

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**ZİHİNSELLEŞTİRME VE PSİKOPATOLOJİ İLİŞKİSİNDE
EPİSTEMİK GÜVEN, KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME VE
ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

Doktora Tezi

Güler Beril KUMPASOĞLU

Ankara, 2026

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**ZİHİNSELLEŞTİRME VE PSİKOPATOLOJİ İLİŞKİSİNDE
EPİSTEMİK GÜVEN, KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME VE
ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

Doktora Tezi

Güler Beril KUMPASOĞLU

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN**

Ankara, 2026

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**ZİHİNSELLEŞTİRME VE PSİKOPATOLOJİ İLİŞKİSİNDE
EPİSTEMİK GÜVEN, KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME VE
ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ROLLERİNİN İNCELENMESİ**

Doktora Tezi

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

TEZ JÜRİSİ ÜYELERİ

Adı ve Soyadı

- 1- Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN**
- 2- Prof. Dr. Dilek SARITAŞ ATALAR**
- 3- Prof. Dr. Özlem BOZO**
- 4- Doç. Dr. Sedat İŞIKLI**
- 5- Dr. Öğr. Üyesi İpek ŞENKAL ERTÜRK**

Tez Savunması Tarihi

19.06.2026

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN danışmanlığında hazırladığım “**Zihinselleştirme ve Psikopatoloji İlişkisinde Epistemik Güven, Kişilerarası Duygu Düzenleme ve Algılanan Sosyal Desteğin Rollerinin İncelenmesi (Ankara.2026)**” adlı doktora tezimdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallarına uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul edeceğimi beyan ederim.

02.07.2026

Güler Beril KUMPASOĞLU

TEŞEKKÜR

Doktora sürecim boyunca Ankara'dan Londra'ya, oradan İzmir'e uzanan meşakkatli yolculuğumda; akademik birikimi, yol göstericiliği ve her daim yanımda hissettiğim desteğiyle bulunduğum her yerde bana eşlik eden değerli hocam Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün'e teşekkürlerimi sunarım. Kıymetli akademik katkılarıyla tezime yön vermeme sağlayan, nezaketlerini ve yardımlarını esirgemediğim tez komitemde yer alan değerli hocalarım Prof. Dr. Dilek Sarıtaş Atalar ve Doç. Dr. Sedat Işıklı'ya çok teşekkür ederim. Tez savunmamda yer almayı kabul eden, lisans yıllarımdan bu yana desteğini sunan Prof. Dr. Özlem Bozo'ya ve Dr. Öğr. Üyesi İpek Şenkal Ertürk'e değerli katkıları için teşekkürlerimi sunarım.

Ankara Üniversitesi'nde tüm zorlu yolları birlikte yürüdüğümüz; dayanışmalarının gücünü, desteklerini ve sıcaklıklarını her zaman hissettiğim doktora arkadaşlarım Ezgi Didem Merdan Yıldız, Pelin Karaca Dinç ve Seda Oktay'a; ODTÜ'deki yüksek lisans yıllarımdan bu yana hayatlarımızın her anına tanıklık ettiğimiz Selen Eltan Çıldır'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Bu sürecin bana en değerli katkılarından biri sizin dostluğunuzdu.

Bu tezin veri toplama aşamasında canla başla seferber olan, yardımlarını esirgemeyen dostum Müge'ye özel olarak teşekkür etmek isterim. Bütün akademik zorlanmalarında elimden tutup beni kaldıran dostlarım Canan, Zafer, Samet, Özge, Dilara, Dolunay, Pelsin, Gökçen ve Mustafa... Sizlerin desteğini her daim yanımda hissediyorum; minnettarım.

Bu süreçteki tüm kaygılarımı benimle birlikte taşıyan, tüm duygularımı saran ve kapsayan, hayattaki en büyük şansım olan sevgili aileme ve Deniz'e sonsuz teşekkürlerimle....

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	ii
TABLolar DİZİNİ	v
ŞEKİLLER DİZİNİ	vii
EKLER DİZİNİ	viii
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1.BAĞLANMA KURAMI.....	2
1.1.1. Bağlanma ve Psikopatoloji	6
1.2.ZİHİNSELLEŞTİRME	8
1.2.1. Zihinselleştirme ve Psikopatoloji.....	13
1.3.EPİSTEMİK GÜVEN	15
1.3.1. Epistemik Güven ve Psikopatoloji.....	20
1.4.KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME	24
1.4.1. Kişilerarası Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji	30
1.5.AŞIRI GÜVENCE ARAYIŞI	34
1.5.1. Aşırı Güvence Arayışı ve Psikopatoloji.....	36
1.6.ALGILANAN SOSYAL DESTEK	38
1.6.1. Algılanan Sosyal Destek ve Psikopatoloji	40
1.7.ZİHİNSELLEŞTİRME VE EPİSTEMİK GÜVENİN KİŞİLERARASI SÜREÇLERLE İLİŞKİSİ.....	41
1.8.ARAŞTIRMANIN AMACI.....	44
1.9.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	47
1.10.ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ.....	48
BÖLÜM II	50
YÖNTEM.....	50

2.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ – REVİZE	
FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASI.....	50
2.1.1. Örneklem.....	50
2.1.2. Veri Toplama Araçları	51
2.1.3. İşlem.....	57
2.1.4. İstatistiksel Analiz	58
2.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE	
EPİSTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN İNCELENMESİ	
ÇALIŞMASI.....	61
2.2.1. Örneklem.....	61
2.2.2. Veri Toplama Araçları.....	63
2.2.3. İşlem.....	66
2.2.4. İstatistiksel Analiz	66
BÖLÜM III.....	69
BULGULAR.....	69
3.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ – REVİZE	
FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASI.....	69
3.1.1. Tanımlayıcı İstatistikler.....	69
3.1.2. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Revize Ölçeği'nin Yapı Geçerliği.....	69
3.1.3. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Güvenilirliği	73
3.1.4. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Yakınsak Geçerliği.....	74
3.1.5. Epistemik Tutumların Demografik Değişkenlerle İlişkisi	76
3.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE	
EPİSTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN İNCELENMESİ	
ÇALIŞMASI.....	78
3.2.1. Tanımlayıcı İstatistikler.....	78
3.2.2. Ana Çalışma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler.....	78
3.2.3. Zihinselleştirme Güçlükleri ve Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Süreçlerin Seri Aracılık Rollerine İlişkin Bulgular.....	83

BÖLÜM IV	105
TARTIŞMA	105
4.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ–REVİZE FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASINA İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI	105
4.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE EPİSTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN ROLÜNE İLİŞKİN ÇALIŞMANIN BULGULARININ TARTIŞILMASI.....	115
4.2.1. Korelasyonel Analiz Bulgularının Değerlendirmesi	116
4.2.1.1. Psikopatoloji Belirti Düzeyi ile Zihinselleştirme Güçlükleri, Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi.....	116
4.2.1.2. Zihinselleştirme Güçlükleri ile Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi	121
4.2.2. Zihinselleştirme Güçlükleri ile Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik Tutumların ve İlişkisel Süreçlerin Aracı Rollerinin Değerlendirilmesi	123
4.2.2.1. Epistemik Tutumlar ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Stratejilerinin Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	128
4.2.2.2. Epistemik Tutumlar ve Aşırı Güvence Arayışının Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	132
4.2.2.3. Epistemik Tutumlar ve Algılanan Sosyal Desteğin Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	134
4.3. SONUÇ.....	135
4.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER	138
4.5. ARAŞTIRMANIN KLİNİK DOĞURGULARI.....	141
EKLER.....	176
ÖZET	196
ABSTRACT.....	197

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Öncül Çalışma Örnekleminin Demografik Özellikleri	51
Tablo 2. Ana Çalışma Örnekleminin Demografik Özellikleri	63
Tablo 3. Öncül Çalışmada Kullanılan Öz-Bildirim Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	69
Tablo 4. EGGİ-R Formunun Doğrulayıcı Faktör Analizi Model Uyum İndeksleri	71
Tablo 5. EGGİ-R Formuna Ait Madde Faktör Yükleri ve Madde-Toplam Korelasyonu	72
Tablo 6. EGGİ Revize Formunun Güvenilirlik Katsayıları.....	74
Tablo 7. Öncül Çalışmada EGGİ-R Alt Boyutları ve Diğer Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları	75
Tablo 8. Cinsiyet Dağılımına Göre Betimleyici İstatistikler	77
Tablo 9. Ana Çalışma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler	78
Tablo 10. Ana Çalışma Değişkenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları	79
Tablo 11. Epistemik Tutumlar ve Sosyal Model Almanın Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları.....	87
Tablo 12. Epistemik Tutumlar ve Yatıştırılmanın Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları	90
Tablo 13. Epistemik Tutumlar ve Olumlu Duyguları Artırmanın Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları.....	93
Tablo 14. Epistemik Tutumlar ve Bakış Açısı Edinmenin Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları.....	96
Tablo 15. Epistemik Tutumlar ve Aşırı Güvence Arayışının Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları.....	99

Tablo 16. Epistemik Tutumlar ve Algılanan Sosyal Desteğin Seri Aracı Rolüne İlişkin

Dolaylı Etki Bulguları..... 103

Tablo 17. Zihinselleştirme Güçlükleri ve Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik

Tutumlar ve İlişkisel Süreçlerin Aracı Rollerine İlişkin Bulguların Özeti 104



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Araştırmanın Temel Amacı	46
Şekil 2. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve sosyal model almanın seri aracı rolü.....	86
Şekil 3. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve yatıştırılmanın seri aracı rolü	89
Şekil 4. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve olumlu duyguları artırmanın seri aracı rolü	92
Şekil 5. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve bakış açısı edinmenin seri aracı rolü	95
Şekil 6. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve aşırı güvence arayışının seri aracı rolü.....	98
Şekil 7. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve algılanan sosyal desteğin seri aracı rolü.....	102

EKLER DİZİNİ

EK 1. SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	176
EK 2. ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ	177
EK 3. GÜVENCE ARAYIŞI ÖLÇEĞİ	179
EK 4. KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ	180
EK 5. YAKIN İLİŞKİDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II	182
EK 6. EPİSTEMİK GÜVEN ÖLÇEĞİ	186
EK 7. KISA SEMPTOM ENVANTERİ	188
EK 8. ZİHİNSELLEŞTİRME ÖLÇEĞİ	191
EK 1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	193
EK 10. ETİK KURUL ONAYI	195

BÖLÜM I

GİRİŞ

Psikopatolojinin anlaşılmasında uzun yıllar boyunca baskın konumda olan kategorik tanı sistemleri, klinik görünümünün sınıflandırılması açısından işlevsel olmakla birlikte, ruhsal bozuklukların altında yatan süreçleri açıklamada önemli sınırlılıklar barındırmaktadır. Bu nedenle son yıllarda, farklı bozukluklar boyunca ortak biçimde işleyen mekanizmalara odaklanan tanıları üstü yaklaşımlar giderek daha fazla önem kazanmıştır. Söz konusu yaklaşımlar, psikopatolojiyi yalnızca belirti düzeyinde ortaya çıkan bir bozulma olarak değil, aynı zamanda psikolojik esneklik, dayanıklılık ve uyum süreçlerindeki yetersizlikler çerçevesinde ele almaktadır. Bu bağlamda, bireyin duygu düzenleme, kişilerarası işlevsellik, sosyal çevresinden yararlanma ve değişen koşullara uyum sağlama kapasitelerindeki bozulmaların, farklı psikopatoloji örüntülerinde ortak rol oynayabileceği düşünülmektedir.

Bağlanma kuramı, psikopatolojiye ilişkin bu ilişkisel çerçeveyi anlamada önemli kuramsal dayanaklardan birini oluşturmaktadır. Bakım verenlerle kurulan erken dönem ilişkilerin, bireyin hem kendisine hem de başkalarına ilişkin beklentilerini şekillendirdiği; bu beklentilerin de yaşam boyu güven, destek arama, duygu düzenleme ve tehdit algısı gibi süreçleri etkilediği öne sürülmektedir. Günümüzde ise bağlanma kuramının çağdaş temsilcileri, bağlanmanın işlevlerini daha ayrıntılı biçimde incelemektedir. Bu kapsamda, bağlanma ilişkilerinin önemli işlevlerinden birinin zihinselleştirme kapasitesinin gelişimini desteklemek olduğu ileri sürülmektedir. Son yıllarda zihinselleştirme temelli bakış açısı daha da genişletilmiş ve bağlanma ilişkileri içinde gelişen bir diğer önemli mekanizmanın, bireyin sosyal yolla bilgi edinmesini mümkün kılan epistemik güven kapasitesi olduğu öne sürülmüştür. Bu kapasitenin özellikle sosyal kaynaklardan yararlanma ve psikolojik

dayanıklılık geliştirme açısından önemli olduğu düşünülmekte; bu alandaki bozulmaların ise tanılarüstü bir risk faktörü oluşturabileceği ileri sürülmektedir.

Psikopatolojiyi bu sosyal-bilişsel perspektiften ele almak, bireyin duygusal sıkıntı karşısında başkalarına nasıl yöneldiğini ve kişilerarası kaynaklardan nasıl yararlandığını incelemeyi önemli kılmaktadır. Bu bağlamda kişilerarası duygu düzenleme, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek gibi ilişkisel değişkenler, ruhsal işleyişi anlamada önemli göstergeler sunabilir. Bu değişkenlerin zihinselleştirme ve epistemik tutumlarla birlikte ele alınması, psikolojik belirtilerin altında yatan mekanizmaları daha bütüncü biçimde açıklama potansiyeline sahiptir.

Mevcut tez, bu kuramsal çerçeveden hareketle psikopatolojiyi gelişimsel, ilişkisel ve tanılarüstü bir perspektiften, güncel zihinselleştirme yaklaşımı bağlamında incelemeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda, bu bölümde öncelikle zihinselleştirme yaklaşımının gelişimsel temelini oluşturan bağlanma kuramı ele alınacaktır. Ardından zihinselleştirme kavramı ve psikopatoloji ile ilişkisi tartışılacaktır. Sonraki bölümde epistemik güven, epistemik güvensizlik ve inanırlık yapıları tanıtılacak; daha sonra kişilerarası duygu düzenleme, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek değişkenleri gözden geçirilerek bu süreçlerin psikopatoloji ile ilişkileri değerlendirilecektir. Böylece, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin epistemik ve ilişkisel süreçler aracılığıyla nasıl şekillenebileceğine dair bütüncül bir çerçeve sunulması hedeflenmektedir.

1.1.BAĞLANMA KURAMI

Bağlanma kuramı, insanın hayatta kalmasını destekleyen evrimsel kökenli bir bağlanma sistemi ile dünyaya geldiğini ve bu sistemin özellikle tehdit, stres ya da kırılmalık koşullarında otomatik olarak etkinleştiğini ileri sürer (Bowlby, 1969/1982). Ağlama, gülümseme ve emme gibi erken döneme özgü davranış repertuarı, bebeğin bakım veren

bağlanma figürlerine yönelerek yakınlık kurmasını ve böylece koruma, beslenme ve yatırıştırılma gibi yaşamsal ihtiyaçlarını karşılamasını sağlar. Bu bağ, bağlanma figürüne yakınlığı sürdürme eğilimi, ayrılık durumlarında ortaya çıkan sıkıntı, tehlike algısında bakım verene yönelmeyi ifade eden güvenli liman işlevi ve bebeğin çevreyi keşfederken geri dönebileceği güvenli üs bileşenleri üzerinden tanımlanır (Bowlby, 1969/1982; Hazan ve Shaver, 1994).

Erken gelişim döneminde bebek ile bakım veren arasındaki tekrar eden etkileşimler, çocuğun hem kendisine hem de başkalarına ilişkin beklentiler geliştirmesine zemin hazırlar. Bowlby (1969/1982, 1973) bu zihinsel temsilleri içsel çalışan modeller (internal working models) olarak tanımlamış ve bunların erken bağlanma deneyimlerinin zihinsel olarak örgütlenmiş temsilleri olduğunu ileri sürmüştür. Erken çocukluk yıllarında inşa edilen bu modeller, bakım verenlerin ne ölçüde erişilebilir ve duyarlı olduğuna ilişkin beklentileri ve bireyin bu figürlerle olan ilişkilerinde kendisini nasıl konumlandığını içeren bilişsel-duygusal şemalar olarak işlev görür (Bowlby, 1990; Bretherton ve Munholland, 2008).

İçsel çalışan modeller iki temel boyutta ele alınır: başkalarına ilişkin modeller, başkalarının güvenilir, destekleyici ve ulaşılabilir olup olmadığına dair beklentileri içerirken; benliğe ilişkin modeller bireyin sevillebilirliği, değeri ve başkaları tarafından bakım görmeye layık olup olmadığına dair temsilleri yansıtır (Bowlby, 1969/1982; Hazan ve Shaver, 1994). Her ne kadar farklı bağlanma figürleriyle farklı temsiller gelişebilse de, özellikle birincil bakım verenle yinelenen deneyimler sonucunda oluşan çekirdek temsiller zamanla daha örtük ve otomatik çalışan bir yapıya dönüşerek bireyin yaşam boyu yakın ilişkilerindeki duygu, düşünce ve davranış örüntülerine yön verir (Mikulincer ve Shaver, 2009).

Bowlby (1973), bağlanma sisteminin işleyişindeki bireysel farklılıkların önemli bir bölümünü erken bakım ilişkilerinde yaşanan deneyimlerle ilişkilendirmiştir. İhtiyaç anlarında erişilebilir ve duyarlı olan bakım verenlerle kurulan etkileşimler, bağlanma sisteminin sağlıklı

biçimde gelişimini destekler, bireyde kalıcı bir güvenlik duygusunun oluşumuna katkıda bulunur ve sıkıntı durumlarında başkalarından destek aramanın etkili bir duygu düzenleme stratejisi olarak öğrenilmesini kolaylaştırır. Bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına tutarlı biçimde yanıt vermesi, çocuğun dünyayı güvenli bir yer ve diğer insanları destekleyici figürler olarak algılamasına zemin hazırlar; böylece bebek hem çevreyi merak ve güven duygusuyla keşfedebilir hem de başkalarıyla yakın ve doyum verici ilişkiler kurmanın mümkün olduğuna dair bir beklenti geliştirebilir. Buna karşılık bakım verenin ihtiyaç anlarında erişilebilir olmadığı ya da çocuğun yakınlık arayışına yeterince yanıt vermediği durumlarda bağlanma sisteminin düzenleyici işlevi zayıflar. Bu koşullarda çocuk rahatlama ve güvenlik deneyiminden mahrum kalabilir, kendisine ve başkalarına ilişkin olumsuz beklentiler geliştirebilir ve zihinsel kaynakları tehdit algısı ile korunma gereksinimi etrafında yoğunlaşabilir (Mikulincer ve Shaver, 2009).

