

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.10436320>

Accepted: 18.12.2023

Obsesif Kompulsif Bozuklukta Şema Terapi Kullanımı Üzerine Sistemik Bir Derleme

A Systematic Review On The Use Of Schema Therapy In Obsessive Compulsive Disorder

Beyzanur ÖZDEMİR

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü
Department of Psychology, Near East University, Faculty of Arts and Science,
Nicosia-Cyprus, Mersin 10 Turkey
beyza1989151@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0004-8122-9217>

Meryem KARAAZİZ

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü
Department of Psychology, Near East University, Faculty of Arts and Science,
Nicosia-Cyprus, Mersin 10 Turkey
<https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>

Özet

Bu derleme çalışmasının amacı Obsesif Kompulsif Bozukluğu yaşayan bireylerde Şema terapisinin kullanımını incelemektir. Yapılan bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmış olup saha çalışması ya da herhangi bir ölçek kullanılmamıştır. Google Akademik veri tabanında 2008-2020 yılları arasında Türkçe ve İngilizce dilinde yapılmış olan bağlantılı anahtar kelimelerle özet ya da bütün metnine ulaşılabilen deneysel çalışmalar ve randomize kontrollü çalışmalar değerlendirilmiştir. Bu derleme çalışması Eylül, 2023 ve Aralık, 2023 olmak üzere iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Yapılan literatür taraması sonucunda 8 çalışma ele alınmıştır. Yorumlanan 8 deneysel çalışma ve randomize kontrollü çalışmalardır. 8 çalışmanın sonucunda da OKB hastalarında şema terapi pozitif yönde etki ettiği görülmüştür. Bu derlemenin bulguları, şema terapinin iyileşmede hızlandırıcı rol oynadığı ve kısa bir zamanda sonuca ulaşmada etkili bir yöntem olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: obsesif kompulsif bozukluk, şema terapi

Abstract

The aim of this review study is to examine the use of schema therapy in individuals with Obsessive Compulsive Disorder. In this study, the systematic review method was used and no field study or any scale was used. Experimental studies and randomized controlled trials that can be accessed in the Google Scholar database between 2008 and 2020 in Turkish and English language with related keywords and abstract or full text were evaluated. This review was conducted in two phases, September, 2023 and December, 2023. As a result of the literature review, 8 studies were reviewed. Interpreted 8 experimental studies and randomized controlled trials. As a result of 8 studies, it was seen that schema therapy had a positive effect on OCD patients. The findings of this review concluded that schema therapy plays an accelerating role in recovery and is an effective method to achieve results in a short time.

Keywords: obsessive compulsive disorder, schema therapy

GİRİŞ

Obsesif kompulsif bozukluk uzun süren, kişinin işlevselliğini bozan, tekrar eden obsesyonlar ya da kompulsiyonlardan ortaya çıkan bir hastalıktır. Obsesyonlar insan zihninde istem dışı ortaya çıkarak kişide rahatsızlık meydana getirir. Kompulsiyonlar ise obsesyonların ortaya çıkardığı sıkıntıyı en aza indirmek için istemli bir şekilde ortaya konan zihinsel ve davranışsal tepkiler olarak meydana gelir.

Obsesif Kompulsif bozukluğunun alt tipleri vardır. Bunlar en çok görüldüğü sırasıyla şu şekildedir; bulaşma, şüphe, cinsel ya da saldırgan bir eylemde bulunmakla ilgili tekrarlayıcı düşünceler ve simetri ya da ‘tam olma’ obsesyonları biçiminde sıralanır. Bu obsesyonları çeşitli kompulsif davranışlar seyretmektedir (Köroğlu, İzmir, Aybaş, & Kuzugüdenlioğlu, 1995).

Obsesif Kompulsif bozukluğunun tarihçesi uzun bir geçmiş zamana dayanmaktadır. Geçmiş din kitaplarında obsesyon ve kompulsiyonları gösteren davranışlar bulunmaktadır. Malleus Maleficarum (şeytanın çekici) isimli bir din görevlisi tarafından yazılan bu kitapta, bir papazın kilise önünden yürürken veya ibadet ederken şeytanın sebep oluşu ile birlikte devamlı olarak dilini çıkardığından, rahibe kulak verdikçe bunun fazlalaştığından bahseder. Shakespeare’in Macbeth isimli kitabında obsesif kompulsif bozukluğunun bir örneği olarak gösterebiliriz. Lady Macbeth’te eşinin kralı öldürmesi sonrası el yıkama hastalığına yakalanmıştır. 19. yüzyıldan önce OKB tıbbi bir durum olarak değil dini yönden incelenmiştir. 20. Yüzyılda Freud psikanalitik olarak incelemiş fobik nevroz ve okb nevrozu birbirinden ayırarak ele almıştır. Obsesyonların cinsel ve agresif uyarılardan sonra meydana geldiğini söylemiştir.

Obsesif Kompulsif bozukluk ilk olarak 1980 tarihinde farklı bir bozukluk olarak DSM-III’te yayınlanmıştır. 2000’li yıllarda DSM-IV’te ‘anksiyete bozuklukları’ adı altında incelenmiştir. Daha sonralarda DSM-V’te ‘OKB ve ilişkili bozukluklar’ şeklinde ayrı bir başlık olarak incelenmiştir. DSM-V tanı kriterleri kullanılır (Şahin & Ediboğlu, 2022).

Şema terapisi OKB tedavisinde kullanılabilir bir tedavi yöntemidir. Şema terapisi, psikolojik bozukluğun temelinde erken dönem uyum bozan şemaların varlığını göstermektedir. Bu bakış açısı ile şemalar, başkalarına güvenli bağlanma, özgür irade. İhtiyaçları ve bireyin duygularını ifade etmesinde ve akılcı çerçeveler gibi temel duygusal gereksinimlerin karşılanmaması erken dönem yaşam deneyimlerinde negatif yaşam deneyimlerinin ortaya çıkması ve duygusal mizaç kapsamında gelişir. Bu süreçte meydana gelen olumsuz şemalar ise kişilerin psikolojik açıdan problem yaşamasına neden olur (Bakçepinar, 2019).

