğilimini ifade eden “obsesif güvensizliğin” (Brandes vd., 2020), partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerle pozitif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu sonucunu ortaya koymaktadır (Açar, 2022).

Brandes ve arkadaşları ise (2020) obsesif biçimde güven duymamanın partner odaklı obsesyon ve kompulsiyon belirtilerini etkilemekte olduğunu ve söz konusu obsesif güvensizliğin hem bireyin kendisinin hem de partnerinin maruz kaldığı fiziksel veya cinsel şiddetle ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca incelemeler, sadakatsizlik, tecavüz ve sorunlu aile geçmişi gibi faktörlerin romantik ilişkilerde obsesyon ve kompulsiyonların etiyojisinde yer aldığını ortaya koymaktadır (Ghomian vd., 2021).

Romantik ilişkilerde görülen obsesif kompulsif davranışların aynı zamanda psikopatoloji için risk faktörü oluşturduğu çalışmalarla ortaya konmaktadır. Buna göre, romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonlarının bireyde ve partnerinde stres (Dar-Perl, 2018), depresyon ve anksiyete riskini artırmaktadır (Brandes vd., 2020; Dar-Perl, 2018; Ghomian vd., 2021). Bunun haricinde, psikolojik iyi oluş üzerinde olumsuz etkileri olduğu çalışmalarla ortaya konmaktadır (Trak ve İnöz, 2019). Ayrıca, obsesyon ve kompulsiyonlarla ilgili uyumsuz inançların; depresyon, kaygı ve huzursuzluğa neden olmasının yanı sıra, öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkilediği ve ilişkide gözlenen obsesif kompulsif davranışların devamlılığına neden olduğu bildirilmektedir (Melli vd., 2018). Bunun dışında, romantik ilişkilerinde obsesif kompulsif davranışlar gösteren bireylerin, buna paralel olarak obsesif kompulsif kişilik bozukları, yeme bozuklukları, öfke ve saldırganlık gibi sorunları olabileceği bildirilmektedir (Ghomian vd., 2021). Öte yandan, partnerlerden birinin obsesif kompulsif semptomlar göstermesinin; diğer partnerde romantik ilişki obsesyon ve kompulsiyonlarına neden olduğu farklı çalışmalarda görülmektedir (Dar-Perl, 2018; Littman vd., 2023) Bunun dışında, narsistik düşünme örüntülerinin partner odaklı obsesif kompulsif davranış belirtilerini yordadığı, paranoya düşüncelerinin ilişki odaklı obsesyon ve kompulsiyon belirtilerini yordadığı bildirilmektedir (Tinella vd., 2023).

2. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik:

Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilikle ilgili literatürde yer alan tanımlamalara bakıldığında, bireyin hem kendisine yönelik hem de partnerine yönelik bakış açılarıyla ele alındığı görülmektedir. Bunun dışında, mükemmeliyetçi ilişkilerin sadece yakın ilişkiler çerçevesinde de alındığı gözlenmektedir. Birey, içinde bulunduğu ilişkide kendini partneriyle karşılaştırma, partneriyle arasındaki “benzerlik” ve “farklıları” öğrenmeye çalışmaktadır; bu çerçevede, söz konusu benzerlik ve farklılıklar ilişkinin niteliğini ve sonuçlarını belirlemede son derece önemlidir (Robins ve Boldero, 2003).

Hewitt ve Flett (1991) tarafından tanımlanan, “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” kişinin yakın çevresindeki kişiler için belirlediği gerçek olmayan standartları belirlerken; “toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik” toplumun kendisine dair beklentilerini abartılı şekilde algılama durumunu ifade etmektedir. Bu durum, kişilerarası sorunların mükemmeliyetçilikle ilişkili olabileceğini ve ilişkileri olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir (Habke ve Flynn, 2002). Bu da ilişki memnuniyet ve doyum düzeyinin düşmesine ve mükemmellik beklentisi nedeniyle öfkeye ve gerginliğe neden olmaktadır (Dimitrovsky vd., 2002). Bu gerginliğin ise ilişkinin esnekliğini azalttığı ve ilişkiyi olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir (Yılmaz ve Ümmet, 2020). Mükemmeliyetçiliğin ilişkilerde yaşanan sorunlar ve uyumsuzluk ile anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu, çalışmalar sonucunda ortaya konmaktadır (Hewitt vd., 1995).

Yakın ilişkilerde yaşanan ikili mükemmeliyetçilikle iki kavramdan söz edilmektedir; bunlardan ilki kişinin partnerine yönelik mükemmellik beklentilerini ifade eden “partnere yönelik mükemmeliyetçilik” (Mackinnon vd., 2012; Stoeber, 2012), diğeri ise, kişinin partnerinin beklediği mükemmellik algısını ifade eden “partnerden algılanan mükemmeliyetçilik” (Stoeber, 2012). Bu durumun, bireyin hem kendisinin hem de partnerinin düşük ilişki uyumundan kaynaklandığı ve sorunlarla baş etme becerilerinin yetersizliğinden kaynaklandığı belirtilmektedir (Stoeber, 2012).