Bakım verenin duyarlılığının tutarsız veya yetersiz olduğu durumlarda çocuk bağlanma sistemini düzenlemek amacıyla ikincil stratejiler geliştirebilir. Mikulincer ve Shaver'e (2003) göre bu stratejiler hiperaktivasyon ve deaktivasyon olmak üzere iki temel örüntü etrafında örgütlenir. Bakım verenin zaman zaman erişilebilir olduğu ancak yanıtlarının öngörülemez biçimde değiştiği etkileşimler hiperaktivasyon stratejilerini teşvik edebilir; bu durumda birey ayrılık veya reddedilme işaretlerine karşı aşırı duyarlı hale gelir, yoğun yakınlık arayışı ve onay ihtiyacı geliştirebilir ve duygusal tepkilerini artırma eğilimi gösterebilir. Bu örüntü zamanla kaygılı bağlanma ile ilişkilendirilmektedir. Buna karşılık bakım verenin sürekli olarak erişilemez olduğu ya da yakınlık girişimlerinin reddedildiği bağlamlarda birey bağlanma ihtiyaçlarını bastırmayı, başkalarına bağımlılığı azaltmayı ve sıkıntıyla tek başına baş etmeyi öğrenebilir. Bu durumda bağlanma sisteminin etkinliğini sınırlamaya yönelik deaktivasyon stratejileri gelişir ve birey ilişkilerde duygusal mesafeyi korumaya, yakınlıktan kaçınmaya ve özerkliği vurgulamaya yönelir (Cassidy ve Kobak,

1988; Main, 1990; Mikulincer ve Shaver, 2009). Erken dönemde şekillenen bu düzenleyici örüntüler, yetişkinlikte bağlanma sisteminin nasıl işlediğini ve bireyin yakın ilişkilerde tehdit, belirsizlik ve duygusal ihtiyaçlara nasıl tepki verdiğini anlamada önemli bir çerçeve sunmaktadır.

Bağlanma stili, erken bağlanma deneyimlerinin içselleştirilmesi sonucunda gelişen ve bireyin yakın ilişkilerdeki beklentilerini, duygusal tepkilerini ve davranışsal stratejilerini yönlendiren görece istikrarlı bir örüntü olarak tanımlanmaktadır. Bu örüntü, bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin içsel çalışan modellerini, sıkıntı durumlarında başvurduğu duygu düzenleme stratejilerini, ilişki partnerinin erişilebilirliğine dair beklentilerini ve yakınlık, bağımlılık ile özerklik arasındaki ilişkisel yönelimlerini yansıtır.

Bağlanma stillerinin ampirik olarak incelenmesi büyük ölçüde Mary Ainsworth ve arkadaşlarının geliştirdiği Yabancı Durum (Strange Situation) prosedürüne dayanmaktadır. Ainsworth ve arkadaşları (1978), yaklaşık bir yaşındaki bebeklerin anneleriyle olan bağlanma ilişkilerinin niteliğini değerlendirmek amacıyla, bebeğin kısa süreli ayrılık ve yeniden birleşme durumlarında verdiği tepkileri gözlemlemiş ve bu gözlemler doğrultusunda bağlanma örüntülerini üç temel kategori altında sınıflandırmıştır: güvenli, kaygılı/ambivalan ve kaçınan bağlanma. Güvenli bağlanan bebeklerin bakım verenlerinden ayrıldıklarında belirgin bir sıkıntı yaşadıkları, ancak yeniden birleşme sırasında bakım verenin yakınlığıyla kolayca yatışarak tekrar çevreyi keşfetmeye yöneldikleri gözlenmiştir. Buna karşılık kaygılı/ambivalan bağlanan bebeklerin ayrılık durumlarında yoğun stres yaşadıkları ve yeniden birleşme sırasında bakım verene hem yakınlaşma hem de direnç içeren ikircikli tepkiler verdikleri görülmüştür. Kaçınan bağlanma örüntüsünde ise bebeklerin bakım verenin gidişine ve dönüşüne görece sınırlı tepki gösterdikleri, duygusal yakınlık arayışından kaçındıkları ve dikkatlerini çevresel uyaranlara yönelttikleri gözlenmiştir. Daha sonra araştırmacılar tarafından dağınık/yönelim bozukluğu (disorganized/disoriented) olarak

adlandırılan dördüncü bir örüntü de tanımlanmıştır (Levy ve ark., 2011; Main ve Solomon, 1990). Bu örüntüde bebeklerin donakalma, yönsüz hareketler, kendine zarar verici davranışlar ya da durumdan kaçmaya yönelik düzensiz tepkiler sergileyebildikleri görülmektedir.

Daha yakın dönem bağlanma araştırmaları ise bağlanma örüntülerinin kategorik sınıflandırmalardan ziyade boyutsal bir yapı içinde ele alınmasının daha açıklayıcı olduğunu ileri sürmektedir. Bu yaklaşıma göre bağlanma stilleri iki temel boyut üzerinde konumlandırılabilir: bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması. Bağlanma kaygısı, bireyin yakın ilişki partnerlerinin ihtiyaç anlarında erişilebilir olmayacağına dair endişelerini ve reddedilme duyarlılığını yansıtırken; bağlanma kaçınması başkalarına güvenme konusundaki isteksizliği ve duygusal mesafeyi koruma eğilimini ifade eder (Brennan ve ark., 1998; Mikulincer ve ark., 2003). Bu iki boyut, erken bağlanma deneyimlerinin içselleştirilmesiyle gelişen ve bireyin yakın ilişkilerdeki beklenti, duygu ve davranış örüntülerini yansıtan bağlanma stillerinin süreklilik gösteren bir düzlemde ele alınmasına olanak tanımaktadır.

1.1.1. Bağlanma ve Psikopatoloji

Bağlanma kuramı çerçevesinde güvensiz bağlanma, bireyin stres ve tehdit durumlarında başkalarından destek alma kapasitesini zayıflatabilen ve psikolojik uyumu olumsuz yönde etkileyebilen önemli bir gelişimsel risk faktörü olarak ele alınmaktadır. Güvensiz bağlanma örüntülerinin bireyin güvenli ve istikrarlı bir psikolojik temel geliştirmesini zorlaştırdığı, stresli yaşam olayları karşısında dayanıklılığı azalttığı ve kriz durumlarında psikolojik çözümlere yatkınlığı artırabildiği ileri sürülmektedir. Nitekim çok sayıda araştırma, güvensiz bağlanma örüntülerinin depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif-kompulsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu, yeme bozuklukları, sınır durum kişilik bozukluğu, antisosyal kişilik bozukluğu ve intihar düşüncesi gibi farklı psikopatoloji biçimleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Beeney ve ark., 2017; Carfagno ve ark., 2024;

Malik ve ark., 2015; Nielsen ve ark., 2017). Benzer biçimde Mikulincer ve Shaver (2012), klinik ve klinik olmayan örneklemelerden elde edilen çok sayıda kesitsel ve boylamsal çalışmayı gözden geçirerek güvensiz bağlanmanın, ister kaygılı ister kaçınan biçimde ortaya çıksın, hafif düzeyde ruhsal sıkıntılardan ağır kişilik bozukluklarına ve psikotik bozukluklara kadar uzanan geniş bir psikopatoloji yelpazesıyla ilişkili olduğunu göstermiştir.

Araştırmacılar, bağlanma güvensizliklerinin belirli bir bozukluğa özgü olmaktan ziyade farklı psikopatoloji biçimlerine katkıda bulunan genel bir kırılganlık yarattığını; ancak bağlanma kaygısı ve kaçınması gibi farklı güvensizlik örüntülerinin bireyleri belirli psikopatoloji görünümüne daha yatkın hale getirebildiğini belirtmektedir. Bu doğrultuda Mikulincer ve Shaver (2003; 2007), bağlanma güvensizliklerinin psikopatolojiye doğrudan değil, birbiriyle ilişkili bilişsel, duygusal, motivasyonel ve kişilerarası süreçler aracılığıyla dolaylı biçimde katkıda bulunduğunu ileri sürmektedir. Bu yaklaşıma göre bağlanma kaygısı ve bağlanma kaçınması gibi temel güvensizlik boyutları, olumsuz içsel çalışma modellerinin gelişmesine, uyumsuz duygu düzenleme stratejilerine ve işlevsel olmayan kişilerarası örüntülere zemin hazırlayarak psikolojik riskin artmasına yol açmaktadır.

Bu yaklaşım, Ein-Dor ve Doron'un (2015) bağlanma güvensizliklerine ilişkin transdiagnostik modeli ile de uyumludur. Bu modele göre bağlanma kaygısı ve kaçınması, psikopatoloji için uzak (distal) risk faktörleri olarak işlev görürken; olumsuz duygulanımın aşırı düzenlenmesi veya bastırılması, tehdit ipuçlarına aşırı duyarlılık, başkalarının erişilebilirliğine yönelik güvensizlik ve aşırı öz-yeterlilik gibi süreçler yakın (proximal) risk mekanizmaları olarak ortaya çıkar. Bu mekanizmalar, kişilerarası kayıp, travma veya kronik stres gibi belirli çevresel koşullarla etkileşime girerek anksiyete bozuklukları, majör depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve antisosyal davranış gibi farklı psikopatolojik sonuçlara giden gelişimsel yollar oluşturabilmektedir. Bu nedenle bağlanma

güvensizliklerinin psikopatolojiyle ilişkisi, tek bir bozuklukla sınırlı olmayan ve çoklu psikolojik sonuçlara uzanan süreç odaklı bir risk modeli çerçevesinde anlaşılmaktadır.

Bağlanma ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi açıklayan önemli yaklaşımlardan biri de Fonagy ve arkadaşları (2002) tarafından geliştirilen zihinselleştirme yaklaşımıdır. Bu çerçevede bağlanma ilişkilerinin temel işlevlerinden biri, bireyin hem kendi zihinsel durumlarını hem de başkalarının zihinsel durumlarını anlama kapasitesinin gelişimine zemin hazırlamasıdır. Zihinselleştirme kapasitesi, çocuğun içsel yaşantılarının bakım veren tarafından dikkatli, duyarlı ve tehdit etmeyen bir biçimde fark edilmesi, anlamlandırılması ve yansıtılmasıyla gelişmektedir (Fonagy ve ark., 2002; Fonagy ve Target, 1997). Bu nedenle bağlanma ilişkilerinin niteliği, bireyin hem kendi zihinsel durumlarını hem de başkalarının niyet ve duygularını yorumlama biçimini önemli ölçüde şekillendirebilir.

Bu perspektife göre işlevsiz bağlanma ilişkilerinden kaynaklanan duygu düzenleme güçlükleri, dikkat kontrolü sorunları ve özdenetim zorluklarının (Agrawal ve ark., 2004) zihinselleştirme kapasitesinin yeterince gelişmemesi aracılığıyla ortaya çıktığı düşünülmektedir (Bateman ve Fonagy, 2010). Başka bir deyişle, bireyin hem kendi içsel deneyimini hem de başkalarının davranışlarının altında yatan zihinsel süreçleri doğru, esnek ve bağlama uygun biçimde anlamlandırmakta zorlanması, bir kırılganlık faktörü olarak görülmektedir (Bateman ve Fonagy, 2010). Bir sonraki bölümde zihinselleştirme yaklaşımı ayrıntılı biçimde ele alınacak ve psikopatoloji ile ilişkisi kuramsal ve ampirik bulgular ışığında tartışılacaktır.

1.2. ZİHİNSELLEŞTİRME

Zihinselleştirme, kişinin kendisi veya başkalarının davranışlarını kasıtlı zihinsel işleyişler (ör., amaçlar, duygular, arzular, ihtiyaçlar, nedenler) olarak anlamlandırmasını sağlayan insana özgü imgesel bir zihinsel beceri olarak tanımlanır (Fonagy ve Bateman,

2016). Alanyazında zihinselleştirme, sosyal biliş alanındaki çeşitli kavramlarla kesişen, ancak bütünüyle eş değer olmayan geniş bir şemsiye kavram olarak ele alınmaktadır. Zihin kuramı, empati, farkındalık, psikolojik zihinlilik ve duygulanım farkındalığı gibi yapılar, zihinselleştirmenin farklı boyutlarıyla ilişkili görünmektedir (Choi-Kain ve Gunderson, 2008). Örneğin zihin kuramı ve empati, daha çok başkalarının zihinsel durumlarını kavrama süreçlerine işaret ederken; farkındalık ve psikolojik zihinlilik gibi kavramlar bireyin kendi içsel yaşantılarını fark etme ve anlamlandırma kapasitesiyle bağlantılıdır. Bu nedenle zihinselleştirme, hem benliğe hem de başkalarına yönelik zihinsel durumları konu edinmesi bakımından, bu kavramları kapsayan daha geniş bir çerçeve sunmaktadır. Ayrıca yalnızca bilişsel çıkarım süreçlerini değil, duygusal yaşantının anlaşılması ve düzenlenmesini de içerdiğinden, hem bilişsel hem de duygusal bileşenleri olan çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmektedir.

Zihinselleştirmenin önemli özelliklerinden biri, yalnızca görece sabit bir kişilik özelliği (*trait*) olarak değil, aynı zamanda bağlama duyarlı ve değişken (*state*) bir süreç olarak da işleyebilmesidir. Stres veya yoğun duygusal uyarılma durumlarında bireylerin kontrollü ve yansıtıcı zihinselleştirme kapasitesinin azalabildiği, bunun yerine daha hızlı, otomatik ve çoğu zaman daha yanlı yorumların devreye girebildiği gösterilmiştir (Luyten ve ark., 2020). Bu nedenle zihinselleştirme, belirli bir düzeyde süreklilik barındırmakla birlikte bağlam, ilişki ve duygusal uyarılma düzeyine bağlı olarak önemli ölçüde dalgalanabilen bir psikolojik süreç olarak ele alınmaktadır.

Zihinselleştirme, birbiriyle ilişkili ancak farklı eksenler üzerinde işleyen dört ayrı boyutta ve kutupta kavramsallaştırılır: otomatik/kontrollü, benlik/öteki, bilişsel/duygusal ve dışsal/içsel (Luyten ve Fonagy, 2015). Otomatik ve örtük zihinselleştirme, çaba gerektirmeyen hızlı, basit ve refleksif tepkilerle ilişkilendirilirken, kontrollü ve belirgin zihinselleştirme bilinçli bir süreç olup çaba, dikkat ve karşılıklılık gerektirir (Luyten ve ark.,

2020). Davranışsal, fizyolojik ve nörogörüntüleme çalışmalarından elde edilen bulgular, stres ve duygusal uyarılmanın zihinselleştirme süreçlerinin doğasını önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Özellikle yüksek uyarılma veya stres durumlarında otomatik zihinselleştirmenin daha baskın hale geldiği, bireylerin daha hızlı ve şematik yorumlara yönelme eğiliminde olup, bu sürecin çoğu zaman bilişsel önyargılar içeren değerlendirmelerle sonuçlanabildiği bilinmektedir (Bączkowski ve Cierpiałkowska, 2015).

Zihinselleştirmenin benlik/öteki boyutu ise, bireyin kendisini başkalarından veya başkasını kendinden ayrı olarak tutarlı bir şekilde algılamasını ve temsil etmesini içerir (Fonagy ve ark., 2017). Benlik kutbunda birey, başkasının zihinsel süreçlerine sınırlı bir ilgi gösterirken, öteki kutbundaki kişi, kendi iç dünyasını anlamlandırmaya da başka birinin zihnine yönelik doğru saptamalarda bulunabilir (Bateman ve Fonagy, 2016).

Zihinselleştirme ayrıca içsel durumlara (örneğin, başkasının bakış açısından niyetlerine ilişkin çıkarımlar) veya dışsal ipuçlarına (örneğin, jestler, mimikler) dayalı çıkarımlara odaklanır. İçsel kutupta bireyler, içsel durumlarına dayanarak zihinsel yapılar (örneğin, niyetler) hakkında çıkarımlar yaparken, dışsal kutupta sözel olmayan iletişim unsurlarına aşırı hassasiyet ve bu ipuçlarından yola çıkarak zihinsel süreçlere ilişkin çıkarımlar yapmak önceliklidir (Bateman ve Fonagy, 2016). Bu iki yönelim farklı sinirsel ağlarla da ilişkilendirilmiştir. Dışsal ipuçlarına dayalı zihinselleştirmenin daha çok lateral fronto-temporo-parietal ağları etkinleştirdiği ve görece daha az yansıtıcı süreçlerle ilişkili olduğu; içsel durumlara dayalı zihinselleştirmenin ise daha çok medial fronto-parietal ağları içerdiği ve daha kontrollü, yansıtıcı bilişsel süreçlerle bağlantılı olduğu öne sürülmektedir (Lieberman, 2007).

Son olarak, zihinselleştirme hem duygusal (örneğin, duyguya ilişkin çıkarımlar) hem de bilişsel (örneğin, düşünceler ve niyetler) kutuplara sahiptir (Luyten ve Fonagy, 2015). Bu bağlamda, zihinsel kutuptaki bir kişi genellikle empatiden yoksun, rasyonel bir zihin okuması

yaparken, duygusal kutupta ise duygusal ipuçlarına karşı aşırı hassasiyet dikkat çeker (Bateman ve Fonagy, 2016). Araştırmalar bilişsel ve duygusal zihinselleştirmenin farklı fakat birbiriyle ilişkili sinirsel sistemlerle bağlantılı olduğunu göstermektedir. Bilişsel zihinselleştirmenin daha çok kontrollü zihinselleştirme süreçlerine dayandığı ve özellikle prefrontal korteks bölgeleriyle ilişkili olduğu öne sürülmektedir. Buna karşılık duygusal zihinselleştirme, temel düzeyde daha otomatik ve bedenselleşmiş süreçlerle bağlantılıdır (Sabbagh, 2004).

Sağlıklı bir zihinselleştirme kapasitesinin bu farklı boyutlar arasında esnek bir denge kurulmasını gerektirdiği düşünülmektedir (Luyten ve ark., 2024). Yani etkili zihinselleştirme, bireyin bağlama ve ilişkiye göre otomatik ve kontrollü süreçler, benlik ve öteki temsilleri, bilişsel ve duygusal değerlendirmeler ile içsel ve dışsal ipuçları arasında uyumlu bir geçiş yapabilmesini içerir.

Fonagy ve arkadaşlarının önerdiği gelişimsel modele göre, zihinselleştirme becerisi ilk olarak bebek-bakım veren ilişkisi bağlamında gelişir. Bu süreçte, birincil bakım verenler tekrarlayan ve abartılı duygusal ifadelerle bebekteki öznel deneyimleri bebeğe geri yansıtır (Fonagy ve ark., 2002). Bu etkileşim sürecinde bakım veren, çocuğun içsel deneyimini düzenleyerek ve anlamlandırarak yeniden çocuğa iletir. Bakım verenin zihinselleştirme yeteneği, bebeğin içsel deneyimlerini doğru bir şekilde anlamak için önemli bir ön koşuldur (Schwarzer ve ark., 2021).