YÖNTEM

Araştırma Modeli

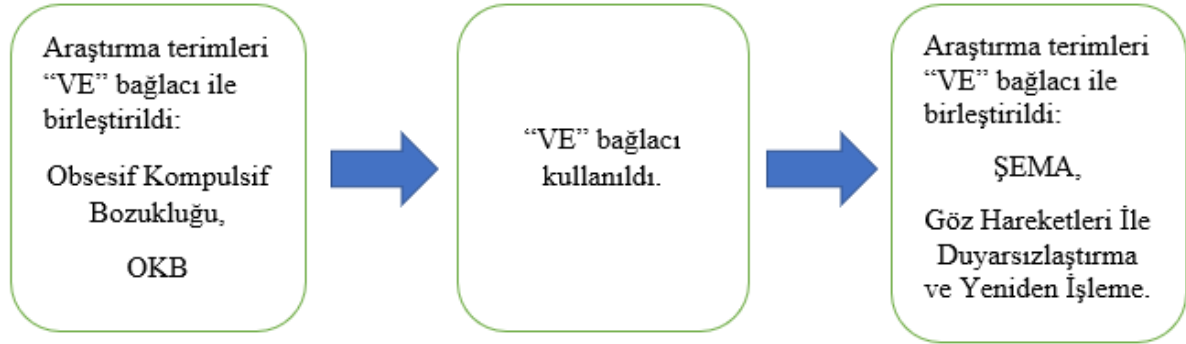
Yapılan bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmıştır. Herhangi bir saha çalışması veya ölçek kullanılmamıştır. Sistematik derleme, bir araştırma sorusuna cevap niteliğinde, araştırma sorusu ile bağlantılı çalışmalarda, çerçevesi önceden belirlenmiş yayınların bir araya getirilerek sentezlenmesidir (Yılmaz, 2020).

Tasarım

Çalışma boyunca makalelerin seçilmesi ve tanımlanması gibi bütün aşamalar PRISMA (Sistematik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Ögeleri) yönergeleri doğrultusunda yürütülmüştür (Moher, Liberati, Tetzlaff, & Altman, 2009).

Literatür Araştırması

Araştırmada 2009'dan 2023 yılına kadar olan Google Akademik veri tabanından Türkçe ve İngilizce olarak yayınlanmış, ilgili anahtar kelimelerle özet ve tam metnine ulaşılabilen araştırma ve derleme makaleleri değerlendirilmiş olup, gözden geçirme sürecinde tutarlılığı sağlayabilmek için başlıktaki kelimelere yönelik basit bir arama algoritması uygulanmıştır. Araştırmacıdan kaynaklanabilecek hataları en az düzeyde tutabilmek için çalışmaların başlık ve özet kısımları uygunluk yönünden ilk olarak Eylül 2023 ve ikinci olarak Aralık 2023'de sistemli bir şekilde incelenmiştir. Çalışmaların özetinde ve başlığında yeterli bilginin olmadığı durumlarda, gerekli verilere tam metinden ulaşılmış ve değerlendirilmiştir. Reddedilmiş çalışmalar ayrı ayrı kaydedilmiş olup dışlanma nedenleri gösterilmiştir. İnceleme aşamasında kullanılmış olan arama terimleri şunlardır (Şekil 1).



Şekil 1. İnceleme sürecinde kullanılan arama terimleri.

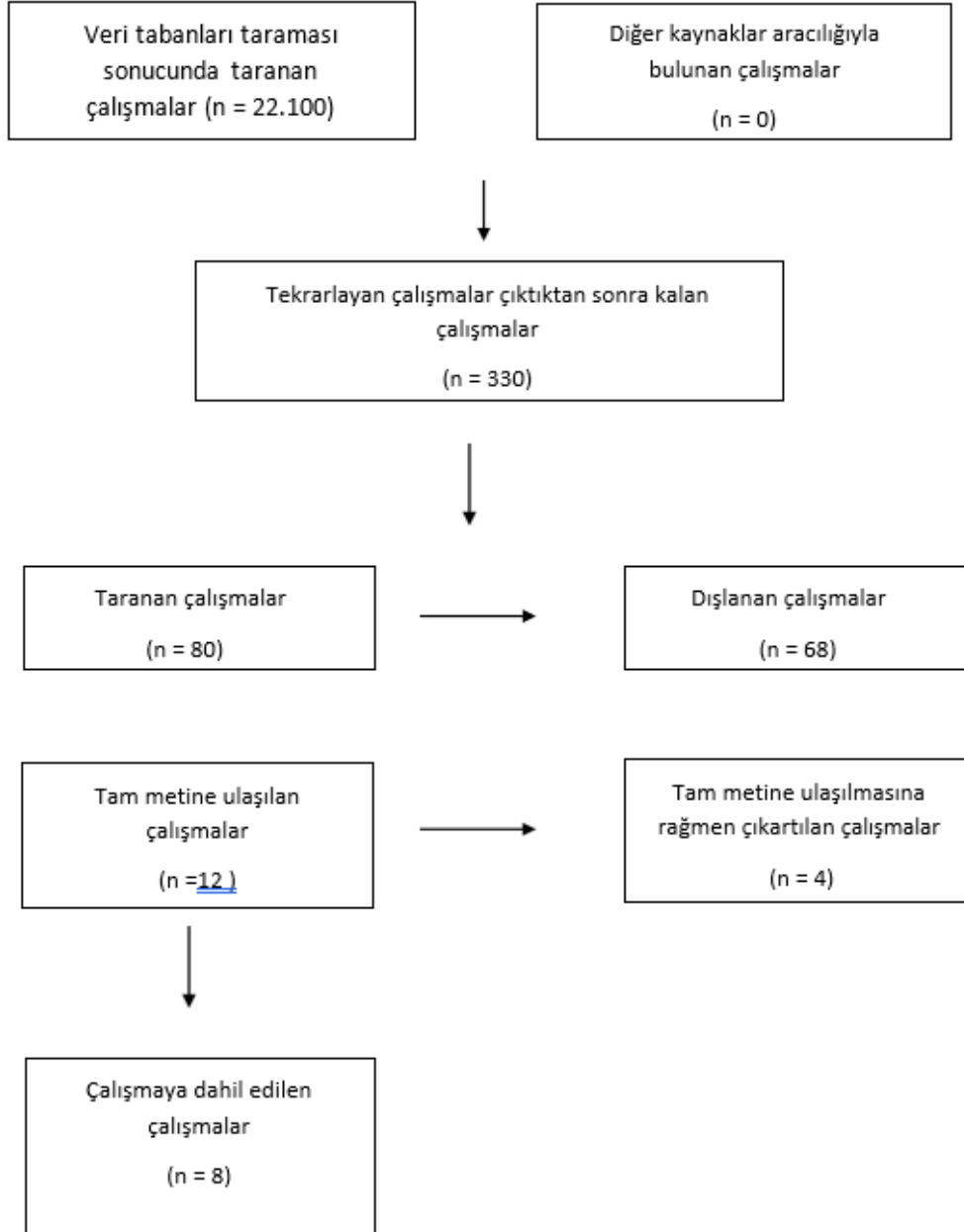
Tablo 1. Araştırmaya dahil edilme ve dışlama kriterleri.