Partnere yönelik mükemmeliyetçilikte, bireylerin kaygı yaşadığı ve bu kaygının nedeninin ilişkiyle ilgili işlevsel olmayan düşünceler olduğu belirtilmektedir (Yılmaz ve Ümmet, 2020). Bu bireyler, yakın ilişki oluşturma mükemmelliğe bağlı olduğuna dair bir düşünceye sahip olduklarından ve ilişkiyle ilgili yüksek hedeflere sahip olduklarından partnerlerine karşı saygı, güven ve sevgisizlik sorunları yaşamaktadırlar (Mackinnon vd., 2012). Özellikle, yüksek hedef ve beklentilere ulaşamaması durumunda yaşadıkları başarısızlık algısının buna neden olduğu ifade edilmektedir.

Lopez ve arkadaşları (2006), bireyin partnerine yönelik yüksek beklentiler belirlemesi ve bu beklentilerin karşılanmaması durumunun kendisinde; öfke, doyumsuzluk ve çatışma yaratabileceğini ifade etmektedirler. Bu nedenle, partnere yönelik beklentiler ve bu beklentilerin karşılanıp karşılanmamasına dair algılar yüksekten düşüğe doğru değişmekte olup, bu durum ilişkiye biçilen değer için önemli bir öge olarak değerlendirilmektedir. Buna göre, bireyin partnerinden beklediği yüksek beklentileri

ve bu beklentilerin karşılanması algısı arasındaki çelişki, uyumsuz ilişki mükemmeliyetçiliğine bir örnek olarak literatürde yer almaktadır.

Alan yazında yapılan çalışmalara bakıldığında, ikili mükemmeliyetçiliğin genel olarak; evlilik uyumu (Mee vd., 2015), ilişki kalitesi (Tosun ve Yazıcı, 2021) İlişki doyumu (Williams ve Gill, 2020), bağlanma (Stoeber, 2012), uyumsuz sorun çözme stratejileri (Stoeber, 2012), eş seçiminde irrasyonel inançlar ve beden imajı (Özteke, 2015) gibi değişkenlerle ilişkili olduğu göze çarpmaktadır.

Mükemmeliyetçi tutumların yakın ilişkileri üzerindeki etkisini araştıran çalışma sayısının sınırlı olması ve romantik ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumları ölçen bir ölçme aracının olmamasından dolayı Matte ve Lafontain (2012) “Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ölçeğini” geliştirmişlerdir. Söz konusu ölçek 14 maddeden oluşmakta olup iki farklı alt boyutta mükemmeliyetçiliği ölçmektedir. Bu boyutlar bireyin kendine ve partnerine yönelik mükemmeliyetçi tutumlarını ele almaktadır. Bu çerçevede, Matte ve Lafontain (2012) romantik ilişki mükemmeliyetçiliğini, kişinin romantik ilişki içerisinde kendisine ve partnerine yönelik belirlediği beklentiler ve standartlar olarak tanımlamaktadırlar.

Ölçme aracının yakın zamanda geliştirilmiş olması, konuyla ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Romantik ilişkilerde görülen mükemmeliyetçi tutumlar ile ilgili son yıllarda yapılmış sınırlı sayıda araştırmalara bakıldığında genel olarak; “ilişki doyumu”, “evlilik uyumu”, “bağlanma” ve “sosyodemografik yapılar” gibi faktörlere ışık tuttuğu gözlenmektedir.

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırma, ilişki doyumu ve ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu ortaya koymaktadır (Adaköy, 2019). Buna göre, mükemmeliyetçi kişilik özelliklerinden “düzen” alt boyutunun ilişki doyumu ile negatif ve yüksek düzeyde ilişkisi olduğu; “farklılık” ve “yüksek standartlar” alt boyutlarının ise ilişki doyumu ile orta düzeyde ve pozitif yönde ilişkisi olduğu görülmektedir. Ayrıca, “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” ve “toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik” ile evlilik uyumu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken, diğer alt boyut olan “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (Kızılöz-Başsayın, 2018). Bununla uyumlu olarak bir başka çalışmada, üniversite öğrencilerinin ikili ilişkilerde güven ve