Bu “belirgin aynalama” (*marked mirroring*) gösterimlerinin abartılı doğasının bir sonucu olarak, bakım verenin ifade ettiği duygulanım, bakım verenin kendi duygularından ayrılır. Yansıtılan bu duygu ifadeleri, bebeğin duygu durumuyla sıklıkla eşleştiği için, bebek bu duyguları kendine ait olarak algılar ve işler (Fonagy ve ark., 2002). Ayrıca, bebek bu süreçte bakım verenin gerçek duygularına yönelik ayrı bir temsil de oluşturur. Belirgin aynalama ile iletilen duygusal ifade ile bakım verenin benzer durumdaki gerçek duygusal

ifadesi arasındaki ilişkiyi kurmak, bebeğin belirli duyguların doğasını anlamasına ve benzer bir duygusal durumda kendi olası davranışını tahmin etmesine olanak sağlar (Fonagy ve ark., 2002). Bebeğin duyguları ile bakım verenin belirgin aynalama ifadeleri arasındaki bağlantı sayesinde, bebek, duyguları içsel veya dışsal yollarla hafifletilebilen, başkaları tarafından anlaşılabilen ve paylaşılabilen değişebilir olgular olarak tanır (Fonagy ve Allison, 2014). Bu şekilde bebekte kontrol duygusu, öznellik algısı ve kendilik desteklenir. Aynı zamanda bu deneyimle, bebekler öznel deneyimlerinin ikincil temsillerini geliştirerek, başkalarının ve kendi davranışlarının zihinsel durumlardan oluştuğunu fark eder (Schwarzer ve ark., 2021). Gelişen zihinselleştirme becerisiyle çocuk, kendisinin ve diğerlerinin davranışlarını kasıtlı zihinsel durumlar açısından anlayarak benlik algısını geliştirir (Fonagy ve Allison, 2014).

Zihinselleştirme becerisinin gelişim sürecinde bebek, bir takım ön-zihinselleştirme aşamalarından geçer (Bateman ve Fonagy, 2016). Bu aşamaların ilki olan psişik eşdeğerlik modunda, bebeğin duyguları ve düşünceleri dış gerçeklikle aynı güce sahiptir ve iç dünya adeta bir dışsal gerçeklik olarak algılanır. Yaklaşık 9. aydan itibaren başlayan ve gelişimsel olarak bu modu takip eden teleolojik modda ise, bebek zihinselleştirmeyi dış ipuçlarına odaklanan kutbunda yer alır ve diğer zihinleri yalnızca fiziksel olarak gözlemleyebildiği ölçüde algılayabilir (Bateman ve Fonagy, 2016). Son aşama olan temsili modda ise düşünceler iç ve dış gerçeklik arasında bir köprü görevi göremez ve zihinsel durumlar, sembolik oyunlarda (*pretend play*) olduğu gibi dış gerçeklikten izole bir şekilde var olur (Bateman ve Fonagy, 2016).

Bu ön-zihinselleştirme aşamaları, yalnızca gelişimin erken dönemlerine özgü geçici aşamalar olarak kalmamakta; ileriki yaşamda yoğun tehdit, bağlanma sisteminin aktivasyonu ya da aşırı duygusal uyarılma altında yeniden baskın hale gelebilmektedir. Bu tür durumlarda birey, kendi öznel yaşantısını tek ve mutlak gerçeklik gibi deneyimlediği psişik eşdeğerlik aşamasına, yalnızca somut ve gözlenebilir olana odaklanan teleolojik işleyişe ya da zihinsel

içeriklerin dış gerçeklikle bağının zayıfladığı sözde-zihinselleştirici bir işleyişe kayabilmektedir. Bu nedenle zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmalar yalnızca bilişsel bir sınırlılık olarak değil; duygusal taşkınlık, kişilerarası işlevsizlik ve davranışsal dışavurumlar üzerinden psikopatoloji açısından önemli bir kırılganlık alanı olarak değerlendirilmektedir (Luyten ve ark., 2020). Bu çerçevede, bir sonraki bölümde zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişki kuramsal ve ampirik bulgular ışığında ele alınacaktır.

1.2.1. Zihinselleştirme ve Psikopatoloji

Zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişki, son yıllarda gelişimsel psikopatoloji, bağlanma kuramı ve nörobilim alanlarını bir araya getiren çalışmalarla giderek daha görünür hale gelmiştir. Bu literatürde ortak olarak vurgulanan nokta, zihinselleştirmenin yalnızca sosyal bilişle ilişkin üst düzey bir beceri olmadığı; aynı zamanda stres düzenleme, duygusal denge ve kişilerarası uyum açısından temel bir düzenleyici işlev taşıdığıdır (Feldman, 2017).

Zihinselleştirme yaklaşımı, psikopatolojiyi anlamada özellikle stres ve yoğun duygusal uyarılma altında kontrollü zihinselleştirmenin bozulmasına özel bir önem atfetmektedir. Bu bağlamda zihinselleştirme bozuklukları en yoğun biçimde sınır durum kişilik bozukluğu çerçevesinde incelenmiştir. Bu alandaki çalışmalar, sınır durum örüntüler gösteren bireylerde hem zihinselleştirmenin yetersiz kaldığını hem de dengesiz ve bağlamdan kopuk biçimlerde işlediğini göstermektedir (Galvez-Merlin ve ark., 2024; McLaren ve ark., 2022). Bir yanda katı, basitleştirici ve savunmacı anlatılarla belirginleşen yetersiz zihinselleştirme örüntüleri; diğer yanda aşırı çıkarım, görünürde zihinsel açıklama üretme ancak gerçeklikten kopma ile karakterize sözde-zihinselleştirme biçimleri dikkat çekmektedir (Katznelson ve ark., 2020; Slade, 2005; Taubner ve ark., 2011). Bu tür işleyişler, bireyin hem kendi içsel yaşantılarını hem de başkalarının zihinsel durumlarını güvenilir ve esnek biçimde

değerlendirmesini zorlaştırmakta; böylece kişilerarası dalgalanmalar, terk edilme duyarlılığı, ani öfke yükselmeleri ve benlik algısında süreksizlik gibi klinik özelliklere zemin hazırlayabilmektedir (De Meulemeester ve ark., 2017).

Bununla birlikte, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişki yalnızca kişilik örgütlenmesiyle sınırlı değildir. Bulgular, zihinselleştirme güçlüklerinin madde kullanımı, kendine zarar verme, yeme bozuklukları, şiddet davranışı ve diğer dürtüsel ya da dışavurumsal örüntülerle de anlamlı biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir (Johnson ve ark., 2022). Bu davranışların ortak yönü, dayanılması güç içsel yaşantıların yeterince zihinselleştirilememesi ve bunun yerine daha somut, davranışsal ve hedefe yönelik eylemler aracılığıyla düzenlenmeye çalışılmasıdır (Luyten ve ark., 2020). Teleolojik işleyişin baskın hale geldiği bu durumlarda birey, ancak dışarıdan gözlenebilir bir eylem gerçekleştiğinde içsel gerilimin azalabileceğine inanabilir. Bu nedenle kendine zarar verme, madde kullanımı ya da yeme davranışı üzerindeki aşırı kontrol girişimleri, bazı durumlarda zihinselleştirilememiş içsel yaşantıları düzenlemeye yönelik davranışsal çözümler olarak anlaşılmaktadır (Jewell ve ark., 2016; Taubner ve ark., 2016).

Zihinselleştirme bozukluklarının kişilerarası sonuçları da psikopatolojinin sürdürülmesinde önemli görünmektedir. Zihinsel durumları anlamlandırmakta güçlük çeken bireyler, başkalarının niyetlerini tehdit edici, reddedici ya da tutarsız olarak yorumlamaya daha yatkın olabilirler (Galvez-Merlin ve ark., 2024). Bu durum, sosyal ilişkilerde güvensizlik, yanlış anlaşılma, geri çekilme ya da çatışma gibi örüntüleri artırabilir (Hayden ve ark., 2018). Özellikle güvensiz bağlanma bağlamlarında, bir yanda reddedilmeye aşırı duyarlı, yoğun destek arayan ancak bundan doyum sağlayamayan örüntüler; diğer yanda ilişkisel gereksinimleri küçümseyen, yakınlıktan kaçınan ve sıkıntıyı tek başına yönetmeye çalışan örüntüler gözlenebilir (Luyten ve Fonagy, 2015). Ayrıca, yetersiz zihinselleştirmenin dürtüsellik ve duygu düzenleme güçlükleri üzerinden kişilerarası sorunları artırabildiği de

gösterilmiştir (Euler ve ark., 2021). Her iki durumda da zihinselleştirme ile kişilerarası düzenleme arasındaki koordinasyonun bozulması, psikolojik sıkıntının yatışmasını güçleştirerek sürmesine katkıda bulunabilmektedir.

Alanyazındaki bulgular, zihinselleştirme becerisinin sınır durum kişilik bozukluğu (McLaren ve ark., 2022; Sharp ve ark., 2011), travma sonrası stres bozukluğu (Plana ve ark., 2014), bipolar bozukluk ve madde kullanım bozukluğu (Johnson ve ark., 2022), depresyon (Ekeblad ve ark., 2016) ve anksiyete bozuklukları (Sloover ve ark., 2022) gibi farklı psikopatoloji görünümüleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle zihinselleştirme, son yıllarda tanılarıüstü bir psikopatoloji faktörü olarak ele alınmaya başlanmıştır (Luyten ve ark., 2020). Daha yakın dönemde ise zihinselleştirme modeli, insanın sosyal-iletişimsel doğası ile psikopatolojinin gelişimi ve tedavisinde sosyal öğrenme süreçlerinin rolü dikkate alınarak yeniden genişletilmiştir. Bu bağlamda, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin altında, erken bağlanma deneyimleri içinde şekillenen epistemik güven kapasitesinin yer alabileceği ileri sürülmektedir (Fonagy ve Luyten, 2018). Bir sonraki bölümde epistemik güven kavramı ayrıntılı biçimde ele alınacaktır.

1.3. EPİSTEMİK GÜVEN

Dil aracılığıyla öğrenme ve öğretme kapasitesi, insan evriminin en ayırt edici ve yaşamsal özelliklerinden biri olarak değerlendirilmektedir (Stern, 2018). Bireyler, güvenilir bilgiye temelde iki farklı yoldan ulaşabilirler: Birincisi, bilgiyi doğrudan deneyim yoluyla sınamak; ikincisi ise, güvenilir buldukları bir iletişimci aracılığıyla sosyal yoldan kültürel bilgi edinmektir (Fonagy ve Allison, 2014; SPERBE ve ark., 2010; Sperber ve Wilson, 1995). İlk yol, bilginin doğruluğunu kişisel deneyimle test etmeyi gerektirdiğinden zaman alıcıdır; ayrıca her yeni durumda bilginin yeniden sınanması çoğu zaman ne mümkün ne de pratiktir. Buna karşılık ikinci yol, bireyin bilgiyi doğrudan test etmesine gerek kalmadan başkalarından

hızlı biçimde öğrenmesine ve edindiği bilgiyi farklı bağlamlara genelleyebilmesine olanak tanımaktadır (Fonagy ve ark., 2017). Bu durum, bireylerin karmaşık ve hızla değişen sosyal ve çevresel koşullara daha hızlı ve etkili biçimde uyum sağlamasını mümkün kılarak önemli bir evrimsel avantaj sunmaktadır (Duboscq ve ark., 2016).

Bununla birlikte, sosyal yoldan bilgi edinme süreci doğası gereği belirli riskler de taşımaktadır. Sosyal yollarla iletilen bilgi, kasıtlı ya da kasıtsız biçimde yanlış, eksik ya da zararlı içerikler taşıyabilir (Sperber ve ark., 2010). Bu nedenle, çok sayıda bilgi kaynağına maruz kalan bireyler açısından hangi bilginin güvenilir olduğuna karar verebilmek kritik bir önem taşımaktadır (Tamis-LeMonda ve ark., 2008). İnsanlar, tıpkı kandırılmaya karşı koruyucu mekanizmalar geliştiren diğer memeli türleri gibi, yanıltıcı bilgiye karşı kendilerini korumaya hizmet eden bir tür bilişsel savunma sistemine sahiptir. Sperber ve arkadaşları (2010) bu sistemi epistemik uyanıklık (epistemic vigilance) kavramıyla açıklamaktadır. Epistemik uyanıklık, bireyin başkalarından gelen bilgiyi otomatik olarak kabul etmek yerine, onun doğruluğunu, güvenilirliğini ve kaynağını değerlendirmesine olanak tanıyan koruyucu bir bariyer işlevi görmektedir.

Bireyin yaşamsal öneme sahip doğru bilgileri başkalarından öğrenebilmesi için, belirli koşullarda epistemik uyanıklığın esnemesi ve kişilerarası bilgi aktarımına açıklık geliştirilmesi gerekmektedir (Fonagy ve ark., 2015). Bu noktada Csibra ve Gergely'nin (2009) doğal pedagoji (*natural pedagogy*) yaklaşımı önemli bir açıklama sunmaktadır. Bu perspektife göre, özellikle bebeklik döneminde, iletişimde vericinin niyetini görünür kılan belirli işaretler, yani görünür ipuçları (ostensive cues), bireyin epistemik uyanıklığını geçici olarak azaltarak sosyal öğrenmeye açıklık geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Bu görünür ipuçları; göz teması kurma, bireye adıyla hitap etme, karşılıklılık içeren bir etkileşim başlatma ya da belirli bir ses tonuyla iletişim kurma gibi, iletişimin kişiye yöneldiğini ve onun için anlam taşıdığını gösteren işaretleri kapsamaktadır (Csibra ve Gergely, 2009). Bu

ipuçları sayesinde birey, yalnızca bir bilgi alıcısı değil, aynı zamanda özne olarak tanınan ve kendisine özel bir dikkat yöneltlen biri olduğunu deneyimler. Böylece, iletilen bilginin kendisi açısından kişisel ve toplumsal bir önem taşıdığına ilişkin bir çerçeve oluşur ve birey bu bilgiyi öğrenmeye daha açık hale gelir (Fonagy ve Allison, 2014; Sperber ve Wilson, 1995). Başka bir ifadeyle, hem sözel hem de sözsüz görünür ipuçları, bireyin sonraki bilginin kendisiyle ilişkili ve kendisi için geçerli olabileceğini fark etmesini sağlayarak epistemik uyanıklığın geçici olarak sınırlandırılmasına katkıda bulunur (Fonagy ve ark., 2015).

Buna karşılık, görünür ipuçlarının bulunmadığı ya da birey tarafından doğru biçimde algılanmadığı durumlarda, kişi iletilen bilgiyi bilişsel olarak anlayabilir ve hatırlayabilir; ancak bu bilgiyi kendisiyle ilişkili, kişisel olarak anlamlı ya da genellenebilir olarak değerlendirmeyebilir (Allison ve Fonagy, 2016). Dolayısıyla sosyal öğrenmenin etkili biçimde gerçekleşebilmesi, yalnızca bilginin aktarılmasına değil, aynı zamanda bu bilginin birey tarafından güvenilir, kendisiyle ilgili ve kullanılabilir olarak deneyimlenmesine bağlıdır.

Doğal pedagoji kuramına göre kültürel bilginin aktarımı, öncelikle erken dönem bağlanma ilişkileri içinde gerçekleşmektedir (Fonagy ve ark., 2007). Bebeklik döneminde güvenli bağlanma deneyimleri, bakım verenin yeterli zihinselleştirme kapasitesi ve görünür ipuçlarının etkili kullanımı sayesinde çocuk, epistemik uyanıklık bariyerini esnetmeye daha açık hale gelir. Böylece çocuk, sosyal çevreye uyumu destekleyen kültürel bilgilerin edinimi için elverişli bir öğrenme kanalı geliştirebilir (Allison & Fonagy, 2016; Fonagy & Luyten, 2018).

Gelişim ilerledikçe, sosyal yolla edinilen bilgilerin nasıl değerlendirildiği yalnızca erken bakım ilişkileriyle sınırlı kalmamakta; bireyin içinde bulunduğu daha geniş sosyal bağlam tarafından da şekillendirilmektedir. Bu süreçte eşitsizlik ve ayrımcılığa maruz kalma gibi toplumsal deneyimler, geçmiş travmatik yaşantılar ve akranlar, arkadaşlar ve öğretmenler gibi diğer önemli ilişkisel figürler, bireyin sosyal olarak iletilen bilgiye nasıl yaklaştığını

etkileyebilmektedir (Campbell ve Allison, 2022). Benzer biçimde, kültürel normlar, değerler ve sosyal aidiyet duygusu da kişinin başkalarından gelen bilgiyi nasıl anlamlandırdığında belirleyici rol oynamaktadır.

Bu çerçevede kültürel bilginin aktarımı yalnızca bağlamsal özellikler tarafından belirlenmemektedir. Görünür ipuçlarının etkili biçimde kullanılması, aktarılan bilginin niteliği ve bilginin kaynağının güvenilirliği kuşkusuz önemlidir; ancak bu sürecin ne ölçüde etkili olacağı, aynı zamanda alıcının sosyal olarak iletilen bilgiye güvenmeye ne kadar açık olduğuna da bağlıdır (Campbell ve ark., 2021). Başka bir ifadeyle, kişilerarası bilgi aktarımının işlevsel olabilmesi için bireyin yalnızca bilgiye maruz kalması yeterli değildir; bu bilgiyi kendisi açısından anlamlı, geçerli ve kullanılabilir olarak değerlendirmesi de gerekmektedir.

Epistemik güven (*epistemic trust*), kişiler arası olarak iletilen bilgiyi kendisiyle alakalı, güvenilir ve diğer durumlara genelleştirilebilir olarak algılama becerisini ifade eder (Fonagy ve Allison, 2014). Bu yönüyle epistemik güven, destekleyici sosyal çevrelerde uyumlu bir epistemik tutum olarak değerlendirilebilir. Böyle bir durumda birey, sosyal öğrenme fırsatlarına bütünüyle sorgusuz değil, seçici ve bağlama duyarlı bir açıklıkla yaklaşmaktadır (Fonagy ve ark., 2017).