Dahil Etme Kriterleri	Dışlama Kriterleri
<ul style="list-style-type: none"> ✚ OKB ve ŞEMA tedavisi ile ilgili konuları ele alan çalışmalar; ✚ Google Akademik veri tabanında kullanılan Türkçe ve İngilizce makaleler; <p>Konuyla ilgili araştırma ve derleme makaleleri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Gri edebiyat, tezler, kohort tasarımına sahip el yazmaları; ✚ Çalışma protokolleri, kurumsal raporlar veya yerel veya endekslenmemiş dergilerden veya kitaplardan metinler; ✚ Olgu sunumları <p>Derleme makaleleri</p>

BULGULAR

Çevrimiçi olarak, sadece Google Akademik veri tabanında yapılmış olan taramada, Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Şema terapi başlığı ile toplam 22.100 çalışmaya ulaşılmış olup, bu

çalışmalar arasında 11 tanesi taranmış ve içeriğe uygun olmayan çalışmalar dışlanmıştır. 2008-2020 yılları arasında uygun olan yalnızca 8 keşif çalışması değerlendirilmeye alınmıştır. Bu çalışmalar Türkiye, İran, Norveç, Güney Kore, İtalya ve Almanya’da yapılmıştır. 8 keşif çalışmanın içinde 2008, 2011, 2013, 2015, 2016, 2017, 2018 ve 2020 yıllarında 1’er çalışma bulunmuştur. Bu çalışmaların hepsi Şema terapinin Obsesif Kompulsif Bozukluğu nasıl tedavi ettiği üzerinde durmuştur. Şekil 2’de çalışmaya dahil edilen çalışmalar PRISMA akış diyagramı şeklinde verilmiştir. Araştırmada yer alan arama kriterlerine uymayan, psikofarmakolojik araştırmalar, olgu sunumları ve takip çalışması olmayan çalışmalar tam metinlerine ulaşılmasına rağmen dışlanmıştır.



Şekil 2: Çalışmanın PRISMA akış diyagramı

Angın ve Kızılgöçer'in yaptığı bu araştırmanın amacı, obsesif kompulsif bozukluğa sahip olan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algısının incelenmesidir. Obsesif kompulsif tanısı konmuş 81 hastada oluşan örneklem grubu ile çalışma başlatılmıştır. Daha sonrasında "veri doygunluğu" göz önünde bulundurularak örnekleme bulunan 18 hastayla görüşmeye devam edildi. Araştırmanın amacı göz önüne alındığında kalan 12 kişi ile görüşmelerden çıkarılan verileri kullanmışlardır. Bu 12 kişinin 4'ü erkek, 8'i kadındır. Örneklemedekiler ağırlıklı olarak dini ve cinsel içerikli düşünce ve davranış ile bulaşma, şüphe gibi düşünce ve davranışa sahiptirler. Bu çalışmanın veri toplama yöntemi din ve tanrı ile alakalı yoruma dayalı soruları bulduran yarı yapılandırılmış görüşme formu şeklinde yapılmıştır. Toplanan verilerin içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz sağlanmıştır. Nvivo 12 programı ile analiz yapılmıştır ve bunun sonucunda erken dönem uyumsuz şemalara ait veriler örselenmiş otonomi ve kendisini ortaya koyma, örselenmiş sınırlardır (Angın & Kızılgöçer, 2020).

Ulusoy ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı obsesif kompulsif bozukluğa sahip kişilerde bozukluğun yoğunluğu; ruminatif tepki şekilleri, duygusal şemalar ve obsesyon kompulsiyon karışıklığı ile bağlantısını ve bu değişkenlerin paralel olarak etkileşimini araştırmaktır. Bu örneklem Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Ayaktan Tedavi Ünitesine Eylül 2014 Nisan 2015 tarihlerinde gelen obsesif kompulsif bozukluğa sahip 18 erkek 47 kadından oluşmaktadır. Sosyodemografik veri formu ve Yale-Brown OKB ölçeği, RDBÖ, DDKÖ, LDŞÖ uygulaması yapılmıştır. SPSS ile analiz yapılmıştır. Bu bilgiler toplu bir biçimde göz önüne alındığında obsesif kompulsif bozukluğa dair psikoterapi yöntemlerinde ruminatif yanıt şekli ve ahlak yönünde buldurması tavsiye edilmiştir (Ulusoy, Yavuz, Kara, & Karadere, 2015).