mükemmeliyetçi tutumlarının, ilişki doyumu üzerinde etkisi incelenmiştir (Şensoy, 2019). Sonuçlara göre, “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” alt boyut düzeyinde yaşanan artış ile birlikte ilişki doyumunda bir azalma olduğu gözlenirken, “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” alt boyutu ve güven düzeyindeki artışla ile birlikte ilişki doyumunun da arttığı gözlenmektedir. Bunun dışında, ilişkide aşırı hak talep etme düzeyindeki artışın, ikili ilişkilerde “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” düzeyinde bir artışa neden olduğu ve bunun da romantik ilişkiden alınan doyumu azalttığı sonucu ortaya çıkmaktadır (Candel ve Apetrei, 2020). Satıcı (2018) ise, bireyin mükemmeliyetçilik düzeyindeki azalmanın, romantik ilişki doyumunu güçlendirebileceğini, çalışmaları sonucunda ortaya koymaktadır. Bir başka çalışmada ise Mükemmeliyetçiliğin ilişkideki stres seviyesini artırdığı ve ilişki memnuniyetini azalttığı sonucu görülmektedir (Faber ve Schlarb, 2018). Bir başka çalışmanın sonuçlarına göre ise, ikili ilişkilerde olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik seviyesi ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki gözlenmektedir; buna göre, olumlu veya olumsuz mükemmeliyetçilik seviyesi arttıkça romantik ilişkiden alınan doyum azalmaktadır (Kol, 2020). Bu sonuçların aksine, bir başka çalışma olumlu mükemmeliyetçilik özellikleri arttıkça ilişkiden alınan doyumun arttığını, olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin artışıyla da ilişki doyumunun azaldığı sonucu ortaya çıkmaktadır (Phillips vd., 2022). Bu çalışmayla uyumlu olarak Gingras ve arkadaşları (2020), olumlu mükemmeliyetçiliğin ilişki doyumunu artırırken olumsuz mükemmeliyetçiliğin ilişki doyumunu azalttığını bildirmektedirler.

Romantik ilişkilerde yapılan çalışmalarda karşılaşılan bir diğer faktörün; “Bağlanma” olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, ebeveyne bağlanma düzeyinin, ikili ilişkilerdeki olumlu veya olumsuz mükemmeliyetçi özellikleri yordayıp yordamadığı araştırılmış; bu çerçevede, bu iki değişken arasında lojistik ve sıralı lojistik regresyon analizlerinin farklı sonuçlar verdiği görülmüştür (Ergin ve Demirli, 2020). Buna göre; sıralı lojistik regresyon analizinde, ebeveyne bağlılığı ortalama olan bireylerin, ikili ilişkilerdeki mükemmeliyetçi tutumlarında bir artış olduğu gözlenirken; normal lojistik regresyon analizinde, ebeveyne bağlılık düzeyinin artması durumunda, ikili ilişkilerdeki mükemmeliyetçi tutumlarında bir azalma olduğu gözlenmiştir. Bir başka çalışmada ise, kişilerarası mükemmeliyetçilik ile kaygılı bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu vurgulanmaktadır (Yıldırım, 2018). Lafontain ve arkadaşları (2019) ise, güvensiz bağlanmanın romantik mü-

kemmeliyetçilikle ilişkili olduğunu çalışmaları doğrultusunda belirtmektedirler. Bir diğer çalışma ise, kaygılı ve kaçınan bağlanma modellerinin romantik mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğunu; özellikle “Toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik” alt boyutunun yükselmesinin, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Lafontaine vd., 2021). Bunu dışında kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ve kişilerarası mükemmeliyetçilik alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bildirilmektedir (Lam ve Hewitt, 2018). Bir başka çalışmanın sonuçlarında ise, eşlerinin mükemmeliyetçi olduğunu belirten kadınların bağlanma davranışlarının daha düşük seviyelerde olduğu belirtilmektedir (Aktün, 2022). Murphy (2020) ise uyumlu mükemmeliyetçi kişilerin genellikle daha olumlu ve sağlıklı ilişki inançlarına sahip oldukları için güvenli bağlanma stillerini benimsediklerini; uyumsuz mükemmeliyetçi kişilerin ise daha olumsuz ilişki inançlarına sahip olma eğiliminde olduklarını, bu kişilerin ise kaygılı bağlanma eğiliminde olduklarını ifade etmektedir.

Bunun dışında, romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ve psikolojik iyi oluş kavramları bir arada ele alınmaktadır. Buna göre yapılan bir çalışmanın bulguları; sosyal medya bağımlılığının romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği pozitif yönde yordadığı, romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin ise iyilik halini negatif yönde yordadığı sonucunu ortaya çıkarmaktadır (Saticı 2019). Bunun dışında, Yılmaz ve Ümmet (2020) tarafından yapılan çalışmada romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisi ayrı ayrı incelenmiştir. Sonuçlar; “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” düzeyi ile psikolojik iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu; “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” düzeyi ile çocukluk çağı travmaları, duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel istismar puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; Çocukluk çağı travmaları ile psikolojik iyi oluş puanlarının hem “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” hem de “diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” puanlarını anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir.

Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlarla ilgili yapılan çalışmalarda ele alınan bir diğer faktör sosyodemografik değişkenlerdir. Konuyla ilgili en güncel ve kapsamlı veriyi Ergin ve Demirli (2020) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmayla ortaya koymaktadırlar. Bu çerçevede, bazı sosyodemografik değişkenler ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlarda bir artışa neden olurken bazı değişkenler azalmaya neden olmaktadır.

Buna göre; İkili ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlarda artmaya neden olan ilk faktörün “cinsiyet” olduğu görülmektedir; özellikle erkeklerin ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlarının kadınlara göre daha belirgin olduğu görülmektedir. Bunun özellikle cinsiyet rolleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Erkeklerden beklenen güçlü, başarılı ve kusursuz olma baskısı, mükemmeliyetçilik eğilimini artırabilmektedir.

“Anne mesleği” bir başka sosyodemografik değişken olarak ele alınmaktadır; buna göre, annesi mühendis veya doktor olan kişilerin ikili mükemmeliyetçilik seviyelerinde bir artış gözlenmektedir. Çocukların söz konusu meslek gruplarındaki anne babalarının başarılarını takip etme veya bu seviyeye ulaşma konusunda daha fazla baskı hissedebileceği düşünülmektedir.

Bunun dışında, “baba ile yaşama” durumunun bir başka sosyodemografik değişken olduğu görülmektedir; bu doğrultuda, babası ile yaşayan bireylerin ikili mükemmeliyetçilik seviyelerinde bir artış gözlenmektedir. Bu artışın özellikle aile dinamikleri, beklentiler veya bireyin rol modelleri ile ilişkilendirilmektedir. Baba ile birlikte yaşayan bireyler, aile bağları ve beklentileri nedeniyle daha fazla mükemmeliyetçilik baskısı altında olabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca, örneklem dağılımında “ilişki süreleri” azaldıkça, ikili ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik tutumlarında anlamlı bir artış görülmektedir. Bu durum ilişkilerin başındaki dönemlerde ortaya çıkan beklentilerin ve idealizmin azalmasıyla ilişkilendirilmektedir. Zamanla, gerçekçi olmayan beklentiler yerini daha sağlıklı ve gerçekçi beklentilere bırakabilmektedir.

İkili ilişkilerde gözlenen mükemmeliyetçilikte azalmaya neden olan ilk sosyodemografik faktör “anne ile yaşama durumu” faktörüdür; bu doğrultuda annesi ile yaşayan bireylerin ikili mükemmeliyetçilik seviyelerinde bir azalma olduğu gözlenmektedir. Ayrıca, “ebeveyne bağlanma” arttıkça ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumların azaldığı görülmektedir. “Cinsiyet” değişkeni açısından bakıldığında ise; kadınların ikili mükemmeliyetçilik seviyelerinin erkeklere göre anlamlı düzeyde daha az olduğu görülmektedir. Son olarak, “Kardeş sayısı” bir başka değişken olarak literatürde görülmektedir; buna göre, kardeşi olmayan bireylerin mükemmeliyetçilik seviyelerinde anlamlı bir azalma olduğu bildirilmektedir (Ergin ve Demirli, 2020).

Öte yandan, romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan farklı çalışmalarda farklı değişkenlerin de ele alındığı görülmektedir. Buna göre, özellikle “Toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik” alt boyutunda, partnerin uyguladığı fiziksel ve psikolojik şiddet düzeyinin arttığı gözlenmektedir (Lafontaine vd., 2021). Bir başka çalışmada, romantik mükemmeliyetçilik düzeyi arttıkça, romantik ilişkilerdeki ortak sorunlarla başa çıkmak için çiftlerin birlikte kullandığı stratejileri ifade eden “Di-yadik başa çıkma” becerilerinde bir azalma olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır (Lafontain vd., 2019). Ayrıca, kişiler arası mükemmeliyetçiliğin tüm alt boyutları ve cinsel kaygı arasında pozitif bir ilişki bulunmuş olup buna göre mükemmeliyetçilik seviyesi arttıkça cinsel kaygı düzeyinde de bir artış yaşanmaktadır (Lam ve Hewitt, 2018). Bunun dışında, özellikle “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” alt boyutunun; bireylerde kıskançlık seviyesini ve yapıcı ve yıkıcı başa çıkma tarzlarını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur (Kara ve Deniz, 2021). Bir başka çalışmanın bulguları ise, “partnerden algılanan mükemmeliyetçilik” beklentilerinin bekar olma olasılığının artmasıyla sonuçlanabileceğine işaret edilmektedir (Vacca vd., 2020). Bir başka çalışmada ise, mükemmeliyetçiliğin “düzen” alt boyutu ve partneri affetme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır (Kurt ve Demir, 2022). Bilinçli farkındalık düzeyi ile romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçi tutumlar arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu ise, bir başka araştırmada ortaya çıkmaktadır (Bozburun, 2022). Aynı çalışmanın bir başka sonucu ise, duygusal deneyimleri ve duygusal ifadeyi anlama ve ifade etme yeteneğinin kısıtlı veya zayıf olması durumunu ifade eden “Aleksitimi” ile romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Buna bağlı olarak üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin yükselmesi ile birlikte, romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçi tutumlarında da bir artış gözlenmektedir. Ayrıca, bireylerin ebeveynleri arasındaki ilişki davranışları, romantik ilişkilerindeki mükemmeliyetçilik düzeyini etkilemektedir (Tosun ve Yazıcı, 2021). Bu durum, ebeveynlerin ilişki modelinin, çocukların romantik ilişkilerine yansıdığını göstermektedir. Bunun dışında, “Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik” profilindeki bireylerin beğenilme, ilişkiye girme isteği ve sıcaklık açısından diğer profildeki bireylere göre daha fazla puan aldığı bildirilmektedir (Davis vd, 2018). Aynı çalışmaya katılan “kendine yönelik mükemmeliyetçi” profilleri, daha yetenekli bireyler olarak algılanmaktadır. Yine aynı çalışmanın bir başka bulgusu ise; katılımcıların, mükemmeliyetçi birey-