Buna karşılık, sosyal çevrenin yanıltıcı, çarpıtıcı ya da zarar verici olduğu koşullarda, kişilerarası yolla edinilen bilgiye güvenmek uyum bozucu sonuçlar doğurabilir ve psikolojik işlevselliği olumsuz etkileyebilir (Orme ve ark., 2019). Özellikle çocukluk çağı travmalarının güven algısını olumsuz yönde etkilediği durumlarda, bireyler süregelen bir epistemik donma veya aşırı epistemik uyanıklık durumuna yatkın olabilirler (Fonagy ve ark., 2015; Luyten ve ark., 2020). Bu bağlamda, bir diğer epistemik tutum olan epistemik güvensizlik (*epistemic mistrust*), başkalarından alınan bilgileri yanlışlıkla ve önyargıyla reddetme, herhangi bir bilgi kaynağını güvenilmez veya kötü niyetli olarak algılama durumunu ifade eder (Fonagy ve

ark., 2017). Ancak sosyal çevreden gelen kültürel olarak önemli ve doğru bilgilerin de bu biçimde reddedilmesi, bireyin inanç ve düşüncelerini değişen koşullara göre güncellemesini zorlaştırabilir. Bu durum, hızla değişen sosyal çevreye uyumu engelleyen ve psikopatolojiye yatkınlığı artırabilen bir bilişsel katılığa yol açabilir (Bo ve ark., 2017; Fonagy ve ark., 2015).

Epistemik işleyişteki bozulmanın bir diğer görünümü ise epistemik inanırlıktır (*epistemic credulity*). Epistemik inanırlık, bireyin yanlış ya da zararlı bilgiye karşı yeterli ihtiyat geliştirememesi, başka bir deyişle ayırt etme ve eleştirel değerlendirme kapasitesinin zayıflaması nedeniyle potansiyel olarak yanıltıcı bilgiye karşı savunmasız hale gelmesini ifade etmektedir (Campbell ve ark., 2021). Her ne kadar epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık kuramsal olarak birbirinden ayrıştırılan epistemik tutumlar olsa da, klinik görünümde bu örüntülerin bir arada bulunabileceği düşünülmektedir. Nitekim örneğin sınır durum kişilik bozukluğu olan bireylerde, yüksek düzeyde epistemik güvensizlik ile epistemik inanırlığın eşzamanlı olarak görülebildiği bildirilmiştir (Campbell ve ark., 2021).

Uygun bir epistemik duruş benimseme kapasitesi, bir başka deyişle hangi bilgi kaynağına ne ölçüde güvenileceğini yerinde değerlendirebilme becerisi, aynı zamanda iletişimcinin niyetlerini (örneğin, bilerek yanıltıcı yanlış inançlar oluşturma amacını) doğru bir şekilde değerlendirebilmeyi gerektirir (Sperber ve ark., 2010). Bu nedenle, özellikle başkalarının zihinsel durumlarını anlamaya yönelik zihinselleştirme becerisindeki zayıflıklar, iletişimcinin niyetlerinin yanlış yorumlanmasına ve buna bağlı olarak da uygunsuz epistemik tutumların gelişmesine yol açabilir. Bu açıdan bakıldığında, yeterli bir zihinselleştirme kapasitesi, işlevsel epistemik güvenin oluşumu için temel koşullardan biri olarak görülebilir (Fonagy ve ark., 2021).

Bununla birlikte, epistemik güvenin gelişiminde yalnızca alıcının değil, iletişimcinin zihinselleştirme kapasitesi de belirleyici görünmektedir. Erken çocukluk döneminde bakım

verenin zihinselleştirme becerisi, çocuğun ruhsal ve duygusal durumlarının doğru biçimde fark edilmesini, anlaşılmasını ve yansıtılmasını mümkün kılar. Bu süreç, çocuğun hem kendi içsel yaşantılarını anlamlandırmasına hem de zamanla kendi zihinselleştirme kapasitesini geliştirmesine katkı sağlar. Daha sonraki gelişim dönemlerinde ise, iletişimcinin alıcının öznelliğini tanıyabilmesi ve onu anlaşıldığını hissettirecek biçimde ilişkiye dahil etmesi, görünür ipucu işlevi görür ve alıcının epistemik uyanıklığını azaltarak bilginin aktarımı için bir epistemik yol oluşturur (Fonagy ve Allison, 2014).

1.3.1. Epistemik Güven ve Psikopatoloji

Bu teorik yaklaşıma göre, çeşitli klinik görünüm, epistemik güvendedeki bozulmaların yol açtığı sosyal öğrenme güçlükleri ve bu güçlüklerle ilişkili sosyal izolasyon deneyimleri çerçevesinde anlaşılabilir (Fonagy ve ark., 2017). Epistemik güven kapasitesinin zayıfladığı durumlarda birey, işlevsiz bir bilişsel katılık geliştirebilir; bu nedenle, önceki inanç ve beklentileriyle çelişen kişilerarası deneyimlerle karşılaşsa bile, düşünce ve değerlendirmelerini güncellemekte zorlanabilir. Bunun temel nedenlerinden biri, başkalarından gelen bilginin güvenilir bir kaynaktan geldiğine inanmaması, dolayısıyla bu bilgiyi kendi yaşantısıyla ilişkilendirememesi ve farklı sosyal bağlamlara genellenebilir bir kaynak olarak kullanamamasıdır (Fonagy ve ark., 2015). Buna ek olarak, epistemik güvensizlik çoğu zaman başkalarının niyetlerini zarar verici ya da kötücül olarak algılama eğilimiyle ve buna eşlik eden yoğun bir sosyal izolasyon duygusuyla ilişkilendirilmektedir (Fonagy ve ark., 2015). Bu çerçevede psikopatoloji, değişen sosyal koşullara uyum sağlamayı güçleştiren bir iletişim ve sosyal öğrenme kopukluğu olarak ele alınmış; bu kopukluğun da erken bağlanma ilişkilerindeki olumsuz deneyimler, zihinselleştirme işlevindeki bozulmalar ve epistemik işleyişteki aksaklıklarla bağlantılı olabileceği öne sürülmüştür (Campbell ve ark., 2021; Fonagy ve Luyten, 2018).

Epistemik güven ile psikopatoloji arasındaki ilişki kuramsal düzeyde vurgulanmış olsa da, bu ilişkiyi doğrudan inceleyen ampirik çalışmalar görece yenidir ve halen gelişim aşamasındadır. Bu gecikmenin önemli nedenlerinden biri, kavramın ölçülmesine ilişkin güçlükler ve yakın zamana kadar geçerli ve güvenilir değerlendirme araçlarının sınırlı olmasıdır (Liotti ve ark., 2023; Schröder-Pfeifer ve ark., 2018). Klinik örneklemelerde yürütülen erken dönem çalışmalarda, epistemik güven çoğu zaman doğrudan ölçülmemiş; bunun yerine vaka analizleri, klinik görüşmeler ya da güveni dolaylı biçimde değerlendiren envanterler kullanılmıştır. Bu çalışmalar büyük ölçüde kişilik bozukluğu olan ergen örneklemelerine odaklanmış ve epistemik güvendeki eksikliklerin özellikle sınır durum kişilik bozukluğu ve antisosyal kişilik bozukluğu ile ilişkili olabileceğini bildirmiştir (Bo ve ark., 2017; Orme ve ark., 2019; Thomas ve Jenkins, 2019).

Epistemik güvenin özbildirim yoluyla değerlendirilmesine yönelik önemli bir adım, Campbell ve arkadaşlarının (2021) Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği'ni (ETMCQ) geliştirmesiyle atılmıştır. Bu ölçek, yetişkin örneklemelerinde epistemik tutumları incelemeye yönelik yeni bir araştırma alanı açmış olmakla birlikte, bu alandaki çalışmalar halen sınırlıdır. Bu ölçek kullanılarak yapılan araştırmalar, özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın psikopatoloji ile görece tutarlı biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir; hem epistemik güvensizlik hem de inanırlık; genel semptom şiddeti, kişilik işlevselliğindeki bozulmalar ve travma sonrası stres belirtileriyle ilişkili bulunmuştur (Campbell ve ark., 2021; Kampling ve ark., 2022; Greiner ve ark., 2024; Liotti ve ark., 2023). Ayrıca epistemik inanırlığın genel kişilik patolojisi ve savunma düzeyiyle; epistemik güvensizliğin ise bazı çalışmalarda paranoid sıkıntı ile zihinselleştirme güçlükleri arasındaki bağlantılarla ilişkili olduğu bildirilmiştir (Hauschild ve ark., 2023; Tanzilli ve ark., 2022). Bunun yanında, epistemik güvensizlik ve inanırlığın olumsuz çocukluk yaşantıları, güvensiz bağlanma örüntüleri, duygu düzenleme güçlükleri ve azalmış zihinselleştirme kapasitesiyle de bağlantılı

bulunduğu görülmektedir (Campbell ve ark., 2021; Kumpasoglu ve ark., 2025). Ek olarak ergen toplum örneklerinde, içselleştirme belirtilerinin duygu düzenleme güçlükleri aracılığıyla epistemik güvensizlik ve inanırlıkla ilişkili olabileceği gösterilmiştir (Locati ve ark., 2023). Bu bulgular, epistemik işleyişteki bozulmaların, psikopatolojiyle bağlantılı farklı tanılarüstü mekanizmalarla kesiştiğini düşündürmektedir.

Buna karşılık, epistemik güven alt boyutuna ilişkin ampirik bulguların daha tutarsız bir örüntü sergilediği görülmektedir. Bazı çalışmalar, daha yüksek epistemik güvenin daha düşük genel psikopatoloji, daha iyi kişilik işlevselliği ve daha yüksek yaşam kalitesi ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Knapen ve ark., 2024). Bununla birlikte, bazı çalışmalarda epistemik güvenin genel psikopatoloji şiddeti, depresif belirtiler ya da duygusal ve davranışsal güçlüklerle anlamlı biçimde ilişkili olduğu bildirilirken (De Coninck ve ark., 2024; Liotti ve ark., 2023; Tironi ve ark., 2024), diğer çalışmalarda epistemik güvenin psikopatoloji karşısında koruyucu bir işlev gördüğüne dair anlamlı kanıt elde edilememiştir (Campbell ve ark., 2021; Greiner ve ark., 2024; Kampling ve ark., 2024; Parolin ve ark., 2024). Daha da dikkat çekici olarak, bulgular epistemik güven alt boyutunun paranoid sıkıntı, duygu düzenleme güçlükleri ve narsisizm gibi değişkenlerle pozitif yönde ilişkili olabileceğini göstermiştir (Hauschild ve ark., 2023; Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Brauner ve ark., 2023).

Benzer bir tutarsızlık, epistemik güven ile zihinselleştirme arasındaki ilişkide de gözlenmektedir. Bazı araştırmalarda daha yüksek zihinselleştirme kapasitesinin daha yüksek epistemik güven ile ilişkili olduğu bildirilirken (Hauschild ve ark., 2023; Parolin ve ark., 2024), başka çalışmalarda bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış (Campbell ve ark., 2021; Greiner ve ark., 2024; Liotti ve ark., 2023; Tironi ve ark., 2024; Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024), hatta bazı araştırmalarda negatif yönde ilişkiler rapor edilmiştir (De Coninck ve ark., 2024). Bu çelişkili bulgular, özellikle ETMCQ'nun epistemik güven alt

ölçeğinin kavramsal açıklığı, ayırt ediciliği ve klinik örneklemlerdeki duyarlılığı konusunda bazı soru işaretleri doğurmuştur. Nitekim ölçeğin geliştiricileri de epistemik güven alt boyutunun geçerliliğine ilişkin bazı çekinceleri açıkça dile getirmiştir (Campbell ve ark., 2021).

Bu sınırlılıkları aşmak amacıyla son dönemde ETMCQ dışında yeni ölçüm araçları geliştirilmeye başlanmıştır. Örneğin Knapen ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen Questionnaire Epistemic Trust (QET), hem klinik hem toplum örnekleminde epistemik güveni değerlendirmeyi amaçlamaktadır ve ilk bulgular, özellikle ağır ve karmaşık kişilik bozukluğu olan bireylerde daha yüksek epistemik güvenin daha düşük psikopatoloji ve daha iyi işlevsellikle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Benzer biçimde Fisher ve arkadaşları (2025), psikoterapi oturum dökümleri üzerinden gözlemci temelli değerlendirme yapılmasını sağlayan Epistemic Trust Rating System'i (ETRS) geliştirmiş; bu araçla daha yüksek epistemik güvenin terapistte güvenli bağlanma ile pozitif, kaçınan bağlanma ile ise negatif ilişkili olduğu gösterilmiştir. Ayrıca yakın dönemde, orijinal ölçeğin geliştiricileri tarafından ETMCQ'nun revize edilmiş bir formu (ETMCQ-R) geliştirilmiştir (Campbell ve ark., 2025). Bununla birlikte, bu yeni ölçüm araçlarının her biri henüz büyük ölçüde geliştirme ve ilk doğrulama çalışmalarıyla sınırlı olduğundan, epistemik güvenin psikopatolojiyle ilişkisine dair bulgular şimdilik öncül niteliktedir.

Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, epistemik işleyişteki bozulmaların psikopatoloji açısından önemli bir risk alanı oluşturduğu; özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın bu ilişkide daha tutarlı biçimde öne çıktığı söylenebilir. Buna karşın epistemik güvenin nasıl ölçülmesi gerektiği ve hangi koşullarda koruyucu ya da risk artırıcı bir işleve sahip olduğu henüz tam olarak açıklığa kavuşmuş değildir. Ayrıca, kuramsal çerçeve psikopatolojiyi açık biçimde sosyal bağlam içinde ele almasına rağmen, mevcut ampirik çalışmaların büyük ölçüde belirti düzeyi ile ilişkiler üzerinde yoğunlaştığı; epistemik

tutumların hangi özgül ilişkisel süreçler üzerinden psikopatolojiyle bağlantılandığının ise henüz yeterince incelenmediği görülmektedir. Bu nedenle epistemik güven, zihinselleştirme ve psikopatoloji arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için, daha duyarlı ölçüm araçlarıyla ve bu yapıları gelişimsel ve kişilerarası bağlam içinde birlikte ele alan yeni çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır. Bu çerçevede, bir sonraki bölümde söz konusu ilişkide rol oynayabilecek olası kişilerarası süreçler ele alınacaktır. İlk olarak kişilerarası duygu düzenleme kavramı incelenecek; ardından aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek değişkenleri ele alınacaktır.

1.4. KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME

Duygu düzenleme becerisi, bireylerin belirli bir durumda ortaya çıkan duygusal tepkilerin yoğunluğunu, süresini ve ifade biçimini izleme, değerlendirme ve düzenleme amacıyla hem içsel hem de dışsal kaynaklardan yararlanmasını ifade etmektedir (Nolen-Hoeksema, 2012; Thompson, 1994). Bu süreç yalnızca duygusal tepkilerin kontrol edilmesiyle sınırlı değildir; aynı zamanda duyguların fark edilmesini, doğru biçimde tanımlanmasını, kabul edilmesini ve bireyin amaçlarıyla uyumlu davranışlar doğrultusunda yönetilmesini de kapsamaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Gross'un (2015) süreç modeline göre duygu düzenleme; duyguların ve durumun fark edilmesi ve uygun biçimde tanımlanması, olası duygu düzenleme stratejilerinin değerlendirilmesi, bağlama uygun taktiklerin seçilmesi ve seçilen taktiğin uygulanması gibi birbirleriyle ilişkili aşamalardan oluşmaktadır. Duyguların düzenlenmesiyle ilgili problemler, bu aşamalardan herhangi birinde yaşanan zorluklar nedeniyle ortaya çıkabilir. Örneğin bireyler, duygularını tanımlamakta zorlanabilir, duygusal deneyimlerini doğru biçimde değerlendiremeyebilir ya da duyguların değiştirilemez olduğuna ilişkin inançları nedeniyle düzenleme girişiminde bulunmayabilirler (Sheppes ve ark., 2015). Benzer şekilde, bağlamsal ipuçlarının yanlış değerlendirilmesi,

uygun olmayan stratejilerin seçilmesine yol açabilir; belirli stratejilere ilişkin yetersizlik algısı da etkili düzenleme girişimlerini sınırlayabilir (Gross, 2015). Ayrıca sınırlı bir taktik repertuarına sahip olmak, farklı durumlarda stratejileri esnek biçimde uygulayamamak ya da seçilen taktiklerin etkililiğini yanlış değerlendirmek de duygu düzensizliğine katkıda bulunabilmektedir (Fernandez ve ark., 2016).

Alanyazında duygu düzenleme stratejileri işlevsel ve işlevsiz stratejiler olarak sınıflandırılmaktadır. İşlevsel stratejiler, bireyin olumsuz duygulanımı etkili biçimde yönetmesine ve duygusal dengeyi sürdürmesine yardımcı olurken; işlevsiz stratejiler, olumsuz duyguların sürmesine ya da yoğunlaşmasına katkıda bulunarak ruh sağlığı üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Aldao ve ark., 2010). Bu bağlamda yeniden değerlendirme (*reappraisal*) ve dikkat dağıtma (*distraction*) gibi stratejiler genellikle daha uyumlu düzenleme biçimleri olarak ele alınmakta; bireyin duygusal deneyimini yeniden çerçeveleyerek ya da dikkat odağını değiştirerek duygusal yoğunluğu azaltmasına olanak tanımaktadır (Gross, 1998; McRae ve ark., 2010). Buna karşılık, ifade bastırma (*expressive suppression*) ve psikolojik uzaklaştırma (*distancing*) gibi stratejiler, kısa vadede duygusal tepkileri hafifletebilse de uzun vadede duygusal işleme süreçlerini sınırlayarak psikolojik uyum üzerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Gross ve John, 2003; Ochsner ve ark., 2012). Nitekim yeniden değerlendirme ve bastırma gibi temel duygu düzenleme süreçlerinin, farklı psikopatoloji örüntülerinde semptom şiddetini yordayabildiği ve bu nedenle klinik açıdan önemli düzenleyici mekanizmalar olarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmektedir (Morawetz ve ark., 2020). Bununla birlikte, duygu düzenleme stratejileri mutlak biçimde “iyi” ya da “kötü” olarak sınıflandırılmaktan ziyade, bireyin amaçladığı sonuçlara ve bu stratejilerin bağlam içinde ne ölçüde işlevsel olduğuna göre değerlendirilmektedir.

Duygu düzenleme becerisindeki eksiklikler, sınır durum kişilik bozukluğu (Daros ve Williams, 2019), sosyal kaygı (Dixon ve ark., 2020), travma sonrası stres bozukluğu

(Seligowski ve ark., 2015), depresyon ve manik bozukluk (Van Meter ve Youngstrom, 2016) gibi birçok psikopatolojide gözlenen yoğun, süreğen ve yönetilmesi güç olumsuz duygularla ilişkilidir. Bu bulgular doğrultusunda duygu düzenleme güçlüklerinin, farklı tanı kategorileri boyunca ortak olarak gözlenen tanılarüstü bir kırılganlık faktörü olduğu öne sürülmektedir (Fernandez ve ark., 2016; Sloan ve ark., 2017). Buna karşılık, uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin daha olumlu ruh sağlığı sonuçlarıyla ilişkili olduğu ve bu nedenle koruyucu bir faktör olarak değerlendirildiği görülmektedir (Trompetter ve ark., 2017). Bu bağlamda duygu düzenleme süreçlerini tanılarüstü bir çerçevede ele almak, psikopatolojinin altında yatan ortak mekanizmaların anlaşılmasına önemli katkılar sunmaktadır.