Haaland ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı obsesif kompulsif bozukluğa maruz kalan ve tepkinin önüne geçme neticesi hakkında tahminde bulunmakta erken dönem uyumsuz şemaların katkısının incelenmesidir. Erken dönem uyumsuz şemaların obsesif kompulsif bozukluğa tanısı almış bireylerin tedavilerinin bitimiyle bağlantısının olduğu yada olmadığı araştırılan ilk çalışmadır. Örneklem, maruz kalma ve tepkinin önüne geçme tedavisini bitiren obsesif kompulsif bozukluğa sahip 88 ayakta tedavi alan kişilerden oluşmaktadır. Tedaviye başlamadan önce ve tedaviye başladıktan sonra Yale-Brown Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Young Şema Anketi yapıldı. Tedavi yapıldıktan sonra OKB Ölçeği, bağımlı değişken şeklinde baz alınan regresyon analizleri tedaviye başlamadan terk şemasındaki aritmetik ortalamadan sapmalarının karelerinin toplamının %7'sini belirlediğini gösterdi. Tedaviye başlamadan benliğini feda etme şemasından alınmış olan ileri puanlar güzel sonuçla bağlantılıydı ve tedaviye başladıktan sonra obsesif kompulsif bozukluk semptomlarındaki aritmetik ortalamadan sapmaların karesinin toplamının %6'sını belirlendiğini ortaya koydu. Tedavi aşamasında sadece başarılı olamama şemasındaki farklılıklar güzel sonuçla anlamlı derecede bağlantılıydı ve belirtilerdeki varyansın %18'ini belirlediği görüldü (Haaland, ve diğerleri, 2011).

Kim ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı obsesif kompulsif bozukluğa sahip olan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile semptom seviyeleri arasındaki bağlantıyı incelemektir. 57 kişinin oluşturduğu obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan kişiler ve 70 normal inceleme Young Şema Anketini, Y-Bocs belirti kontrol çizelgesini ve Beck Depresyon ve başarılı olamamakla alakalı şema puanları normal kontrollere bakıldığında ileri düzeyde fazlaydı. 5 obsesif kompulsif bozukluk belirti kapsamı arasında cinsel, dinsel kapsam sadece iki kötü sonuca veya hastalığa dayanıksızlık şeması ile birleşmişlik ile ileri derecede bağlantılıydı. Bu iki şema cinsel/dinsel içeriğinde anlamlı tahminde bulunucularıydı ve bu kapsamdaki bütün varyans %33'ü belirtiyordu. Obsesif kompulsif bozukluğa tanısı alan kişilerde ortaya çıkan uyumsuz şemalar obsesif kompulsif bozukluğunun yoğunluğu ve süresi

gibi klinik değişicilerle bağlantılı değil ve bunlar Şema teorisi bakış açısından obsesif kompulsif bozukluğa karşı anlama biçimimizi geliştirecek kanıtı sağlayabilir (Kim, Lee, & Lee, 2014).

Sij ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı obsesif kompulsif bozukluğu tanıı konmuş bireylerde Şema terapinin duygusal öz farkındalık, kırılgnalık ve düşünce semptomları bakından etkilerini gözden geçirmektedir. Araştırma 2016 senesinde altı ay süren bir süreçte İran'ın Birjand kentinde olan psikoloji kliniklerine gelen bütün obsesif kompulsif bozukluğu tanıı alan kişilerden oluşmuştur. 32 OKB tanılı hastalar araştırmaya dahil edildi ve gelişigüzel kontrol ve Şema terapi gruplarına yerleştirildi. Demografik Anket, Young Şema Anketi ve Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği ile uygulama sağlandı ve elde edilen bulguların SPSS ile analizi sağlandı. Şema terapisi duygusal öz farkına varış ve iki kırılgnalık Şemasının pozitif Şekilde etki ederek düşünce semptomlarını en aza indirdedi. Bu bulgular, düşünce semptomlarının gelişim aşamasında büyük bir rol sahibi olduğunu göstermektedir. Bu sebeple OKB olan ayakta tedavi alan kişilere Şema terapi iyi bir tedavi yöntemi olarak tavsiye edilmiştir (Sij, Manshaee, Hasanabadi, & Nadi, 2018).

Basile ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı Şemalar, modları ve obsesif kompulsif bozukluk tanıı alan hastaların başa etme biçimlerini incelemektedir. Bu çalışmanın örnekleme Yaş ortalamaları 33 olan 34 obsesif kompulsif tanıı almış bireylerden oluşmaktadır çalışmaya dahil edilenlerin 12'si kadınlardan oluşmaktadır. Şema modları ve baş etme biçimleri değerlendirilmiştir. Obsesif kompulsif bozukluk semptomları suçlu hissi ve tikslenme seviyelerine bağlı dizinleri belirlenmiştir. Tanımlayıcı korelasyon ve çoklu regresyon analizleri sağlanmıştır. Obsesif kompulsif bozukluk belirtileri yoğunluğu sosyal yalnızlaşma, başarılı olmama durumu, ceza Şemaları ve ceza verici ebeveyn modeli ile yüksek Şekilde bağlantılı bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluk yoğunluğu ile kaçınma ve baş etme biçimleri ile tikslenme Şiddeti arasında olumlu bağlantı tespiti ortaya çıkmıştır regresyon analizleri, sosyal yalnızlaşma ve ceza vericilik Şeması ve davranışsal kaçınmalı baş etme biçimleri obsesif kompulsif bozukluğun yoğunluğu hakkında ön görüde bulunduğu ve davranışsal kaçınmanın Şemalar ve belirtiler arasında büyük bir aracılık rolü bulunduğu tespit edilmiştir (Basile, Tenore, Luppino, & Mancini, 2017).