lerle uzun vadeli ve yüksek yatırım gerektiren ilişkilerde daha az mutlu olmayı beklediklerini belirtmektedirler. Bunun haricinde, partner odaklı mükemmeliyetçiliğin hem çocuk odaklı mükemmeliyetçilikle hem de narsisizm düzeyiyle pozitif yönlü ilişkisi bulunmaktadır (Piotrowski, 2020). Son olarak, “partner odaklı mükemmeliyetçi” tutumların, romantik ilişkilerde yaşanan zorlukların ve gerginliklerin özel bir yordayıcısı olduğu; bu çerçevede, ilişki kalitesinde bir azalmaya neden olabileceği bildirilmektedir (Faber ve Schlarb, 2018; Piotrowski, 2020).

Sonuç

Bu derleme çalışması, romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumlara etki eden faktörleri incelemektedir. Araştırmada, ilişki doyumu, bağlanma stilleri, erken dönem olumsuz şemalar ve psikopatoloji gibi değişkenlerin, romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumlar üzerinde önemli bir rol oynadığı belirlenmiştir.

Romantik ilişkilerdeki obsesif kompulsif davranışlarla ilgili son yıllarda yapılan çalışmaların; bağlanma, ilişki uyumu, ilişki doyumu, erken dönem olumsuz şemalar, irrasyonel inançlar, sosyodemografik değişkenler, psikopatoloji değişkenlerinin etkileri hakkındadır. Ayrıca romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik kavramının farklı değişkenle ilişkisi olduğu görülmektedir. Bu açıdan ilişki doyumu, bağlanma, sosyodemografik değişkenler, psikolojik iyi oluş ve diğer pek çok değişkenin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçi tutumlarla doğrudan ilişkili olduğu görülmektedir.

Bu derleme çalışması, romantik ilişkilerde ortaya çıkan obsesif kompulsif belirtiler ve mükemmeliyetçi tutumlara etki eden faktörlerin anlaşılması açısından önemlidir ve özellikle psikoterapi uygulamaları için yol gösterici olabilir. Özellikle çift terapisi süreçlerinde obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumlarla ilgili; özellikle çiftlere özgün ihtiyaçlarına yönelik özelleştirilmiş bir yaklaşım benimsenmesinin son derece önemli olduğunu bu çalışmaların bulguları göstermektedir.

Gelecekteki araştırmalarda ise sıkı metodolojik standartların gözetilmesi, geniş örneklem gruplarının kullanılması, uzun vadeli izleme çalışmalarının yapılması ve daha fazla klasik derleme, sistemik derleme veya meta-analiz çalışmalarının gerçekleştirilmesi; bu konuya daha fazla dikkat çekmek için fayda sağlayacaktır. Bu şekilde, romantik ilişkilerde obsesif kompulsif davranışlar ve mükemmeliyetçi tutumları etkileyen faktörlerin daha kapsamlı bir şekilde anlaşılması sağlanabilir.

Kaynakça

Abak, E., & Güzel, H. Ş. (2021). Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi (tur), *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(3): 368-382.

Abbey, R. D., Clopton, J. R. & Humphreys, J. D. (2007). Obsessive–compulsive disorder and romantic functioning [Obsesif kompulsif bozukluk ve romantik işlevsellik], *Journal of Clinical Psychology*, 63(12): 1181–1192.

Açar, Ş. (2022). Ebeveynleşme, Partnere Bağlı Benlik Değeri, Obsesif İnançlar ve Obsesif Güvensizliğin Partner Odaklı Obsesif Kompulsif Belirtilerle İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Adaköy, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumları ile ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Aktün, Ç. (2022). A dyadic analysis of the link between couples' perfectionism and attachment behaviors, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Özyeğin University, Graduate School of Social Science.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author

Baggett, E., Shaffer, A., & Muetzelfeld, H. (2013). Father–daughter parentification and young adult romantic relationships among college women. *Journal of family Issues*, 36(6), 760-783.