Duygu düzenleme alanyazının erken yıllarında çoğu zaman birey içi bir süreç olarak ele alınsa da, duyguların düzenlenmesi büyük ölçüde kişilerarası bağlam içinde gerçekleşmektedir. Araştırmalar, bireylerin duygularını düzenlemek için yalnızca bilişsel ve davranışsal stratejilere değil, aynı zamanda sosyal çevrelerinden sağlanan kaynaklara da başvurduklarını göstermektedir. Bu kapsamda bireyler stres düzeylerini azaltmak için sosyal destekten yararlanabilmekte (Uchino ve ark., 1996), olumlu duygulanımı artırmak amacıyla başkalarıyla paylaşımda bulunabilmekte (Gable ve Reis, 2010) ve zorlayıcı durumlarda yalnızca başkalarının varlığından dahi fayda sağlayabilmektedirler (Schachter, 1959). Bunun yanı sıra, empatik ve destekleyici davranışlar aracılığıyla bireyler yalnızca kendi duygularını değil, başkalarının duygularını da düzenlemeye yönelik girişimlerde bulunmaktadır (Batson, 2010; Thoits, 1996).

Kişilerarası süreçler, yaşam boyu duygu düzenlemenin temel yapıtaşlarından birini oluşturmaktadır. Özellikle erken gelişim döneminde, bakım veren ile bebek arasındaki karşılıklı duygusal eşdüzenleme (coregulation) örüntüleri, duygusal deneyimlerin düzenlenmesini ve bağlanma ilişkilerinin gelişimini şekillendirmektedir (Butler ve Randall, 2013). Bu bağlamda, erken yaşamda duygu düzenlemenin büyük ölçüde kişilerarası

etkileşimler aracılığıyla gerçekleştiği ve bireysel düzenlemeden ziyade kişilerarası düzenlemenin normatif bir süreç olduğu ileri sürülmektedir (Fogel, 1993; Rimé, 2007).

Bu yaklaşımlarla uyumlu olarak, son yıllarda duygu düzenleme alanındaki çalışmalar, bu sürecin yalnızca bireyin içsel bilişsel ve davranışsal mekanizmalarıyla sınırlı olmadığını; aksine birey ile sosyal çevresi arasındaki karşılıklı ve dinamik etkileşimler içinde şekillendiğini vurgulamaktadır (Hofmann, 2014; Zaki ve Williams, 2013). Bu perspektif, duyguların ortaya çıkışı ve düzenlenmesinde kişilerarası bağlamın belirleyici rolünü ön plana çıkarmakta ve duygu düzenlemenin doğası gereği ilişkisel bir süreç olduğunu savunmaktadır. Bununla birlikte, alan yazında kişilerarası duygu düzenlemenin doğası ve kapsamına ilişkin farklı görüşler bulunmaktadır.

Kişilerarası duygu düzenleme genellikle, canlı bir sosyal etkileşim bağlamında gerçekleşen ve bireyin ya da karşısındaki kişinin duygusal durumunu değiştirmeye yönelik açık ya da örtük bir düzenleme hedefi içeren süreçler olarak tanımlanmaktadır (Zaki ve Williams, 2013). Bu tanım, sosyal bağlamda duyguların kendiliğinden değişmesinden ziyade, sosyal etkileşimin düzenleyici bir amaç doğrultusunda kullanılmasına vurgu yapmaktadır.

Zaki ve Williams'ın (2013) kişilerarası duygu düzenleme çerçevesi, bu süreçleri iki temel eksen boyunca sınıflandırmaktadır. İlk eksen, düzenleme girişiminin hedefinin kim olduğuna ilişkindir. İçsel kişilerarası duygu düzenleme, bireyin kendi duygusal yaşantısını düzenlemek amacıyla başka birinin yardımını, varlığını ya da geri bildirimini devreye sokmasını ifade etmektedir. Buna karşılık dışsal kişilerarası duygu düzenleme, bireyin başka bir kişinin duygusal durumunu değiştirmeye ya da düzenlemeye çalıştığı süreçleri kapsamaktadır. İkinci eksen ise düzenleme sürecinin karşı tarafın tepkisine ne ölçüde bağlı olduğuna odaklanmaktadır. Tepkiye bağımlı süreçlerde düzenleyici etkinin ortaya çıkması, karşı tarafın belirli nitelikte bir yanıt vermesine bağlıdır. Örneğin, bir bireyin yaşadığı sıkıntıyı paylaşmasının rahatlatıcı olabilmesi, çoğu zaman karşısındaki kişinin anlayışlı,

destekleyici ya da yatıştırıcı bir tepki vermesine bağlıdır. Buna karşılık, tepkiye bağımsız süreçlerde düzenleyici etki, sosyal etkileşim bağlamında ortaya çıksa da karşı tarafın belirli bir yanıt vermesini gerektirmez. Kişinin duygularını ifade etmesi, duygularını adlandırması ya da yaşantısını söze dökmesi, karşı tarafın tepkisinden bağımsız olarak da düzenleyici işlev görebilir.

Bu çerçevede, duyguların sosyal paylaşımı kişilerarası duygu düzenlemenin en yaygın örneklerinden biri olarak değerlendirilmektedir. Araştırmalar, bireylerin hem olumlu hem de olumsuz duygusal yaşantılarını başkalarıyla paylaşma eğiliminde olduğunu göstermektedir (Gable ve Reis, 2010; Rimé, 2009). Ancak bu paylaşımın düzenleyici etkisi çoğu zaman sosyal etkileşimin niteliğine bağlıdır. Örneğin, olumlu bir olayın paylaşılması, karşı taraf coşkulu ve onaylayıcı biçimde karşılık verdiğinde olumlu duygulanımı artırabilmektedir (Gable ve Reis, 2010).

Zaki ve Williams'a (2013) göre kişilerarası duygu düzenleme yalnızca bireyin kendi duygularını düzenlemek için başkalarına yönelmesini değil, aynı zamanda başkalarının duygularını düzenlemeye yönelik girişimlerini de kapsamaktadır. Bu bağlamda empati, duygusal paylaşım ve prososyal davranışlar, dışsal kişilerarası duygu düzenlemenin temel bileşenleri olarak düşünülebilir. Bir kişinin başka birinin duygusal durumunu anlaması, onun yaşantısına duygusal olarak eşlik etmesi ve bu yaşantının seyrini değiştirmeye yönelik motive olması, dışsal düzenleme hedefinin temelini oluşturmaktadır. Bu hedef doğrultusunda bireyler duruma özgü duygusal destek sunma, teselli edici mesajlar verme gibi farklı yollarla başkalarının duygularını düzenlemeye çalışabilmektedir. Bununla birlikte, bu tür prososyal girişimlerin her zaman hedef kişinin duygusal durumunda beklenen değişimi yaratmadığı da bilinmektedir. Dolayısıyla dışsal kişilerarası duygu düzenleme de tıpkı içsel düzenlemede olduğu gibi, kimi zaman karşı tarafın geri bildirimine bağımlı, kimi zaman ise daha çok

düzenleyenin kendi yardım etme algısı ya da “iyi bir şey yapmış olma” hissi üzerinden işleyen süreçler içerebilmektedir.

Hofmann ve arkadaşlarının (2016) yaklaşımına göre ise kişilerarası duygu düzenleme, bireyin kendi duygusal deneyimlerini sosyal etkileşimler aracılığıyla düzenlemesi olarak tanımlanmaktadır. Hofmann ve arkadaşlarının (2016) kişilerarası duygu düzenleme modeli, bu süreçlerin daha sistematik biçimde incelenebilmesi amacıyla geliştirdikleri Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği'ne (Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire; IERQ) dayanmaktadır. Ölçeğin faktör analizi sonuçlarına göre, bu modelde kişilerarası duygu düzenleme dört temel eğilim üzerinden ele alınmaktadır: olumlu duyguyu artırma (*enhancing positive effect*), bakış açısı edinme (*perspective taking*), yatıştırılma (*soothing*) ve sosyal model alma (*social modeling*). Olumlu duyguyu artırma, bireyin mutluluk ve sevinç gibi olumlu duygularını başkalarıyla paylaşarak güçlendirme eğilimini; bakış açısı edinme, zorlayıcı durumlarda başkalarının görüşlerinden, deneyimlerinden ve önerilerinden yararlanarak kendi yaşantısını yeniden değerlendirme sürecini ifade etmektedir. Yatıştırılma, bireyin olumsuz duygular yaşadığında başkalarından teselli, anlayış ve duygusal destek aramasını kapsarken; sosyal model alma ise diğer kişilerin benzer güçlüklerle nasıl baş ettiklerini gözlemleyerek kendi duygusal tepkilerini ve baş etme yollarını düzenlemeyi içermektedir (Hofmann ve ark., 2016).

Hofmann ve arkadaşlarının (2016) geliştirdiği bu modelin, kişilerarası duygu düzenlemeye ilişkin tüm kuramsal ayrımları birebir yansıttığı söylenemez. Nitekim ölçeğin faktör yapısı, Zaki ve Williams'ın (2013) öne sürdüğü içsel/dışsal ve tepkiye bağımlı/tepkieye bağımsız kişilerarası duygu düzenleme ayrımlarıyla tam olarak örtüşmemektedir. Ek olarak bu model ve ölçek özellikle içsel kişilerarası duygu düzenlemeye odaklanmaktadır; yani bireyin kendi duygusal yaşantısını düzenlemek amacıyla diğer insanların yardımına, varlığına ya da geri bildirimine başvurmasını incelemektedir. Ayrıca ölçeğin dört alt boyutu da tepkiye

bağımlı ya da tepkiye bağımsız stratejilerden yalnızca birine karşılık gelmemektedir. Aksine, bu boyutların her biri, bazı durumlarda karşı tarafın belirli bir tepkisini gerektiren, bazı durumlarda ise böyle bir tepkiye ihtiyaç duymadan işleyebilen süreçleri birlikte içermektedir.

1.4.1. Kişilerarası Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji

Hofmann ve arkadaşlarının (2016) öne sürdüğü kişilerarası duygu düzenleme modeli, duygu düzenleme süreçlerini kişilerarası bağlamda sistematik bir çerçevede ele alması ve ölçülebilir boyutlar sunması nedeniyle alanyazında yaygın biçimde kullanılmaktadır. Dixon-Gordon ve arkadaşlarına (2018) göre, bu modelde tanımlanan kişilerarası duygu düzenleme boyutları, bireylerin duygularını düzenleme süreçlerinde rahatlatıcı ve işlevsel buldukları kişilerarası etkileşim biçimlerini yansıtmaktadır. Bununla birlikte, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri ile psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar, bu stratejilerin homojen bir yapıya sahip olmadığını ve tüm stratejilerin benzer işlevler göstermediğini ortaya koymaktadır. Nitekim bulgular, söz konusu stratejilerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin kullanılan stratejinin niteliğine, bireysel özelliklere ve içinde bulunulan kültürel bağlama bağlı olarak değişebildiğine işaret etmektedir.

Olumlu duyguyu artırma stratejisinin psikolojik sıkıntı ile ilişkisi genel olarak koruyucu bir örüntüye işaret etmekle birlikte, bu ilişkinin farklı örneklem ve kültürel bağlamlar arasında değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Hofmann ve arkadaşları (2016), olumlu duyguyu artırmanın psikolojik sıkıntı ile negatif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Benzer şekilde, Alman örneğinde yürütülen bir çalışmada da olumlu duyguyu artırma ile depresyon arasında negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır (Pruessner ve ark., 2020). Bununla birlikte, özellikle Türkiye ve İran gibi kolektivistik kültürlerden elde edilen bulgular daha karışık bir örüntü sergilemektedir. Bazı çalışmalar olumlu duyguyu artırmanın depresyonla negatif yönlü ilişkisini desteklerken (Akkuş ve Peker, 2022; Altan-Atalay ve Sarıtaş-Atalar,

2019; Koç ve ark., 2019; Soleimani ve ark., 2018), diğer çalışmalar bu boyut ile psikolojik sıkıntı arasında anlamlı bir ilişki saptamamıştır (Gökdağ, 2021; Ray-Yol ve ark., 2022). İranlı üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada ise bu stratejinin hem depresyon hem de kaygı belirtileriyle negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Lotfi ve ark., 2021). Ayrıca bazı çalışmalarda bu ilişkinin yalnızca belirli semptomlarla sınırlı olduğu görülmektedir. Örneğin genç yetişkinlerle yürütülen bir araştırmada olumlu duyguyu artırma ile depresyon arasında zayıf düzeyde negatif yönde bir ilişki bulunurken, anksiyete ve stres ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Chan ve Rawana, 2021). Benzer şekilde, İtalyan örnekleminde bu strateji ile genel psikopatoloji arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Messina ve ark., 2022). Buna karşılık, boylamsal bir çalışmada olumlu duyguyu artırma stratejisinin algılanan sosyal desteği güçlendirdiği ve depresif belirtileri azalttığı gösterilmiştir (Seong ve ark., 2024).

Yatıştırılma arayışı, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri arasında psikolojik sıkıntı ile en tutarlı biçimde ilişkili görülen boyutlardan biri olarak öne çıkmaktadır. Hofmann ve arkadaşları (2016), bu stratejinin özellikle kaygı belirtilerindeki artışla ilişkili olabileceğini belirtmiştir. Benzer şekilde, İranlı üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada yatıştırılma arayışının hem depresyon hem de kaygı belirtileriyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Lotfi ve ark., 2021). Türkiye örneklemelerinde elde edilen bulgular da bu örüntüyü desteklemekte; yatıştırılma ile stres, kaygı ve depresyon arasında zayıf ancak anlamlı pozitif yönde ilişkiler rapor edilmektedir (Altan-Atalay ve Sarıtaş-Atalar, 2019; Gökdağ ve ark., 2019; Koç ve ark., 2019; Gökdağ, 2021). Ayrıca, bu stratejinin sosyal kaygı belirtileriyle de pozitif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir (Akkuş ve Peker, 2022). Benzer şekilde, İtalyan örnekleminde yatıştırılma ile genel psikopatoloji arasında pozitif yönlü bir ilişki bildirilmiştir (Messina ve ark., 2022). Bununla birlikte, bazı çalışmalar bu ilişkinin de semptom türüne göre farklılaşabileceğine işaret etmektedir. Örneğin, genç yetişkinlerle

yürütülen bir çalışmada yatıştırılma yalnızca kaygı ile zayıf düzeyde ilişkili bulunmuş, depresyon ve psikolojik stres ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Chan ve Rawana, 2021). Başka bir çalışmada bu stratejinin depresif belirtilerle pozitif yönde ilişkili olduğu ve algılanan sosyal desteği artırmadığı da gösterilmiştir (Seong ve ark., 2024). Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, yatıştırılma stratejisinin çoğunlukla daha yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı ile ilişkili olduğu, bazı koşullarda işlevsel bir düzenleme biçimi olmaktan ziyade, bireyin duygusal sıkıntıyı sürdürmesine katkıda bulunan bir süreç olarak işleyebileceğini de düşündürmektedir.

Bakış açısı edinme stratejisinin psikolojik sıkıntı ile ilişkisine dair bulgular, diğer kişilerarası duygu düzenleme stratejilerine kıyasla daha tutarsız bir örüntü sergilemektedir. Hofmann ve arkadaşları (2016), bu stratejinin özellikle yüksek kaygı düzeyleriyle ilişkili olabileceğini ileri sürerken, İranlı üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada da benzer şekilde depresyon ve kaygı belirtileriyle pozitif yönde ilişkiler bildirilmiştir (Lotfi ve ark., 2021). Buna karşılık, bazı çalışmalar bakış açısı edinmenin daha koruyucu bir işlev üstlenebileceğini göstermektedir. Örneğin, genç yetişkinlerle yürütülen bir araştırmada bu stratejinin daha düşük düzeyde kaygı ve stres ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Chan ve Rawana, 2021). İtalyan örnekleminde yürütülen çalışmada ise bu strateji ile genel psikopatoloji düzeyi arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Messina ve ark., 2022). Boylamsal başka bir çalışmada da bakış açısı edinmenin depresyon ya da algılanan sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı rapor edilmiştir (Seong ve ark., 2024). Türkiye örneklemlerinde elde edilen bulgular da bu tutarsız örüntüyü desteklemektedir. Bazı çalışmalarda bakış açısı edinme ile psikolojik sıkıntı arasında negatif ilişkiler rapor edilirken (Altan-Atalay ve Sarıtaş-Atalar, 2019), diğer çalışmalarda depresyon ve anksiyete ile anlamlı bir ilişki bulunmamış, yalnızca stres ile zayıf düzeyde negatif yönlü ilişkiler saptanmıştır (Gökdağ, 2021; Gökdağ ve ark., 2019; Ray-Yol ve ark., 2022). Ayrıca, bazı bulgular bakış

açısı edinmenin sosyal kaygı belirtilerini azaltmada yordayıcı bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Akkuş ve Peker, 2022).

Sosyal model alma stratejisinin psikolojik sıkıntı ile ilişkisine dair bulgular da genel olarak zayıf ve tutarsızdır. Hofmann ve arkadaşları (2016), bu stratejinin bazı durumlarda özellikle kaygı başta olmak üzere psikolojik sıkıntı ile pozitif yönde ilişkili olabileceğini ileri sürmüştür. Buna paralel olarak, İtalyan örnekleminde yürütülen çalışmada sosyal model alma ile genel psikopatoloji arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur (Messina ve ark., 2022). Buna karşılık, genç yetişkinlerle yürütülen boylamsal ve kesitsel çalışmalarda sosyal model almanın depresif belirtiler, anksiyete, stres ya da algılanan sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı gösterilmiştir (Seong ve ark., 2024; Chan ve Rawana, 2021; Lotfi ve ark., 2021). Türkiye örneklemelerinde yürütülen çalışmalarda ise sosyal model alma ile depresyon, anksiyete ve stres arasında çoğunlukla anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Gökdağ, 2021; Gökdağ ve ark., 2019; Ray-Yol ve ark., 2022). Bununla birlikte, bazı bulgular sosyal model almanın sosyal kaygı belirtileriyle pozitif yönde ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Akkuş ve Peker, 2022).

Bu bulgulara ek olarak, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri ile birey içi duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkiler de dikkat çekicidir. Bulgular, özellikle olumsuz duygulanıma odaklanan kişilerarası stratejilerin (bakış açısı edinme, yatıştırılma ve sosyal modelleme) daha yüksek düzeyde duygu düzenleme güçlükleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Hoffman ve ark., 2016). Benzer örüntüler, kaygı, depresyon ve sosyal kaygı gibi psikolojik belirtiler ile bağlanma kaygısı gibi kişilerarası eğilimler açısından da gözlenmektedir (Messina ve ark., 2026). Bu durum, yoğun olumsuz duygulanım yaşayan bireylerin duygularını düzenlemek amacıyla başkalarına daha sık başvurduklarını düşündürmektedir.