Atalay ve arkadaşlarının yaptığı bu çalışmanın amacı obsesif kompulsif bozukluk tanıı almış kişilerde erken dönem uyumsuz Şemaların aktivasyon örüntüsünün inelenmsidir. Yapılan bu çalışma 1 Ocak 2006 ve 1 Nisan 2006 boyunca bir hastanenin polikliniğine gelen yaş ve cinsiyet açısından denk 45 kişi ile sürdürölmüştür. Bireylere Young Şema Anketi Kısa Formu, GENç Ebeveynlik Envanteri ve Yale- Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği kullanılmıştır. Analizi GraphPad Prisma V.3 sistemi ile yapılmıştır. Obsesif kompulsif tanıı konan kişilerin anketin sonucu kontroldekilere göre oldukça fazla çıkmıştır. Obsesif kompulsif bozukluğu olan kişilerin belli Şemalara bağlı genel puanları kontroldekilere göre yüksek düzeyde fazla olmasına karşı diğer kişiler ile belirgin farklılık sağlamamıştır. Araştırma obsesif kompulsif bozukluk olan insanlarda sosyal yalnızlaşma benzeri erken dönem uyumsuz Şemaların bir çoğunun gözle görölrü derecede aktive ettiğini sunmuştur (Atalay, Atalay, Karahan, & Çalışkan, 2009).

Thiel ve arkadaşlarının yaptığı bu araştırmanın amacı. Obsesif kompulsif bozukluk tanıı alan bireyler için tedavilerin olmasına karşı çoğu kişi iyi bir sonuca ulaşmamakta veya hastalığın seyri tekrarlanmaktadır. Deneyimsel teknikler gibi etkili olan diğer yöntemlerin uygulandığı tedavilerin incelenmesidir. Bilişsel Davranışçı Terapi uygulanıp sonuç almayan obsesif kompulsif bozukluk tanıı alıp hastaneye yatış yapan 10 bireye STERP uygulanmıştır. Y-BOCS ilk sonuç Şeklinde rol oynadı. İkinci olarakta Obsesif Kompulsif Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Değerlendirilmeleri ise T- testi ile yapılmıştır. STERP, obsesif kompulsif bozukluğa sahip bireylerde daha önce sonuç alamayanlar için daha etkin bir tedavi olarak yürütölebilir (Thiel, ve diğerleri, 2014).

Tablo2. Obsesif Kompulsif Bozukluk Hastalarında Şema Terapinin kullanımı

Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örnekleme	Ölçekler	Müdahale	Sonuçlar
Angın ve Kızılgöçer/2020/Türkiye	Randomize Kontrollü Çalışma	Mental ve Psikotik Bozukluğu bulunmayan 12 OKB tanılı bireyler	Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu	Din ile alakalı yoruma dayalı sorular içeren yar	Uyumsuz şemalar ile kader algısı arasında örtüşen yönler olduğu sonucuna varılmıştır.
Ulusoy ve Diğerleri/2015/Türkiye	Deneysel Makale	18-65 yaş arası bireyler	Sosyo-demografik Veri Formu, Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği, Leahy Duygusal Şema Ölçeği, Düşünce Davranış Karmaşası Ölçeği, Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği.	Obsesif Kompulsif bozukluğa yönelik psikoterapi	RDBÖ toplam puanlarının YBOKÖ obsesyon ve kompulsiyon puanları ile pozitif yönde korelasyonu olduğu görülmüştür.
Haaland ve Diğerleri/2011/Norveç	Randomize Kontrollü Çalışma	18-26 yaş arasındaki OKB'li bireyler	Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Young Şema Anketi-Kısa Formu	10 ay boyunca süren haftada bir veya iki sefer uygulanan tedavi seansları.	Yapılan bu araştırma sonucunda terk şemasındaki yüksek puan kötü sonuçla ilişkili olduğu ve tedavi sonrasında semptomların varyansı %7 olduğu görüldü
Kim ve Diğerleri/2013/Güney Kore	Deneysel makale	18-65 yaş arası 57 OKB'li hasta	Young Şema Anketi, Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri	OKB'ye yönelik 4 oturumlu psikoterapi seansı uygulanmıştır.	Obsesif kompulsif bozukluk olan bireylerde kusurluluk ve sosyal izolasyon ile ilgili şema puanları normal kontrollere göre büyük ölçüde yüksektir.

Sij ve Diğerleri./2018/İran	DeneyselMakale	32 hasta	Demografik Anket, Young Şema Anketi, Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği	6 ay süren oturum uygulandı.	Kontrol ve müdahale grupları, duygusal öz farkındalık ve obsesif belirtiler son test ortalama puanları açısından birbirinden önemli ölçüde farklıydı.
Basile ve Diğerleri/2017/İtalya	Deneysel Makale	Ortalama sı 33 yaş olan 34 OKB'li bireyler 12'si kadın.	Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği, Young Şema Anketi, Şema Modu Envanteri, İğrenme Ölçeği, Şema Başa Çıkma Envanteri, Vancouver Obsesif Kompulsif Envanteri	Uzman bir nöropsikiyatrist/kognitif psikoterapist ile Obsesif Kompulsif Bozukluğa yönelik psikoterapi uygulandı.	OKB belirtilerinin yoğunluğu sosyal izalasyon, başarısızlık, ceza şemaları ile anlamlı düzeyde ilişkilidir. OKB yoğunluğu ile başa çıkma tarzları ve tikslenme şiddeti arasında iyi yönde ilişki saptanmıştır .
Atalay ve Diğerleri/2008/Türkiye	Randomize Kontrollü Çalışma	Yaş ve cinsiyeti aynı olan 1 Ocak-1 Nisan 2006 yılları arasında hastaneye gelen 45 hasta	Young Şema Anketi Kısa Formu, Genç Ebeveynlik Envanteri, Yale-Brown Obsesif Kompulsif Envanteri	DSM-IV ruhsal bozukluklar tanısına yönelik yapılandırılmış klinik görüşmeler uygulandı.	OKB'li bireylerin Young Şema Anketi toplam puanı kontrol grubundaki bireylere göre önemli seviyede yüksektir. Bu puan fazlalığı OKB ve kontrol gurubu arasında farklılık oluşturmadı .