Bakçepinar, E. (2019). Romantik ilişki ve partner temalı obsesyon ve kompulsiyonların şema alanları açısından incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Balcı, E. S. (2021). The predictive role of insecure attachment styles on relationship centered and partner focused obsessive compulsive symptoms: The mediator role of relationship satisfaction and intention of infidelity. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bélanger, J. J., Collier, K. E., Nisa, C. F., & Schumpe, B. M. (2021). Crimes of passion: When romantic obsession leads to abusive relationships, *Journal of personality*, 89(6): 1159- 1175.

Bozburun, İ. (2022). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliklerinin bilinçli farkındalık ve aleksitimi açısından incelenmesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Brandes, O., Stern, A. ve Doron, G. (2020). “I just can’t trust my partner”: Evaluating associations between untrustworthiness obsessions, relationship obsessions and couples violence, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 24.

Candel, O. S., & Apetrei, L. (2020). Sense Of Relational Entitlement, Perfectionism And Couple Satisfaction: Preliminary Associations. *Paths Of Communication In Postmodernity*, Romania: University of Iasi, 212.

Cebeci, B. (2019). Evlilik doyumunun eş desteği ve ilişki içerikli obsesif-kompulsif semptomlar ile ilişkileri, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çaykuş E.T. (2020). İlişki istikrarı: ilişkilerde güç algısı, ilişkişel alçak-gönüllülük ve romantik ilişkilerde obsesyon ve kompulsiyon ilişkilerinin incelenmesi, Doktora tezi, Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Dar-Perl, T. (2018). “I’m not sure about our relationship”: Examining the associations between relationship obsessive-compulsive disorder (ROCD) symptoms and partners’ well-being, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Herzliya: Reichman University (IDC), Baruch Ivcher School Of Psychology.

Davis, W. E., Abney, S., Perekslis, S., Eshun, S. L., & Dunn, R. (2018). Multidimensional perfectionism and perceptions of potential relationship partners, *Personality and Individual Differences*, 127: 31-38.

Dimitrovsky, L., Levy-Shiff, R. ve Schattner-Zanany, I. (2002). Dimensions of depression and perfectionism in pregnant and nonpregnant women: Their levels and interrelationships and their relationship to marital satisfaction, *The Journal of Psychology*, 136(6): 631-646.

Doron, G., & Derby, D. (2017). Assessment and Treatment of Relationship-Related OCD Symptoms (ROCD) A Modular Approach, *The Wiley handbook of obsessive compulsive disorders*, 1: 547-564.

Doron, G., Derby, D. S., & Szepsenwol, O. (2014a). Relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2): 169-180.

Doron, G., Derby, D. S., & Szepsenwol, O. (2014b). Relationship obsessive-compulsive disorder (ROCD): A conceptual framework, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3: 169–180.

Doron, G., Derby, D. S., Szepsenwol, O. ve Talmor, D. (2012a). Tainted love: Exploring relationship-centered obsessive compulsive symptoms in two non-clinical cohorts, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1: 16-24.

Doron, G., Derby, D. S., Szepsenwol, O. ve Talmor, D. (2012b). Flaws and all: Exploring partner-focused obsessive-compulsive symptoms, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1: 234-243.

Doron, G., Derby, D., & Szepsenwol, O. (2017). “I can’t stop thinking about my child’s flaws”: An investigation of parental preoccupation with their children’s perceived flaws, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 14: 106–111.

Ergin, B., Demirli, C. (2020). Vakıf Üniversitelerindeki Öğrencilerin Ebeveynine Bağlanma ile İkili İlişkilerdeki Mükemmeliyetçilik Düzeyinin İncelenmesi, *Academic Platform Journal of Education and Change*, 3(2): 179-207.

Faber, J., & Schlarb, A. (2018). Picture perfect-how seeking perfection influences sleep and romantic relationships, *Somnologie*, 22(3).

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K.ve O’Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem, *Personality and Individual Differences*, 12(1): 61-68.

Flett, G. L., Hewitt, P. L.ve Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety, *Personality and Individual Differences*, 10(7): 731- 735.

Flett, G.L. ve Hewitt, P.L.(2002). Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional and Treatment Issues, *Perfectionism: Theory, Research and Treatment*, (Ed) Flett, G.L. ve Hewitt, P.L, Washington: American Psychological Association, s: 5- 27

Ghomian, S., Shaeiri, M. R., & Farahani, H. (2021). Relationship Obsessive Compulsive Disorder (ROCD) in Iranian culture: Symptoms, causes and consequences, *Journal of fundamentals of mental health*.