Kişilerarası duygu düzenleme süreçlerinin psikopatoloji ile ilişkisini anlamada önemli bir diğer nokta ise bu süreçlerde ortaya çıkabilecek işlevsel aksaklıklardır. Dixon-Gordon ve arkadaşları (2015), kişilerarası duygu düzenleme sürecinin farklı aşamalarında meydana gelebilecek başarısızlıkların duygu düzensizliğine yol açabileceğini ileri sürmektedir. Bu bağlamda, bireyin kendi duygularını düzenlemek amacıyla başkalarına aşırı derecede bağımlı hale gelmesi, sosyal kaynakları yeterince kullanmaması, düzenleyici destek için uygun olmayan kişileri ya da bağlamları seçmesi gibi durumlar önemli risk faktörleri olarak değerlendirilmektedir. Benzer şekilde, başkalarının duygularını düzenlemeye yönelik girişimlerde aşırı müdahale, yetersiz müdahale ya da bağlama uygun olmayan düzenleme çabaları da kişilerarası işlevselliği olumsuz etkileyebilmektedir.

Kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik sıkıntı ile ilişkisi kültürel bağlama göre de farklılaşabilmektedir. Kolektivist kültürlerde kişilerarası yakınlık, duygusal bağlılık ve karşılıklı bağımlılık normatif ve teşvik edilen özellikler olarak öne çıkarken; bireyci kültürlerde özerklik, bireysel baş etme ve bağımsızlık daha merkezi bir konumda yer almaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007). Bu farklılaşma, bireylerin duygularını düzenlerken başkalarına başvurma eğilimlerini ve bu stratejilerin işlevselliğini doğrudan etkilemektedir (Ford ve Gross, 2019; Liddell ve Williams, 2019). Dolayısıyla, kişilerarası duygu düzenleme süreçlerini anlamak, bu stratejileri yalnızca doğrudan etkileri üzerinden değil, bireysel ve kültürel düzeydeki çok katmanlı etkileşimler çerçevesinde değerlendirmeyi gerektirmektedir.

1.5. AŞIRI GÜVENCE ARAYIŞI

Aşırı güvence arayışı, bireyin kendi değeri, sevilebilirliği ya da ilişkilerinin güvenliği gibi temel kişilerarası temalar hakkında başkalarından tekrarlayıcı ve ısrarlı biçimde onay talep etmesiyle tanımlanan bir davranış örüntüsüdür (Coyne, 1976). Bu süreçte birey, içsel olarak düzenlemekte zorlandığı duygu ve düşüncelerini, çoğunlukla yakın ilişkilerdeki diğer

kişilere yönelterek dengelemeye çalışır. Bu yönüyle güvence arayışı, kişilerarası duygu düzenlemenin özgül bir biçimi olarak ele alınabilir (Dixon-Gordon ve ark., 2018).

Güvence arayışı, ilk bakışta sosyal destek arama ile benzerlik gösterse de, içerdği yoğunluk, süreklilik ve doyumsuzluk nedeniyle bu süreçten ayrılmaktadır. Kuramsal yaklaşımlar, belirli düzeyde güvence aramanın kişilerarası yakınlık ve duygusal paylaşımı destekleyen uyumlu bir davranış olabileceğini; ancak bu davranışın tekrarlayıcı ve ısrarlı bir nitelik kazanması durumunda işlevselliğini yitirebileceğini vurgulamaktadır (Joiner ve ark.,1999). Kısa vadede başkalarından alınan onay, tehdit algısını azaltabilir, belirsizlik hissini yatıştırabilir ve duygusal yoğunluğu düşürebilir. Bu nedenle güvence arayışı, anlık rahatlama sağlayan bir düzenleme stratejisi olarak işlev görebilir. Bununla birlikte, bu rahatlamanın süreklilik kazanması için dışsal kaynaklara başvurma alışkanlık haline gelmesi, bireyin kendi içsel baş etme becerilerini geliştirmesini engelleyebilir (Halldorsson ve Salkovskis, 2017; Parrish ve Radomsky, 2010). Dolayısıyla kişi, belirsizlikle başa çıkma ya da duygusal deneyimlerini yeniden değerlendirme kapasitesini yeterince geliştiremeyebilir.

Aşırı güvence arayışının işlevselliğini sınırlayan bir diğer önemli boyut, bu davranışın kişilerarası düzeyde yarattığı etkilerle ilgilidir. Sürekli onay talep edilmesi, ilişkideki diğerleri üzerinde baskı oluşturabilmekte ve zaman içinde yorgunluk, irritasyon ve duygusal uzaklaşmaya yol açabilmektedir. Bu durum, bireyin aradığı güvenceyi yeterli düzeyde elde edememesi ya da aldığı güvenceden tatmin olmamasıyla sonuçlanarak kendini besleyen bir döngü yaratır (Coyne, 1976). Güvence arayışı arttıkça ilişkisel gerilim yükselmekte; artan gerilim ise bireyin duygusal sıkıntısını daha da yoğunlaştırabilmektedir.

Öte yandan, aşırı güvence arayışının psikolojik sonuçları yalnızca bu davranışın kendisiyle sınırlı değildir. Düşük özsaygı, olumsuz kendilik temsilleri, ruminatif düşünme eğilimi, terk edilme beklentileri ve güvensiz bağlanma örüntüleri gibi bireysel yatkınlıkların,

güvence arayışı ile birlikte ele alındığında daha belirgin olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğu görülmektedir (Birgenheir ve ark., 2010; Eberhart ve Hammen, 2009; Evraire ve ark., 2014). Bu nedenle aşırı güvence arayışını, tek başına bir davranış biçimi olarak değil, bireyin kişilerarası ilişkiler kurma biçimi ve duygusal düzenleme kapasitesi ile iç içe geçmiş daha geniş bir psikolojik bağlam içinde değerlendirmek önemli olabilir.

1.5.1. Aşırı Güvence Arayışı ve Psikopatoloji

Aşırı güvence arayışı ile psikopatoloji arasındaki ilişki, alanyazında en kapsamlı biçimde depresyon bağlamında incelenmiştir. Kişilerarası depresyon kuramları ve izleyen kuramsal çalışmalar, bu davranışın yalnızca depresif duygudurumun pasif bir yansıması olmadığını; aynı zamanda olumsuz geri bildirim arayışı, kişilerarası gerilim ve ilişkisel kırılganlıklarla birlikte depresyonun sürmesinde rol oynayan etkin bir süreç olduğunu ileri sürmektedir (Coyne, 1976; Evraire ve Dozois, 2011). Ampirik bulgular da bu görüşü desteklemekte; daha yüksek düzeyde aşırı güvence arayışının daha şiddetli depresif belirtiler, daha düşük iyi oluş ve daha olumsuz kişilerarası işleyiş ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Stewart ve Harkness, 2017; Abe ve Nakashima, 2022). Ayrıca boylamsal çalışmalar, başlangıçta daha yüksek güvence arayışı bildiren bireylerin zaman içinde depresif belirtilerinde daha belirgin artış yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Joiner ve Schmidt, 1998; Joiner ve Metalsky, 2001). Meta-analitik bulgular da aşırı güvence arayışının daha fazla kişilerarası reddedilme ile ilişkili olduğunu göstermektedir; ancak bu ilişkinin etki büyüklüğünün, depresyonla olan ilişkisine kıyasla daha sınırlı olduğu bildirilmektedir (Starr ve Davila, 2008). Bu durum, güvence arayışının kişilerarası sonuçlarının yalnızca nesnel reddedilme ile açıklanamayacağını, bireyin çevresinden aldığı geri bildirimleri nasıl algıladığının da belirleyici olduğunu düşündürmektedir. Başka bir deyişle, psikopatoloji ile ilişkili risk, yalnızca başkalarının gerçekten uzaklaşmasından değil, aynı zamanda kişinin

güvenceleri yetersiz, geçersiz ya da reddedici biçimde yorumlamasından da kaynaklanıyor olabilir.

Güvence arayışı ile psikopatoloji arasındaki ilişki yalnızca depresyonla sınırlı görünmemektedir. Güvence arayışının anksiyete bozuklukları ve obsesif-kompulsif bozuklukta da ortak bir süreç olarak ortaya çıktığı ve bilişsel davranışçı tedavi sürecinde bu davranıştaki azalmanın klinik iyileşmeyle ilişkili olduğu bildirilmektedir (Rector ve ark., 2019). Anksiyete bozuklukları bağlamında, daha yüksek aşırı güvence arayışının sosyal anksiyete belirtileri, yaygın anksiyete belirtileri ve obsesif-kompulsif belirtilerle anlamlı biçimde ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Cogle ve ark., 2012). Yaygın anksiyete bozukluğunda güvence arayışı, kaçınma ve diğer güvenlik davranışlarıyla birlikte değerlendirilen, bozukluğun sürdürülmesine katkıda bulunan davranışsal örüntülerden biri olarak ele alınmaktadır (Beesdo-Baum ve ark., 2012). Obsesif-kompulsif bozuklukta ise güvence arayışı, belirti şiddetiyle hem kesitsel olarak hem de tedavi sürecindeki değişim açısından ilişkili bulunan önemli bir sürdürüm mekanizması olarak tanımlanmaktadır (Katz ve ark., 2020). Son yıllarda yeme bozuklukları bağlamında elde edilen bulgular da güvence arayışının psikopatolojiyle daha geniş bir ilişki ağına sahip olabileceğini göstermektedir. Araştırmalar, güvence arayışının çok sayıda yeme bozukluğu belirtisi ve genel semptom şiddeti ile ilişkili olduğunu; olası yeme bozukluğu tanısı taşıyan bireylerin de daha yüksek düzeyde güvence arayışı bildirdiğini göstermektedir (Denning ve ark., 2024).

Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, aşırı güvence arayışının yalnızca depresyona özgü bir kişilerarası süreç olarak değil, farklı psikopatoloji alanlarında rol oynayabilen daha genel bir kırılganlık göstergesi olarak ele alınabileceği görülmektedir. Bununla birlikte, bu davranışın hangi koşullarda psikolojik belirtileri artırdığı, hangi bireysel yatkınlıklarla birlikte daha riskli hale geldiği soruları önemini korumaktadır.

1.6. ALGILANAN SOSYAL DESTEK

Sosyal destek, en genel anlamıyla bireyin sevildiğine, değer verildiğine ve karşılıklı yükümlülüklerin bulunduğu bir sosyal ağın parçası olduğuna ilişkin algısını içeren bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Cobb, 1976). Benzer biçimde Taylor'a (2012) göre sosyal destek, bireyin başkaları tarafından önemsendiğini hissetmesi ve gündelik yaşamda ya da kriz anlarında başvurabileceği güvenilir bir ilişki ağına sahip olduğuna inanmasıdır. Alanyazında sosyal destek genellikle sağlanan sosyal destek ve algılanan sosyal destek olmak üzere iki biçimde ele alınmaktadır. Sağlanan sosyal destek, bireyin çevresinden fiilen aldığı yardımın miktarı ya da sıklığına odaklanırken; algılanan sosyal destek, bireyin ihtiyaç duyduğunda çevresindeki kişilerin yeterli, erişilebilir ve işlevsel bir destek sunacağına ilişkin öznel değerlendirmesini ifade etmektedir. Bu açıdan algılanan sosyal desteğin, yalnızca mevcut desteğin varlığını değil, bireyin ne zaman ve nasıl destek mobilize edebildiğine ilişkin öznel kapasitesini de yansıtır olabileceği düşünülmektedir (Marroquín, 2011).

Algılanan sosyal desteğin kaynakları alanyazında çok boyutlu biçimde ele alınmaktadır. Zimet ve arkadaşları (1988), algılanan sosyal desteği aile, arkadaşlar ve önemli bir kişi (significant other) olmak üzere üç temel kaynaktan gelen destek olarak kavramsallaştırmış ve bu çerçevede Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'ni (MSPSS) geliştirmiştir. Aile desteği, ebeveynler ve kardeşler gibi daha kalıcı ve süreğen bağlardan gelen desteği içerirken; arkadaş desteği daha çok akran ilişkileri, gönüllü yakınlık ve karşılıklılık üzerinden şekillenmektedir. Özel bir kişiden alınan destek ise romantik partner, eş, öğretmen, akraba ya da bireyin yaşamında özel anlam taşıyan diğer figürleri kapsayabilmektedir.

Algılanan sosyal desteğin psikolojik işlevi genellikle iki temel model üzerinden açıklanmaktadır. Bunlardan ilki, sosyal desteğin bireyin iyi oluşunu doğrudan artırdığını savunan ana etki modelidir. Bu modele göre sosyal destek; aidiyet duygusu, özdeğer ve baş

etme kapasitesi üzerinde genel olarak olumlu etkiler yaratmaktadır. İkincisi ise, sosyal desteğin özellikle stresli yaşam olayları karşısında koruyucu bir tampon işlevi gördüğünü ileri süren tampon modelidir. Çalışmalar, sosyal desteğin bazı durumlarda doğrudan yarar sağladığını, bazı durumlarda ise stresin zararlı etkilerini azaltarak işlediğini ortaya koymuştur (Cohen ve Wills, 1985).

Bu çalışma kapsamında vurgulanması gereken önemli bir ayrım da sosyal destek ile kişilerarası duygu düzenleme kavramları arasındaki farktır. Her iki yapı da kişilerarası süreçlere dayanmakta ve çoğu zaman birbiriyle ilişkili biçimde ele alınsa da, kuramsal olarak farklı düzeylerde işleyen yapılardır. Algılanan sosyal destek, bireyin çevresindeki ilişkileri ne ölçüde erişilebilir, yeterli ve destekleyici olarak değerlendirdiğine ilişkin daha geniş bir sosyal kaynak algısını ifade ederken; kişilerarası duygu düzenleme, bireyin duygusal yaşantılarını başkalarıyla kurduğu etkileşimler aracılığıyla düzenleme sürecine odaklanır. Bu anlamda sosyal destek, temelde bireyler arasında kaynak alışverişini içeren daha kapsamlı bir yapı olarak tanımlanmakta ve duygusal, bilgisel ve araçsal/maddi destek gibi farklı alt türleri kapsamaktadır. Buna karşılık kişilerarası duygu düzenleme, bu geniş sosyal bağlamanın daha özgül bir yönünü, yani duyguların kişilerarası etkileşimler yoluyla nasıl düzenlendiğini ele almaktadır. Dolayısıyla kişilerarası duygu düzenleme, sosyal desteğin varlığından ziyade, bu desteğin duygusal süreçler içinde nasıl kullanıldığına odaklanan daha dar ve süreç temelli bir kavramdır. Buna ek olarak sosyal desteğin varlığı, her zaman etkili bir duygu düzenleme sürecine işaret etmemektedir. Birey geniş ve destekleyici bir sosyal ağa sahip olsa dahi, bu ilişkileri duygusal düzenleme amacıyla işlevsel biçimde kullanamıyor olabilir. Benzer şekilde, kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin sık kullanımı da her zaman yüksek düzeyde algılanan sosyal destek anlamına gelmemektedir. Örneğin, aşırı düzeyde yatıştırılma arayışı, bazı durumlarda bireyin duygusal düzenleme sürecinde dış kaynaklara aşırı bağımlı hale gelmesine yol açarak, algılanan sosyal destekten bağımsız biçimde psikolojik sıkıntıyla

ilişkili olabilmektedir. Bu nedenle, sosyal destek ve kişilerarası duygu düzenleme kavramlarının ayrı ancak ilişkili yapılar olarak ele alınması, ilişkisel süreçlerin daha bütüncül biçimde anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

1.6.1. Algılanan Sosyal Destek ve Psikopatoloji

Algılanan sosyal destek, bireylerin psikolojik ve fiziksel iyi oluşu ile yakından ilişkili olan temel koruyucu faktörlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Bu doğrultuda, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu bireylerde daha yüksek yaşam kalitesi, daha iyi genel işlevsellik ve daha olumlu ruh sağlığı göstergeleri bulunduğu birçok çalışmada ortaya konmuştur (Dehghankar ve ark., 2024; Hwang ve ark., 2017).

Boylamsal çalışmalar, algılanan sosyal desteğin zaman içinde psikopatoloji üzerindeki etkisini daha açık biçimde ortaya koymakta ve bu yapının özellikle depresyon ve anksiyete belirtilerini yordayıcı bir rol üstlendiğini göstermektedir. Daha yüksek düzeyde algılanan sosyal desteğin, daha düşük düzeyde depresif ve anksiyete belirtileri ile ilişkili olduğu; buna karşılık düşük algılanan sosyal desteğin psikolojik belirtilerde artışla bağlantılı olduğu bulunmuştur. Derleme ve meta-analiz çalışmalarından elde edilen bulgular da bu ilişkiyi desteklemekte düşük algılanan sosyal desteğin özellikle depresyon açısından daha olumsuz bir semptom seyri, daha sınırlı iyileşme ve daha düşük işlevsellik ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Pijnenburg ve ark., 2024). Benzer şekilde, anksiyete bozuklukları ve travma sonrası stres belirtileri açısından da algılanan sosyal desteğin koruyucu bir rol oynadığı; yüksek sosyal destek düzeylerinin semptom şiddetini azaltabildiği ve baş etme süreçlerini kolaylaştırdığı bildirilmektedir (Panagioti ve ark., 2014; Wang ve ark., 2018).

Algılanan sosyal desteğin etkisi yalnızca yaygın duygudurum ve anksiyete bozukluklarıyla sınırlı değildir. Araştırmalar, sosyal desteğin alkol ve madde kullanım

bozuklukları (Tomei ve ark., 2025), sınırdurum kişilik bozukluğu (Schulze ve ark., 2022), yeme bozuklukları (Birmachu ve ark., 2021), şizofreni (El-Monshed ve Amr, 2020) ve bipolar bozukluk (Uygun ve ark., 2019) gibi geniş bir psikopatoloji yelpazesıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu çalışmalar, algılanan sosyal desteğin yalnızca semptom düzeyiyle değil, aynı zamanda hastalığın seyri, tedaviye yanıt, relaps riski ve genel işlevsellik gibi klinik açıdan kritik değişkenlerle de bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, algılanan sosyal desteğin psikopatoloji açısından çok yönlü bir işlev gören merkezi öneme sahip bir değişken olduğu anlaşılmaktadır.