Theil ve diğerleri /2016/ Almanya	Randomize Kontrollü Çalışma	18-65 yaş arasındaki 10 hasta	Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Obsesif Kompulsif Envanteri.	Şema terapi ile maruz kalmayı ve cevap engellemeyi fazlalaştıran 12 hafta süren yatarak tedavi uygulandı.	Kullanılan ölçeklerde, etki düzeylerinde büyük ölçüde azalma görüldü. Sonuç 6 ay bir sürede değişiklik göstermedi 5 birey %35 Y-BOCS belirti azaltma kriterine göre cevap verdi.
-----------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

TARTIŞMA

Bu sistematik derleme araştırmasında Obsesif Kompulsif Bozukluğa sahip olan bireylerde Şema Terapi yönteminin uygulanmasıyla alakalı etki biçimini inceleyen deneysel çalışmalar ve randomize kontrollü çalışmalar tespit edilmiştir. Bu çalışmanın hedefi sistematik derleme metoduyla obsesif kompulsif bozukluk tanısı olan insanlarda şema terapi metodunun uygulanması ile alakalı yazın taraması ile analizlerde bulunmaktır. Bu çalışmada ulaşılan deliller baz alınarak şema terapinin olumlu yönde etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

2015 yılında Obsesif kompulsif bozukluk ve şema terapi müdahalesini inceleyen araştırma okb tanısına sahip olan insanlarda bozukluğun şiddetini ve düşünce davranış karmaşasını azaltmada şema terapisinin tedavide olumlu sonuç sağlayacak etkili bir yöntem olduğunu belirtmektedir (Ulusoy ve ark., 2015). 2020 yılında Aflakian, Atashpour, Khayatan'ın ele aldığı çalışmada obsesif kompulsif bozukluğa bağlı şema terapinin geliştirilmesinin incelendiği, psikoterapi merkezine gelen bütün OKB tanısı konmuş kişilere 4 seanslık psikoterapi uygulayıp şema terapinin OKB semptomlarını azaltmada etkin olduğunu bildirmişlerdir (Aflakian, Atashpour, & Khayatan, 2020).

Kim ve arkadaşlarının 2013 yılında yaptığı çalışmada 18- 65 yaş arasındaki 57 OKB tanısı konmuş insanlara yönelik 4 oturumluk psikoterapi seansı sonucunda obsesif kompulsif bozukluğu olan kişilerde kusurluluk ve sosyal izolasyonda şema terapinin etkili olduğu kanısına varmışlardır (Kim et al.,2013). Peeters ve arkadaşlarını yaptığı çalışmada 18 yaşından büyük obsesif kompulsif bozukluğu olan hastalara özgü olan okb semptomlarını azaltmada şema terapinin etki sağlayabileceğini sunmuşlardır (Peeters, Passel, & Krans, 2021).

Sij ve arkadaşlarının 2018 yılında yaptığı çalışmada 30 hastaya 6 ay süren psikoterapi seansı uygulamasında sonra şema terapinin duygusal öz farkındalığı ve kırılabilirlik şemasını pozitif biçimde etkileyerek obsesif semptomları aza indirmişlerdir. Bu sebeple obsesif kompulsif bozukluktan dolayı muzdarip olan kişiler için şema terapisini etkili bir tedavi biçimi olarak önermişlerdir (Sij et al.,2018). Bunun yanı sıra remmerswaal ve arkadaşlarının 2023 yılında yaptığı çalışmada OKB tedavisine dirençli 27 kişiye 37 hafta süren şema terapi günlük tedavisini uygulamışlardır. OKB hastalarında şema terapi günlük tedavisinin olası etkililiğini incelediler. Belirtilerin aza indirgenmesinde ve erken dönem uyumsuz şemaların iyileştirilmesinde güçlü bir bağı ortaya koydular. Tedaviye direnç gösteren OKB tanılı kişilere şema terapi günü birlik tedaviler umut taşıdığını öne sürmüşlerdir (Remmerswaal, Cnoosen, Balkom, & Batelaan, 2023).

Atalay ve arkadaşlarının 2008 yılında obsesif kompulsif bozukluk tanısı olan hastalarda şema terapisi ile alakalı yapılan araştırmada 40 hasta ile uygulanan klinik görüşmeler sonucu OKB tanısı alan kişilerde sosyal izolasyon ve karamsarlık gibi erken dönem uyumsuz şemaların şema terapi sayesinde büyük bir ölçüde aza indirildiği görülmüştür (Atalay et al.,2008). Jahangiri ve arkadaşlarını 2015 yılında yaptığı çalışmada 24 dirençli okb hastasında erken dönem uyumsuz şemada şema terapinin katkısı incelemek üzere 28 seans şema terapi uygulanmıştır. Çalışma neticesinde şema terapinin dirençli obsesif kompulsif bozukluk sahibi hastalarda şema baskınlığının yoğunluğunu aza indirmede etkili olabileceğini öne sürmüşlerdir (Jahangiri, Salehi, Ashayerih, & Sharifi, 2015).