Gingras, A., Lessard, I., Mallette, F., Brassard, A., Bernier-Jarry, A., Gosselin, P., & Pierrepont, C. (2020). Couple Adaptation to the Birth of a Child: The Roles of Attachment and Perfectionism, *Journal of Marital and Family Therapy*, 47(3): 581-594..

Godbout, N., Daspe, M. È., Lussier, Y., Sabourin, S., Dutton, D., & Hébert, M. (2017). Early exposure to violence, relationship violence, and relationship satisfaction in adolescents and emerging adults: The role of romantic attachment. *Psychological trauma: Theory, research, practice, and policy*, 9(2), 127-137.

Habke, A. M., Flynn, C.A. (2002). Interpersonal Aspects of Trait Perfectionism. In G. L., (Ed) Flett, P. L., Hewitt, Perfectionism: Theory, Research and Treatment, Washington, DC, US: American Psychological Association s: 151-180.

Hamamcı, Z., ve Esen-Coban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of late adolescence in adjustment to university, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2): 300- 304.

Hamarta, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi, *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hewitt, P. L., Flett, G. L. ve Mikail, S. F. (1995). Perfectionism and relationship adjustment in pain patients and their spouses, *Journal of Family Psychology*, 9(3): 335-347.

International Journal of Social and Humanities Sciences (IJSHS), 6(1): 61-76.

Jalili, L., Najar, S., Nezamivand-Chegini, S., & Yaralizadeh, M. (2017). The relationship between factors related to divorce request and mental health among divorce applicant women referred to legal medicine organization in Ahvaz. *Journal of family & reproductive health*, 11(3), 128-137.

Kara, E., & Deniz, M. E. . (2021). An Examination Of Irrational Relationship Beliefs And Perfectionism As The Predictors Of Coping With Romantic Jealousy, *Turkish International Journal Of Special Education And Guidance & Counselling*, 10(2): 184–196.

Karahisar, İ, N. (2021). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz semaların ve yetişkin ayrılık anksiyetesinin romantik ilişki odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisinin incelenmesi, Yayınlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul: İstanbul Kent Üniversitesi.

Kılıç, N., & Altınok, A. (2021). Obsession and relationship satisfaction through the lens of jealousy and rumination, *Personality and Individual Differences*, 179: 110959.

Kızılöz Başsayın, A. (2018). Evli bireylerde mükemmeliyetçilik evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kol, K. (2020). Olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kurt, K., Demir, M. (2022). Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik ve Affetme.

Kuru, E. K. (2022). Üniversite öğrencilerinde ilişki doyumunu ve romantik obsesyon ilişkisinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi

Lafontaine, M. F., Azzi, S., Bell-Lee, B., Dixon-Luinenburg, T., Guérin-Marion, C., & Bureau, J. F. (2021). Romantic perfectionism and perceived conflict mediate the link between insecure romantic attachment and intimate partner violence in undergraduate students, *Journal of family violence*, 36: 195-208.

Lafontaine, M.-F., Péloquin, K., Levesque, C., Azzi, S., Daigle, M.-P., & Brassard, A. (2019). Beyond the simple association between romantic attachment insecurity and dyadic coping: An examination of romantic perfectionism as a mediator, *Journal of Relationships Research*, 10: e12.

Lam, N. C., & Hewitt, P. (2018). Testing the Role of Perfectionism in Attachment Style and Sexual Functioning in Women, *Undergrad J Psychol*, 5: 27-35.

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Littman, R., Leibovits, G., Halfon, C. N., Schonbach, M., & Doron, G. (2023). Interpersonal transmission of ROCD symptoms and susceptibility to infidelity in romantic relationships, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 37: 100802.

Lopez, F. G., Fons-Scheyd, A., Morua, W., Chaliman, R., (2006), Dyadic Perfectionism as a Predictor of Relationship Continuity and Distress among College Students, *Journal of Counseling Psychology*, 53(4): 543-549.

Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Antony, M. M., Stewart, S. H., Sherry, D. L.ve Hartling, N. (2012). Caught in a bad romance: Perfectionism, conflict, and depression in romantic relationships, *Journal of Family Psychology*, 26(2): 215-225.

Margelisch, K., Schneewind, K. A., Violette, J., & Perrig-Chiello, P. (2017). Marital stability, satisfaction and well-being in old age: variability and continuity in long-term continuously married older persons. *Aging & Mental Health*, 21(4), 389-398

Matte, M.ve Lafontaine, M. F. (2012). Assessment of romantic perfectionism psychometric properties of the romantic relationship perfectionism scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45(2): 113- 132.

Mee, F. F., Hazan, S. A., Baba, M., Talib, M. A., & Zakaria, N. S. (2015). Relationship between perfectionism and marital satisfaction among graduate students. *International Journal of Education and Research*, 3(8), 179-186.