1.7. ZİHİNSELLEŞTİRME VE EPİSTEMİK GÜVENİN KİŞİLERARASI SÜREÇLERLE İLİŞKİSİ

Zihinselleştirme ve epistemik güven, bireyin sosyal çevresini nasıl anlamlandırdığını ve kişilerarası kaynaklardan ne ölçüde yararlanabildiğini açıklamada birbirini tamamlayan iki temel kavram olarak değerlendirilebilir. Daha önce belirtildiği gibi, uygun bir epistemik tutum geliştirebilmek, aynı zamanda iletişimcinin niyetlerini doğru yorumlayabilmeyi gerektirdiğinden, yeterli bir zihinselleştirme kapasitesi, işlevsel epistemik güvenin önemli önkoşullarından biri olarak değerlendirilebilir (Fonagy ve ark., 2021). Buna paralel olarak, epistemik güven kapasitesi de bireyin sosyal çevreden gelen bilgi ve desteği ne ölçüde düzenleyici bir kaynak olarak kullanabildiğini etkileyebilir. Uyumlu epistemik güven, sosyal öğrenmeyi ve dayanıklılığı destekleyerek kişilerarası kaynaklardan yararlanmayı sağlayabilir (Nolte ve ark., 2019).

Kuramsal açıdan bakıldığında, kişilerarası duygu düzenleme, bireyin hem kendi duygusal gereksinimini fark etmesini hem de karşısındaki kişinin zihinsel durumunu yeterince doğru değerlendirebilmesini gerektirir. Ne zaman kişilerarası desteğe ihtiyaç duyulacağı, kimin uygun bir destek kaynağı olduğu, hangi stratejinin belirli bir bağlamda

işlevsel olacağı ve sosyal geri bildirimin nasıl anlamlandırılacağı, önemli ölçüde zihinselleştirme kapasitesine bağlıdır.

Başkalarından gelen bilgi, geribildirim ya da desteğin içselleştirebilmesi ise, yalnızca bu bilginin sunulmasına değil, aynı zamanda bilginin güvenilir, yararlı ve kişinin kendi yaşantısına uygulanabilir bulunduğu ilişkin temel bir açıklığa bağlıdır (Allison ve Fonagy, 2016). Bu nedenle epistemik güven, kişilerarası duygu düzenleme süreçlerinin etkili olup olmayacağını belirleyen önemli bir önkoşul olarak değerlendirilebilir. Başka bir ifadeyle, birey destek arasa bile, karşısındakinin sunduğu bilgiyi kendi yaşantısı açısından anlamlı bulmuyor, onu kötü niyetli ya da değersiz olarak yorumluyor ya da kişilerarası geribildirim karşısında yüksek düzeyde epistemik ihtiyat taşıyorsa, bu düzenleyici süreçlerin yararı sınırlı kalabilir. Bu durum özellikle sosyal model alma, yatıştırılma ve bakış açısı edinme gibi, bilgi aktarımı ve yeniden değerlendirme içeren kişilerarası duygu düzenleme stratejileri açısından önemli olabilir.

Bu kuramsal çerçeve, güvence arayışı davranışını anlamada da açıklayıcı olabilir. Eğer birey, başkalarının sunduğu güvenceyi içselleştirebiliyor ve kendi duygusal durumuna buna göre yeniden düzenleyebiliyorsa, güvence arayışı belirli koşullar altında geçici ve uyumlu bir işlev görebilir. Buna karşılık, zihinselleştirme ya da epistemik güven kapasitesinde bozulmalar söz konusu olduğunda, kişi başkalarının sunduğu güvenceyi ve bu güvencenin ardındaki niyeti eksik, samimiyetsiz ya da kendisi için geçerli olmayan bir bilgi olarak değerlendirebilir. Bu durumda güvence arayışı, yatıştırıcı bir işlev görmekten çok, yeterince doyurulamayan ve yineleyici hale gelen bir kişilerarası düzenleme çabasına dönüşebilir.

Coyne'un kişilerarası depresyon kuramını genişletmeye yönelik çalışmalar, aşırı güvence arayışının yalnızca ilişkisel güvensizlik ve reddedilme korkusunu yansıtan katı bilişsel şemalarla değil, aynı zamanda daha temel sosyal-bilişsel güçlüklerle de ilişkili

olabileceğini öne sürmektedir. Bu bağlamda, başkalarının zihinsel durumlarını doğru biçimde çözümleme ve yorumlama kapasitesindeki zayıflıkların, bireyin aldığı güvenceyi yeterince değerlendirememesine ve kişilerarası ipuçlarını hatalı biçimde yorumlamasına yol açabileceği düşünülmektedir (Hudson ve ark., 2018). Nitekim Hudson ve arkadaşlarının (2018) bulguları, depresif belirtileri olan bireylerde başkalarının zihinsel durumlarını anlama becerisindeki bireysel farklılıkların aşırı güvence arayışıyla ilişkili olduğunu; aşırı güvence arayışının da daha yüksek kişilerarası stres ile bağlantı gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, depresyonda gözlenen işlevsiz kişilerarası davranışların yalnızca olumsuz şemaların içeriğiyle değil, aynı zamanda başkalarının zihinsel durumlarını anlama ve yorumlama kapasitesindeki sınırlılıklarla da ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Benzer biçimde, epistemik güven kapasitesindeki bozulmalar da güvence arayışı davranışının sürdürülmesinde rol oynayabilir. Fonagy ve arkadaşlarına (2015) göre, epistemik güven kapasitesinde bozulmalar yaşayan bireyler, belirsiz kişisel deneyimlerle karşılaştıklarında başkaları tarafından doğrulanma ihtiyacını daha yoğun biçimde hissedebilmekte; başka bir ifadeyle bir tür “epistemik açlık” (*epistemic hunger*) yaşayabilmektedir. Bu durumda kişi başkalarına yönelmeyi ve sorular sormayı sürdürebilir; ancak sunulan bilgi yeterince içselleştirilemediği için bu arayış doyurucu bir sonuca ulaşmayabilir. Böylece süreğen, yineleyici ve işlevsiz bir güvence arayışı döngüsü ortaya çıkabilir. Bununla birlikte, mevcut alanyazında zihinselleştirme ve epistemik güven ile kişilerarası duygu düzenleme ya da güvence arayışı arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen ampirik çalışmaların henüz oldukça sınırlı olduğu görülmektedir.

Son olarak, algılanan sosyal desteğin de zihinselleştirme ve epistemik güven ile ilişkili olması beklenebilir. Algılanan sosyal destek, yalnızca destek sunabilecek kişilerin varlığına değil, bu kişilerin erişilebilir, güvenilir ve yararlı olarak değerlendirilmesine dayanır. Bu nedenle sosyal desteğin öznel deneyimi, bireyin kişilerarası sinyalleri nasıl

yorumladığıyla da yakından ilişkilidir. Nitekim güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin desteği daha erişilebilir ve tatmin edici algıladıkları; güvensiz bağlanma örüntülerine sahip bireylerin ise desteği daha az güvenilir ve daha az yeterli buldukları gösterilmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2003; 2007). Ayrıca yakın tarihli bir çalışmada epistemik güvenin algılanan sosyal destek ile pozitif, epistemik güvensizlik ve inanırlığın ise negatif yönde ilişkili olduğu bildirilmiştir (Campbell ve ark., 2026).

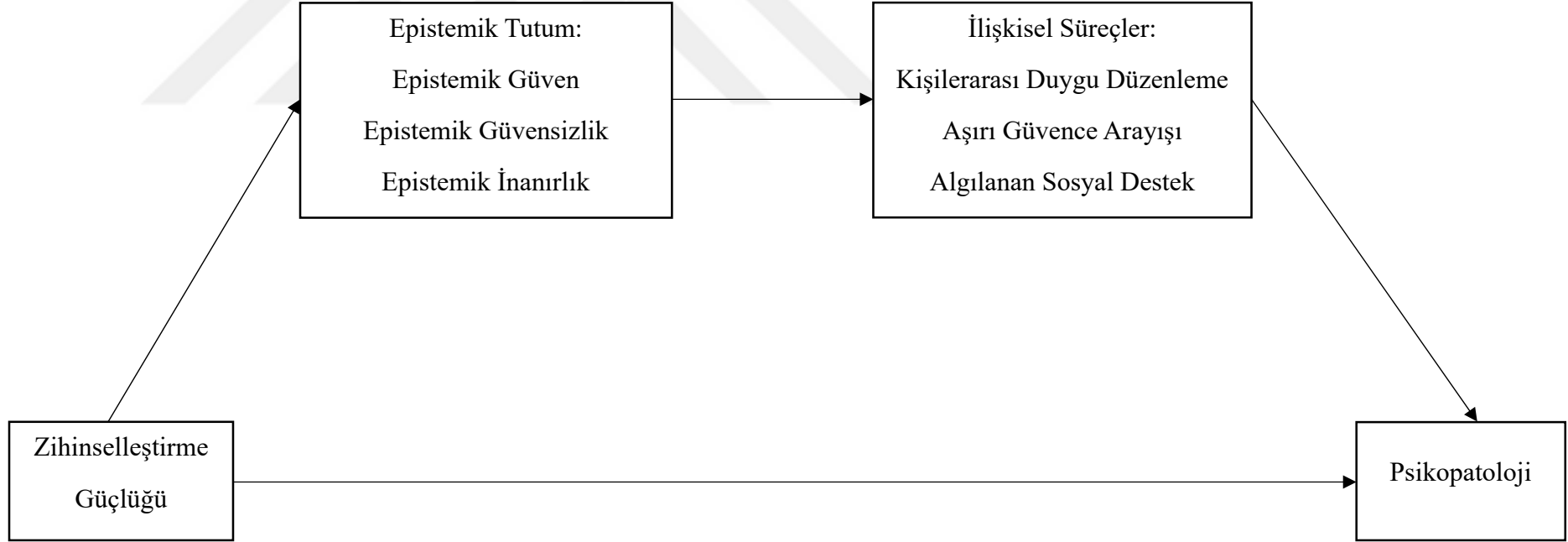
Tüm bu kuramsal çıkarımlar birlikte değerlendirildiğinde, zihinselleştirme ve epistemik güvenin kişilerarası duygu düzenleme, güvence arayışı ve algılanan sosyal destek gibi ilişkisel süreçlerle bağlantılı olması beklenebilir. Her ne kadar bu ilişkileri doğrudan inceleyen ampirik çalışmalar henüz sınırlı olsa da, bireyin başkalarının zihinlerini nasıl anladığı ve onlardan gelen bilgiyi ne ölçüde güvenilir bulduğu, kişilerarası kaynakları kullanma biçimini anlamada önemli olabilir. Bu nedenle söz konusu değişkenlerin birlikte ele alınması, psikopatolojinin sosyal ve ilişkisel doğasını daha bütünlüklü biçimde açıklama potansiyeli taşımaktadır.

1.8. ARAŞTIRMANIN AMACI

Yukarıda sunulan kuramsal çerçeve doğrultusunda, zihinselleştirme kapasitesi ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin yalnızca doğrudan bir ilişki olarak değil, aynı zamanda bireyin sosyal bilgiyi işleme kapasitesi ve kişilerarası düzenleme süreçleri aracılığıyla da şekillenebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, alanyazında bu değişkenlerin birlikte ele alındığı ve aralarındaki ilişkilerin doğrudan sınındığı ampirik çalışmaların olmadığı görülmektedir. Bu tez çalışması, alanyazındaki söz konusu boşluğa katkı sunmayı ve zihinselleştirme, epistemik tutumlar, kişilerarası süreçler ve psikopatoloji arasındaki ilişkileri bütüncül bir çerçevede incelemeyi amaçlamaktadır.

Bu genel amaç doğrultusunda, çalışmanın ilk aşamasında epistemik tutumların değerlendirilmesine yönelik ölçüm araçları gözden geçirilmiştir. Alanyazında yaygın biçimde kullanılan Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği incelendiğinde, özgün forma ilişkin çeşitli kavramsal ve psikometrik tartışmalar bulunduğu, bu nedenle yakın dönemde ölçeğin revize edilmiş bir formunun geliştirildiği görülmüştür. Ancak söz konusu revize formun Türkçe uyarlamasının bulunmadığı saptanmıştır. Bu nedenle çalışmanın ilk amacı, epistemik güven, epistemik güvensizlik ve inanırlık yapılarını değerlendiren revize ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Bu kapsamda ölçeğin faktör yapısının, geçerlik ve güvenirlik göstergelerinin ve Türkiye örnekleminde kullanılabilirliğinin değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

Çalışmanın temel amacı ise, epistemik tutumlar, zihinselleştirme, psikopatoloji, kişilerarası duygu düzenleme biçimleri, güvence arayışı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Önceki araştırmalar, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik güvenin kısmi aracı bir rol oynayabileceğine işaret etmektedir (Locati ve ark., 2023; Kumpasoglu ve ark., 2025). Mevcut tez çalışması ise bu bulguları daha da genişleterek, kişilerarası süreçlerin de bu mekanizmada önemli bir rol oynayabileceği varsayımından hareket etmektedir. Bu doğrultuda, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumların yanı sıra kişilerarası duygu düzenleme biçimleri, güvence arayışı ve algılanan sosyal desteğin potansiyel seri aracı rollerinin incelenmesi hedeflenmiştir. Böylece, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji ile bağlantısında sosyal öğrenme ve kişilerarası düzenleme süreçlerini içeren daha kapsamlı bir model sınanması amaçlanmıştır. Söz konusu kuramsal model Şekil 1’de görsel olarak da sunulmuştur.



Şekil 1. Araştırmanın Temel Amacı

1.9. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Son yıllarda Fonagy ve arkadaşları tarafından geliştirilen zihinselleştirme modeli, daha geniş bir kuramsal bağlam içinde yeniden ele alınmaya başlanmıştır. Bu yaklaşım doğrultusunda, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, erken bağlanma deneyimleri temelinde gelişen epistemik güven kapasitesinin merkezi bir rol oynayabileceği ileri sürülmektedir (Fonagy ve Luyten, 2018). Bununla birlikte, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik güvenin işlevini doğrudan inceleyen çalışmaların henüz oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Benzer biçimde, zihinselleştirme ve epistemik tutumların kişilerarası süreçleri nasıl şekillendirdiğine ilişkin kuramsal tartışmalar giderek artmakla birlikte, bu alandaki ampirik bulguların henüz yeterince gelişmediği anlaşılmaktadır. Bu durum, özellikle psikopatolojinin ilişkisel ve sosyal boyutlarını açıklamaya yönelik çalışmalarda önemli bir boşluğa işaret etmektedir.

Mevcut alanyazın, hem zihinselleştirme güçlüklerinin hem de epistemik tutumların kişi içi duygu düzenleme güçlükleri, kişilerarası problemler ve yalnızlık ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Kumpasoğlu ve ark., 2025; Grenier ve ark., 2025). Buna karşın, zihinselleştirme ve epistemik güvenin kişilerarası duygu düzenleme, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek gibi daha özgül ilişkisel süreçlerle nasıl bağlantılandığını inceleyen çalışmalara rastlanmamaktadır. Oysa güncel zihinselleştirme yaklaşımı, psikopatolojinin doğası gereği sosyal ve ilişkisel bir bağlam içinde şekillendiğini vurgulamaktadır. Bu nedenle, sosyal bağlamın hangi boyutlarının bu süreçte daha belirleyici olduğunu ortaya koymak hem kuramsal hem de ampirik açıdan önem taşımaktadır. Bu yönüyle mevcut çalışma, zihinselleştirme, epistemik tutumlar ve ilişkisel süreçler arasındaki bağlantıları birlikte ele alarak alanyazındaki önemli bir boşluğu doldurma potansiyeline sahiptir.

Bu çalışmanın bir diğer önemli katkısı, epistemik tutumlara ilişkin güncel bir ölçüm aracının Türkçeye kazandırılmasıdır. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Türkçe uyarlamasının yapılması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi, yalnızca bu tez çalışması kapsamında değil, Türkiye'de gelecekte yürütülecek araştırmalar açısından da önemli bir katkı sunacaktır. Ayrıca, revize ölçeğin henüz başka bir dilde ya da kültürde uyarlanmamış olması, bu çalışmanın uluslararası alanyazın açısından da özgün bir değer taşıdığını göstermektedir. Ölçeğin farklı bir kültürel bağlamda nasıl işlediğine ilişkin elde edilecek bulgular, yalnızca Türkçe alanyazına değil, aynı zamanda ölçeğin kültürler arası geçerliliğine ilişkin uluslararası literatüre de katkı sağlayabilir.

Son olarak, bu çalışmanın klinik açıdan da dikkate değer katkılar sunması beklenmektedir. Zihinselleştirme güçlükleri, epistemik güven kapasitesinde bozulma, işlevsiz kişilerarası duygu düzenleme örüntüleri, aşırı güvence arayışı ve düşük algılanan sosyal destek gibi değişkenlerin birlikte ele alınması, psikopatolojinin sürdürülmesinde rol oynayan ilişkisel mekanizmaların daha iyi anlaşılmasına yardımcı olabilir. Böyle bir çerçeve, yalnızca semptomlara odaklanan müdahale yaklaşımlarının ötesine geçerek, sosyal öğrenme, sosyal destekten yararlanma ve kişilerarası düzenleme becerilerini dikkate alan daha bütüncül klinik formülasyonların geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Bu nedenle mevcut çalışmanın, hem kuramsal bilgi birikimine hem de klinik uygulamalara anlamlı katkılar sunma potansiyeline sahip olduğu düşünülmektedir.

1.10. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

Mevcut tez araştırması belirtilen amaçlar doğrultusunda iki çalışmadan oluşmaktadır. Birinci, yani öncül çalışma, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği – Revize Formunun Türkçeye uyarlanmasına ve psikometrik özelliklerinin incelenmesine yöneliktir.

İkinci, yani ana çalışma ise epistemik tutumlar, zihinselleştirme, kişilerarası duygu düzenleme, aşırı güvence arayışı, algılanan sosyal destek ve psikopatoloji arasındaki ilişkilerin incelenmesine ve zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik ve ilişkisel süreçlerin olası aracı rollerinin test edilmesine odaklanmaktadır. Ana çalışmanın, hipotezleri aşağıda sunulmuştur:

Hipotez 1. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve kişilerarası duygu düzenleme boyutlarının seri aracılık rolleri vardır.

1a. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve sosyal modelleme boyutunun seri aracılık rolleri vardır.

1b. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve yatıştırılma boyutunun seri aracılık rolleri vardır.

1c. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve olumlu duyguları artırma boyutunun seri aracılık rolleri vardır.

1d. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve bakış açısı edinme boyutunun seri aracılık rolleri vardır.

Hipotez 2. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve aşırı güvence arayışının seri aracılık rolleri vardır.

Hipotez 3. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide, epistemik tutumlar ve algılanan sosyal desteğin seri aracılık rolleri vardır.