Basile ve arkadaşlarının 2017 yılında yaptığı çalışmada 30 OKB tanılı bireyde baş etme tarzları, erken dönem uyumsuz şemalar ve işlevsiz modlara yönelik şema terapi uygulamışlardır. Bunun sonucunda şema terapi OKB tanılı bireylerde erken dönem uyumsuz şemaların azalmasında olumlu bir terapi yöntemi olduğunu belirtmişlerdir (Basile et al.,2017). Montazeri ve arkadaşlarının 2012 yılında okb tanısı almış özel tek bir vakada şema terapinin belirti şiddetinin hafifletilmesi incelenmiştir. Obsesif kompulsif bozuklukta belirtilerin hafifletilmesinde şema terapi yönteminin etkili olduğu bulunmuştur (Montazeri, Neshatdoost, Abedi, & Abedi, 2012).

Angın ve Kızılgeçit'in 2020 yılında 12 OKB hastasına terapi uygulanmıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algısında şema terapinin önemi ele alınmıştır. Görüşmeler neticesinde erken dönem uyumsuz şemalar şema terapi ile azaltıldığını ortaya çıkarmışlardır (Angın & Kızılgeçit,2020). Sharg ve arkadaşlarının 2017 yılında 20 OKB tanısı alan kadınlarda duygusal şema terapisinin duygusal şema üzerine katkısı araştırılmıştır. Görüşmelerin sonunda duygusal şema terapinin obsesif kompulsif bozukluğu azaltmasında olumlu bir sonuç gösterdiği savunulmuştur. OKB'si olan kadınların birden fazla duygusal şemasının düzene sokulmasında iyi bir yöntem olarak değerlendirilmiştir (Sharq, Ahvan, Dostian, Azami, & Hosseini, 2017).

Theil ve arkadaşlarının 2016 yılında yaptığı araştırmada obsesif kompulsif bozuklukta erken dönem uyumsuz şemalar ve şema terapi okb tanısı bulunan 70 hastada şema modları ve travmatik çocukluk deneyimleri ölçülmüştür. Tedavi sonrasında şema terapi uygulanması sonrası Obsesif kompulsif belirtilerde yoğun bir azalma olduğunu saptamışlardır (Theil et al.,2016). Parvizian ve arkadaşlarının 2022 yılında 51 hasta ile yaptığı çalışmada obsesif kompulsif bozukluğu bulunan kişilerde mükemmelliyetçilik üzerine şema terapi etkinliği ele alınmıştır. Şema terapi OKB olan kişilerin mükemmelliyetçiliğini ilerletmede başarılı bulunmuştur. OKB tanısı alan hastaların mükemmelliyetçiliği ilerletmeleri için şema terapinin kullanılmasını önermişlerdir (Parvizian, Sharifi, Shokrkon, & Ghazanfari, 2022).

Haaland ve arkadaşlarının 2011 yılında yaptığı araştırmada 88 obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış kişiye şema terapi uygulanmıştır. Tedavi sonucunda erken dönem uyumsuz şemalarda şema terapi iyi yönde etki ettiğini savunmuşlardır (Haaland et al.,2011). Semeniuc ve Soponaru'nun 2023 yılında yaptığı çalışmada obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan hastalarda şema terapinin etkisi incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda şema terapinin obsesif kompulsif bozuklukta belirtileri hafiflettiği düşüncesini ortaya çıkarmışlardır (Semeniuc & Soponaru, 2023).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç

Türkiye'de Obsesif Kompulsif Bozukluk için Şema Terapisi ile alakalı araştırmalar daha çok yapıp Şema Terapisinin mevcut durumundaki kullanımı daha popüler duruma gelebilir. Bu alanla ilgilenen uzmanların şema terapisini kullanarak bireylerde obsesif kompulsif bozukluk semptomlarını etkin bir biçimde tedavi uyguladığı varsanlabilmektedir.

Obsesif Kompulsif Bozukluk sıkça görülen ve kişilerin sosyal işlevsel hayatını olumsuz bir biçimde etkileyen bozukluktur. Obsesif kompulsif bozukluk beraberinde başka rahatsızlıklarla görülebilir. Obsesif kompulsif bozukluğu takıntılı düşüncelerin sebebiyet verdiği kötü hissetmeyi engelleyen obsesif davranışlar ile özgün bir kaygı bozukluğudur. Obsesif kompulsif bozukluk tedavi uygulanmaz ise devamlı olarak kişide görülecek ve sosyal işlevselliği olumsuz yönde etkileyecek bir bozukluktur. Dünya Sağlık Örgütü ana maddelerine göre obsesif kompulsif bozukluk hayata negative yönde etki eden bedensel ve ruhsal bozukluklar kapsamında birinci sırada bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda erişkin kişilerde obsesif kompulsif bozuklu her iki cinsiyette de eşit bir şekilde yaygınlık göstermektedir. Çocuklarda ve ergenlerde, erkeklerin obsesif kompulsif bozukluğa sahip olma ihtimalleri kızlara göre daha çoktur.

Obsesif kompulsif bozuklukta birçok tedavi yöntemi kullanılabilir. Bu tedavilerden bir tanesi; Şema Terapisidir. Obsesif kompulsif bozuklukta bulunan yanlış ele alma ve inanç yönleri ile alakalı şemalardaki zihinsel farklılaşmaları hedefleyen şema terapinin bu yöndeki tedavide etkin bir biçimde kullanılacağı varsanılmaktadır. Şema terapisinde bulunan boş sandalye ve flaş kart yöntemlerinin obsesif kompulsif bozukluk semptomlarının yoğunluğunu en aza indirmeye destek olduğu ele alındığında obsesif kompulsif bozukluk tedavi biçiminde bu yöntemlerin kullanımının şema terapinin etkin paylarından olduğu sonucuna varılabilir. Obsesif kompulsif bozukluk ile şemalar alanında incelenen araştırmaların bulgularıyla hem yorumlamada hem de terapi boyunca daha kapsamlı bir görüş açısı kazandırma ve uygun tedavi taktikleri sağlama konularında alanda uzman kişilere faydalı direktifler sunmaktadır.