Melli, G., Bulli, F., Doron, G., & Carraresi, C. (2018). Maladaptive beliefs in relationship obsessive compulsive disorder (ROCD): Replication and extension in a clinical sample, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 18: 47-53.

Melli, G., Carraresi, C., & Doron, G. (2015). The role of perfectionism in relationship obsessive-compulsive disorder (ROCD). In 45th Congress of European Association for Behavioural & Cognitive Therapies, Jerusalem: August.

Murphy, K. (2020). Perfectionism and Relationship Beliefs, Doktora Tezi, Philadelphia: Chestnut Hill College, The Faculty of the Department of Professional Psychology.

Özel, E. P. (2021). İlişki odaklı ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtileri yordamada bağlanma stillerinin ve evlilik uyumunun rolü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özteke, H. İ. (2015). Bağlanma, Eş Seçiminde Sınırlandırıcı İnançlar ve Beden İmgesi Baş Etme Stratejilerinin Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçiliği Yordaması, Doktora Tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Parlapan Baş, E. (2019). Association of relationship obsessive-compulsive symptoms with depression, anxiety and stress: Marriage and child related factors as moderators, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bolu: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Phillips, N., Carpenter, R., Mangan, E., & Burns, L. (2022). Predictors of Relationship Satisfaction: What's Perfection got to do with it?, *Journal of Psychology*, 10(1): 39-56.

Piotrowski, K. (2020). Child-oriented and partner-oriented perfectionism explain different aspects of family difficulties, *Plos one*, 15(8): e0236870.

Robins, G., ve Boldero, J. (2003). Relational discrepancy theory: The implications of self- discrepancy theory for dyadic relationships and for the emergence of social structure, *Personality and Social Psychology Review*, 7(1): 56-74.

Ruffieux, M., Nussbeck, F. W., & Bodenmann, G. (2014). Long-term prediction of relationship satisfaction and stability by stress, coping, communication, and well-being. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(6), 485-501.

Rumman, G. (2020). Relationship Obsessive Compulsive Disorder: Intellectualization in Codependent Relationships as an Unconscious Defense Against Intimacy, Doktora Tezi, California: Pacifica Graduate Institute.

Satıcı, B. (2018). Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumunu arasında duygusal zekâ ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi. Doktora tezi, İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Satıcı, B. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ve iyilik hali: Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliğin aracılık rolü, *OPUS International Journal of Society Researches*, 14(20): 699-727.

Stoerber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment, *Personality and Individual Differences*, 53(3): 300-305.

Şensoy, G., Asıcı, E. ve İkiz, F. E. (2019), İlişki doyumunun mükemmeliyetçilik ve güven aracılığıyla yordanması, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46(46): 230- 249.

Şentürk, Ö. (2021). Erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik kişilerarası şemaların romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisi, *Yayımlanmış yüksek lisans tezi*, İstanbul: İstanbul Kent Üniversitesi.

Taluy, N., & Sunal, A. B. (2016). Impact of the interaction effect of the constructive and destructive responses to dissatisfaction on romantic relationship satisfaction Yapıcı ve yıkıcı çatışma çözme tepkilerinin karşılıklı etkileşiminin ilişki doyumunu üzerindeki etkileri. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5163-5173.

Tinella, L., Lunardi, L., Rigobello, L., Bosco, A., & Mancini, F. (2023). Relationship Obsessive Compulsive Disorder (R-OCD): The role of relationship duration, fear of guilt, and personality traits, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 37: 100801.

Toroslu, B. (2020). Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki ve Partner Odaklı Obsesif-Kompulsif Belirtiler Arasındaki İlişkide, Mükemmeliyetçilik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Aracı Rolü, *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*, Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tosun, C. & Yazıcı, H. (2021). Perceived Parental Relationship Behaviors, Dyadic Perfectionism in Romantic Relationships and Relationship Quality Among College Students, *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 8(1): 158-165.

Trak, E. ve Inozu, M. (2019). Developmental and self-related vulnerability factors in relationshipcentered obsessive compulsive disorder symptoms: A moderated mediation model, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21: 121- 128.

Vacca, M., Terrasi, M., Esposito, R. M., & Lombardo, C. (2022). To be or not to be in a couple: Perfectionism as a predictor, *Current Psychology*, 41(5): 3165-3172.

Williams, M., & Gill, C. (2020). Preregistered replication of Stoeber (2012): Dyadic perfectionism in romantic relationships.

Yıldırım, B. (2018). Beliren Yetişkinlikte Romantik ilişki temalı ve eş odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişimsel yordayıcıları: özerklik, bağlanma ve mükemmeliyetçilik, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yılmaz, E. (2021). Ortoreksiya nervozanın yordayıcıları: Romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtiler, mükemmeliyetçilik, bilişsel esneklik ve benlik saygısı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yılmaz, M., & Ümmet, D. (2020). Romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkilendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.