Öneriler

Ülkemizde obsesif kompulsif bozuklukta şema ile ilgili araştırmaların yurt dışına oranla daha az rastlandığı ve ülkemizin nüfusunda obsesif kompulsif bozukluk ile erken dönem uyum bozucu şemaların bağlantısını araştıran daha çok araştırmanın yapılması gerekliliği sonucuna ulaşılabilir. Özetle obsesif kompulsif bozuklukta erken dönem uyum bozucu şemaların görevini araştıran araştırmalar geçmiş yıllara oranla günümüzde fazlalaşmakla beraber hem obsesif kompulsif bozukluğunun şema modeline göre soyutlaştırılması hem de tedavinin uygulanması bakımından teorisyen ve uygulama odaklı daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aflakian, M., Atashpour, S. H., Khayatan, F. (2020). Developing the Schema Therapy Based on Obsessive-compulsive Disorder and Comparing With Cognitive-behavioral Therapy. *Caspian Journal Of Neurological Sciences*.
- Angın, Y., Kızılgöçer, M. (2020). Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*.
- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D., Çaliskan, M. (2009). Early Maladaptive Schemas Activated in Patients With Obsessive Compulsive Disorder: A Cross Sectional Study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*.
- Bakçepinar, E. (2019). Romantik İlişki ve Partner Temalı Obsesyon ve Kompulsiyonların Şema Alanları Açısından İncelenmesi. *Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Basile, B., Tenore, K., Luppino, O. I., Mancini, F. (2017). Schema Therapy Mode Model Applied To OCD. *Clinical Neuropsychiatry*.
- Haaland, A. T., Vogel, P. A., Launes, G., Haaland, V. O., Hansen, B., Solem, S., Himle, J. A. (2011). The Role of Early Maladaptive Schemas in Predicting Exposure and Response

- Prevention Outcome For Obsessive-Compulsive Disorder. *Behaviour Research and Therapy*.
- Jahangiri, M. M., Salehi, M., Ashayerih, H., Sharifi, H. P. (2015). Effectiveness of Schema Therapy on Modification Early Maladaptive Schemas patient With resistant Obsessive-Compulsion Disorder. *Shenakht Journal of Psychology & Psychiatry*.
- Kim, J. E., Lee, S. W., Lee, S. J. (2014). Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Symptom Dimensions In Patients With Obsessive-Compulsive Disorder. *Psychiatry Research*.
- Köroğlu, E., İzmir, M., Aybaş, A., Kuzugüdenlioğlu, D. (1995). Obsesif Kompulsif Bozukluk. Ankara: Medikomat Yayınları.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G. (2009). Preferred Reporting Items For Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *Annals of Internal Medicine*.
- Montazeri, M. S., Neshatdoost, H. T., Abedi, M. R., Abedi, A. (2012). Effectiveness of Schema Therapy on Symptoms Intensity Reduction and Anxiety in a Special Case with Obsessive Compulsive Personality Disorder. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*.
- Parvizian, F., Sharifi, T., Shokrkon, H., Ghazanfari, A. (2022). Comparison Of The Effectiveness Of Schema Therapy And Acceptance And Commitment Therapy On Perfectionism In Patients With Obsessive-Compulsive Personality Disorder. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*.
- Peeters, N., Passel, B. V., Krans, J. (2021). The Effectiveness Of Schema Therapy For Patients With Anxiety Disorders, OCD, or PTSD: A Systematic Review And Research Agenda. *British Journal Of Clinical Psychology*.
- Remmerswaal, K. C., Cnoosen, T. E., Balkom, A. V., Batelaan, N. M. (2023). Schema Therapy With Cognitive Behaviour Day-Treatment in Patients With Treatment-Resistant Anxiety Disorders and Obsessive-Compulsive Disorder: an Uncontrolled Pilot Study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*.
- Semeniuc, S., Soponaru, C. (2023). An Explanatory Schema Therapy Model For Obsessive Mind. *Bulletin Of Integrative Psychiatry*.
- Sharq, N. A., Ahvan, M., Dostian, Y., Azami, Y., Hosseini, S. (2017). The Effectiveness Of Emotional Schema Therapy On Clinical Symptoms And Emotional Schema In Obsessive-Compulsive Disorder Patients. *Quarterly of Clinical Psychology Studies Allameh Tabataba'i University*.
- Sij, Z. D., Manshaee, G., Hasanabadi, H., Nadi, M. A. (2018). The Effects of Schema Therapy on Emotional Self-Awareness, Vulnerability, and Obsessive Symptoms Among Patients with Obsessive-Compulsive Disorder. *Mod Care Journal*.
- Şahin, H. E., Ediboğlu, G. O. (2022). Obsesif Kompulsif Bozukluk: Kısa Bie Gözden Geçirme. *Çukurova Tıp Öğrenci Dergisi*.
- Thiel, N., Caffier, B. T., Herbst, N., Külz, A. K., Nissen, C., Hertenstein, E., Voderholzer, U. (2014). The Prediction of Treatment Outcomes by Early Maladaptive Schemas and Schema Modes In Obsessive-Compulsive Disorder. *BMC Psychiatry*.
- Ulusoy, S., Yavuz, K. F., Kara, T., Karadere, M. E. (2015). Obsesif Kompulsif Bozuklukta Üst-Bilişsel Süreçler ve Duygusal Şemaların Rolü. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*.