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ – REVİZE FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASI

2.1.1. Örneklem

Araştırmaya toplam 495 kişi katılım sağlamıştır. Ancak, katılımcıların 103'ü araştırmanın temel değişkeni olan Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği'ne yanıt vermediğinden analizlere dahil edilememiştir. Ayrıca, söz konusu ölçeğe verilen yanıtlar temel alınarak yapılan değerlendirmede, Mahalanobis uzaklığına göre ($p < .001$) 8 katılımcı aykırı değer (outlier) olarak belirlenmiş ve veri setinden çıkarılmıştır. Bu işlemler sonucunda, nihai analizler 384 katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiştir. Örneklemeye ilişkin demografik özellikler Tablo 1'de sunulmaktadır.

Çalışmaya dahil edilen örneklem yaş aralığı 19 ile 75 arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 37.63'tur ($SS = 12.28$). Katılımcıların 282'si kadın (%73.4), 99'u erkek (%25.8) ve 3'ü ise “diğer” (%0.8) olarak cinsiyet beyanında bulunmuştur.

Katılımcıların ikamet ettikleri iller incelendiğinde; 135 kişinin (%35.2) Ankara'da, 82 kişinin (%21.4) İstanbul'da, 91 kişinin (%23.7) İzmir'de yaşadığı; kalan katılımcıların ise başta Antalya ($n = 6$, %1.6) ve Ordu ($n = 6$, %1.6) olmak üzere Türkiye'nin çeşitli şehirlerinden katılım sağladığı görülmüştür.

Katılımcıların eğitim durumları değerlendirildiğinde; 21 katılımcının lise mezunu (%5.5), 220 katılımcının üniversite mezunu (%57.3), 134 katılımcının ise lisansüstü dereceye sahip olduğu (%34.9) belirlenmiştir.

Meslek dağılımı incelendiğinde ise; katılımcıların 248'inin (%64.6) çalışmakta olduğu, 53'unun (%13.8) öğrenci, 41'inin (%10.7) emekli ve 42'sinin (%10.9) herhangi bir işte çalışmadığı görülmüştür.

Tablo 1. Öncül Çalışma Örnekleminin Demografik Özellikleri

Değişken	n	%
Cinsiyet		
Kadın	282	73.4
Erkek	99	25.8
Diğer	3	0.8
Yaş		
Ortalama (SS)	37.63 (12.28)	
Aralık	19–75	
İkamet Edilen İl		
Ankara	135	35.2
İstanbul	82	21.4
İzmir	91	23.7
Antalya	6	1.6
Ordu	6	1.6
Diğer iller	65	16.4
Eğitim Durumu		
Lise	21	5.5
Üniversite	220	57.3
Lisansüstü	134	34.9
Meslek Durumu		
Çalışıyor	248	64.6
Öğrenci	53	13.8
Emekli	41	10.7
Çalışmıyor	42	10.9

Not. SS = Standart sapma.

2.1.2. Veri Toplama Araçları

2.1.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi gibi temel sosyo-demografik özelliklerine ilişkin verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Form, alanyazındaki benzer ölçekler ve önceki çalışmalar dikkate alınarak yapılandırılmıştır.

2.1.2.2. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği – Revize Form (EGGİ-R)

Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği orijinal formu bireylerin epistemik duruşunu değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş kısa bir öz-bildirim ölçeğidir (Campbell ve ark., 2021). Ölçek ilk olarak, 7’li Likert tipi (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 7 = Kesinlikle katılıyorum) ile değerlendirilen 18 maddelik bir form olarak geliştirilmiş; ancak faktör yükü en düşük olan üç maddenin çıkarılmasıyla, nihai olarak 15 maddelik bir yapıya ulaşmıştır. EGGİ; epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk geçerlik çalışmalarında, EGGİ’nin orta düzeyde iç tutarlılığa sahip, güvenilir bir ölçüm aracı olduğu gösterilmiştir. Alt ölçeklere ait Cronbach alfa değerleri; epistemik güven için .69–.81, epistemik güvensizlik için .65–.72 ve epistemik inanırlık için .73–.81 aralığında; test-tekrar test güvenirliliği ise sırasıyla .73, .71 ve .70 olarak raporlanmıştır (Campbell ve ark., 2021; Liotti ve ark., 2023).

Ölçek bugüne kadar Fransızca (Greiner ve ark., 2025), Almanca (Kamplang ve ark., 2022; Weiland ve ark., 2024), İtalyanca (Liotti ve ark., 2023), Farsça (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Asgarizadeh ve ark., 2023), Sırpça (Damnjanović ve ark., 2023) ve Arjantin İspanyolcası’na (Rodriguez Quiroga ve ark., 2024) uyarlanmıştır. Bu çalışmaların çoğu yetişkin toplum örnekleriyle gerçekleştirilmiş olup, bazıları ergen ve genç yetişkin örneklerini de içermektedir (ör., Benzi ve ark., 2023; Parolin ve ark., 2024). Ölçeğin özgün faktör yapısının çoğu uyarlamada korunduğu, ancak bazı maddelerin farklı kültürlerde istenilen yapısal özellikleri göstermemesi nedeniyle, çeşitli adaptasyon çalışmalarında bazı maddelerin çıkarıldığı ya da farklı faktörler altında toplandığı bildirilmiştir.

Bununla birlikte, ölçeğin yeniden gözden geçirilmesini gerektiren bazı sınırlılıklar da literatürde vurgulanmıştır. Öncelikle, epistemik güven alt boyutunun, epistemik güvensizlik ve inanırlık alt boyutlarına kıyasla psikopatoloji ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılarıyla daha zayıf ilişkiler gösterdiği ifade edilmiştir (Liotti ve ark., 2023; Riedl ve ark., 2024;

Weiland ve ark., 2024). Bu nedenle, bazı araştırmacılar güven boyutunun ölçekten çıkarılmasını önermiştir (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024). Ayrıca, bazı maddelerin faktör yapısına beklenen şekilde oturmadığı veya düşük faktör yüklerine sahip olduğu (Liotti ve ark., 2023) ve bazı maddelerin iç tutarlılıklarının yeterli düzeyde olmadığı belirtilmiştir (Kamplang ve ark., 2022). Tüm bu bulgular, ölçeğin özellikle madde içeriği bakımından yeniden gözden geçirilmesi ve revize edilmesi gerekliliğine işaret etmektedir.

Bu doğrultuda, orijinal ölçeğin geliştiricileri tarafından Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği'nin revize edilmiş bir formu (EGGİ -R) geliştirilmiştir (Campbell ve ark., 2025). İlk aşamada, orijinal EGGİ'ye ait 15 maddeye ek olarak yeni maddelerin dahil edilmesiyle 24 maddeden oluşan bir taslak form hazırlanmıştır. Ancak gerçekleştirilen faktör analizleri sonucunda, uygun faktör altında toplanmayan ve düşük faktör yüklerine sahip maddeler elenmiş; böylece ölçek 18 maddeye indirilmiştir. Revize formda, epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık alt boyutları korunmuş; 7'li Likert tipi yanıt formatı ise özgün formda olduğu gibi uygulanmaya devam etmiştir. Her bir alt boyutta altı madde yer almaktadır.

Yeni formda madde sayısı, hem yapı geçerliğini koruyacak hem de katılımcı yükünü azaltacak şekilde, literatürde yaygın olarak kabul gören dört ila altı madde aralığına uygun olarak yapılandırılmıştır. Revize edilen ölçeğin model uyum indeksleri yeterli düzeydedir (CFI = .971; TLI = .966; SRMR = .067; RMSEA = .083, %90 GA [.076–.090]). Ayrıca, revize formda epistemik güven alt boyutunun özgün forma kıyasla daha güçlü korelasyonel bulgular sunduğu ve veriyle daha iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir.

2.1.2.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ), bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyini değerlendirmek amacıyla Zimet ve arkadaşları (1988) tarafından

geliştirilmiştir. Ölçek; aile, arkadaş ve önemli diğer kişi olmak üzere üç alt boyuttan oluşmakta olup, toplam 12 madde içermektedir. Maddeler, 1 (Kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (Kesinlikle katılıyorum) arasında derecelendirilen yedili Likert tipi bir ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, bireyin sosyal destek algısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin özgün formunda iç tutarlılık katsayıları, tüm ölçek için .84–.92; aile alt boyutu için .81–.90; arkadaş alt boyutu için .90–.94 ve önemli diğer kişi alt boyutu için .83–.98 arasında değişmektedir (Zimet ve ark., 1990).

ÇBASDÖ'nün Türkçe uyarlaması Eker ve Arkar (1995) tarafından gerçekleştirilmiş ve Türkçe formun Cronbach alfa katsayılarının .80 ile .95 arasında değiştiği bildirilmiştir (Eker ve ark., 2001). Bu araştırmada, ölçeğin toplam puanı için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .86'dır.

2.1.2.4. Kısa Semptom Envanteri

Kısa Semptom Envanteri, bireylerin ruhsal belirtilerini öznel değerlendirmelerine dayalı olarak ölçmeyi amaçlayan bir öz bildirim aracıdır. Bu envanter, Derogatis (1992) tarafından geliştirilen 90 maddelik Belirti Tarama Listesi'nin (SCL-90-R) maddelerinden seçilerek oluşturulmuş ve kısa forma uyarlanmıştır. Katılımcılardan, son dönemde yaşadıkları psikolojik durumları dikkate alarak her bir maddeye yanıt vermeleri beklenmektedir. Ölçek, 5 dereceli Likert tipi bir yapı içermekte olup; maddeler “hiç yok (0)”, “biraz var (1)”, “orta düzeyde var (2)”, “epey var (3)” ve “çok fazla var (4)” şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, bireyin yaşadığı psikolojik belirtilerin sıklığı ve şiddetinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Envanterin Türkçeye uyarlanması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmış ve yapılan geçerlik-güvenirlik çalışmaları sonucunda, anksiyete, depresyon, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite olmak üzere beş temel alt boyut belirlenmiştir. Alt ölçeklerin

iç tutarlılık katsayılarının .75 ile .87 arasında değiştiği rapor edilmiştir. Ölçeğin ergen örnekleminde de benzer faktör yapısının korunduğu görülmüştür (Şahin ve ark., 2002). Bu çalışmada, ölçeğin toplam puanı için Cronbach alfa katsayısı .97 olarak hesaplanmıştır.

2.1.2.5. Zihinselleştirme Ölçeği

Zihinselleştirme kapasitesini değerlendirmek amacıyla Hausberg ve arkadaşları (2012) tarafından geliştirilen Zihinselleştirme Ölçeği (Mentalization Questionnaire; MZQ), toplam 15 maddeden oluşan bir öz-bildirim ölçeğidir. Beşli Likert tipi (1 = katılmıyorum, 5 = katılıyorum) yanıt formatına sahip olan ölçek, dört alt boyut ve bu alt boyutlardan elde edilen toplam bir puan sunmaktadır. Bu alt boyutlar; (1) Benlik yansıtma (içsel durumlara yönelik düşünme ve duyguların inkarından kaçınma), (2) Duygusal farkındalık (içsel durumların algılanması ve ayırt edilmesi), (3) Zihinsel eşdeğerlik modu (içsel deneyimlerin dış gerçeklikle özdeşleştirilmesi) ve (4) Duygu düzenleme şeklinde tanımlanmıştır. Orijinal çalışmada, alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarının .62 ile .72 arasında, toplam puan için ise .81 olduğu rapor edilmiştir. Ölçekte yer alan tüm maddeler ters kodlanacak şekilde hazırlanmıştır. Bununla birlikte, sonraki çalışmalarda MZQ alt boyutlarının psikometrik açıdan görece sınırlı iç tutarlılık gösterebildiği ve özellikle klinik olmayan örneklemlerde toplam puanın kullanılmasının daha uygun olabileceği belirtilmiştir (Riedl ve ark., 2023a).

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Kaynar-Yaman (2024) tarafından gerçekleştirilmiş ve bu uyarlama kapsamında ölçek için üç faktörlü bir yapı önerilmiştir: (1) Benlik yansıtma (5 madde), (2) Zihinselleştirme öncesi modlar (4 madde) ve (3) Duygu düzenleme (4 madde). Türkçe formun iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .67, .62, .57 ve toplam puan için .77 olarak bulunmuştur. Mevcut araştırmada ise, toplam puan için Cronbach alfa katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçek maddeleri ters kodlanmadan değerlendirilmiş; dolayısıyla

toplam puanın yüksek olması daha yüksek zihinselleştirme kapasitesine, düşük puanlar ise zihinselleştirme güçlüklerine işaret edecek şekilde yorumlanmıştır.

2.1.2.6. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II

Yetişkin bağlanma örüntülerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Experiences in Close Relationships–Revised; ECR-R), Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından oluşturulan özgün bağlanma ölçeğinin Fraley ve arkadaşları (2000) tarafından yeniden yapılandırılmasıyla geliştirilmiştir. Ölçek, bireylerin romantik ilişkilerdeki bağlanma tarzlarını “kaygılı bağlanma” ve “kaçınan bağlanma” olmak üzere iki temel boyut altında değerlendirmektedir. Her bir boyut 18 maddeden oluşmakta olup, toplamda 36 maddelik bir öz-bildirim formu sunulmaktadır. Katılımcılar her bir maddeyi 7’li Likert tipi bir ölçek üzerinde (1 = Hiç katılmıyorum, 7 = Tamamen katılıyorum) derecelendirmektedir. Kaygı düzeyi, ölçeğin tek sayılı maddelerinin; kaçınma düzeyi ise çift sayılı maddelerinin ortalaması alınarak hesaplanmaktadır. Kaygı puanındaki artış, bireyin terk edilme veya onaylanmama gibi ilişki içi tehditlere karşı hassasiyetini; kaçınma puanındaki artış ise duygusal yakınlıktan kaçınma eğilimini yansıtmaktadır. Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin yapılan meta-analiz çalışmaları, hem kaygı (.90) hem de kaçınma (.91) boyutları için yüksek düzeyde iç tutarlılık değerleri raporlamıştır (Graham ve Unterschute, 2015).

Türkçe uyarlama çalışması Selçuk ve arkadaşları (2005) tarafından gerçekleştirilmiş ve iki boyutlu yapının geçerliğini koruduğu gösterilmiştir. Uyarlama çalışmasında Cronbach alfa değerleri kaygı boyutu için .86, kaçınma boyutu için .90; test-tekrar test güvenirliği ise sırasıyla .82 ve .81 olarak raporlanmıştır. Mevcut araştırmada ise, kaygı boyutuna ilişkin Cronbach alfa değeri .90, kaçınma boyutuna ilişkin değeri ise .90 olarak hesaplanmıştır.

2.1.3. İşlem

Araştırmanın örneklemini 18 yaş ve üzerindeki bireyler oluşturmaktadır. Katılımcılara yönelik cinsiyet, yaşanılan il veya benzeri demografik değişkenler açısından herhangi bir sınırlayıcı kriter uygulanmamıştır. Katılımcıların seçimi, kolay olanı örnekleme yöntemi ile gerçekleştirilmiş; sosyal medya araçları üzerinden yayımlanan posterler ve araştırma duyuruları yoluyla katılımcılara ulaşılmıştır. Araştırma kapsamında gerekli etik onay, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınmıştır (Karar No:20/317, Tarih: 15.11.2024).

Veri toplama süreci çevrimiçi olarak, SurveyMonkey adlı anket platformu üzerinden yürütülmüştür. Katılımcılara öncelikle bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş, gönüllü olarak katılmak isteyenler çalışmaya dahil edilmiştir. Onam formunu kabul eden katılımcılar önce Demografik Bilgi Formu'nu doldurmuş, ardından psikolojik ölçüm araçları rastgele bir sırayla sunulmuştur. Veri toplama süreci ortalama 15 dakika sürmüştür. Katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmış olup, katılımcılara herhangi bir ödül veya teşvik verilmemiştir.

2.1.3.1. Ölçek Çeviri Süreci

Araştırmada kullanılan ölçeklerden biri olan Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu, ölçek sahiplerinden alınan izin doğrultusunda, özgün dili olan İngilizceden Türkçeye çevrilmiştir. Çeviri işlemi, her iki dile de hâkim ve epistemik güven alanında uzmanlaşmış klinik psikolog olan araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Ardından, klinik psikoloji alanında uzman bir profesör ve iki uzman psikolog tarafından ölçeğin maddeleri bağımsız olarak değerlendirilmiş ve verilen öneriler doğrultusunda gerekli düzenlemeler yapılmıştır.

Daha sonra, çevrilen maddeler açıklık ve anlamsal eşdeğerlik açısından değerlendirilmek üzere, her iki dile hâkim ancak psikoloji alanı dışından üç uzman tarafından incelenmiştir. Alınan geri bildirimler doğrultusunda maddelerde gerekli düzenlemeler

yeniden yapılmıştır. Bu aşamayı takiben, Türkçeye çevrilen maddeler alan dışı bir dilbilimci tarafından özgün dile (İngilizce) geri çevrilmiş ve ölçek sahiplerinden biri tarafından orijinal maddeler ile karşılaştırılarak içerik bütünlüğü ve anlam benzerliği açısından değerlendirilmiştir. Son düzenlemelerin ardından, ölçeğin Türkçe formunun uygulamaya hazır nihai versiyonu elde edilmiştir.

2.1.4. İstatistiksel Analiz

Araştırmadan elde edilen istatistiksel veriler R Studio yazılımında “lavaan” paketi ve SPSS 26 programları aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırmanın temel amacı, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu’nun (EGGİ-R) Türkiye uyarlamasını gerçekleştirmek ve ölçeğin psikometrik özelliklerini değerlendirmektir. Bu kapsamda, ölçeğin iç tutarlılığı, yapısal geçerliği ve yakınsak geçerliği incelenmiştir.

İç tutarlılık analizlerinde Cronbach alfa (α) ve McDonald omega (ω) katsayıları hesaplanmıştır. Her iki katsayıda .70 ve üzeri değerler kabul edilebilir güvenilirlik düzeyi olarak değerlendirilmiştir (McNeish, 2018; Taber, 2018). Madde düzeyinde ölçüm kalitesini incelemek amacıyla düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyon katsayıları hesaplanmış ve .30’un üzerindeki değerler kabul edilebilir olarak değerlendirilmiştir (Field, 2018; van Zyl ve ten Klooster, 2022).

Ölçeğin yapı geçerliği, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. Ölçek maddelerinin Likert tipi ve sıralı ölçüm yapısında olması ve mevcut örneklem büyüklüğü göz önünde bulundurularak, normallik varsayımı gerektirmeyen çapraz ağırlıklı en küçük kareler yöntemi (diagonally weighted least squares; DWLS) kullanılmıştır. Campbell ve arkadaşlarının (2021; 2025) ölçek geliştirme çalışmalarına paralel olarak, üç farklı model test edilmiştir: (1) tamamen serbest (tek faktörlü) model, (2) üç faktörlü temel model ve (3) benzer temalara sahip maddeler arasında artık (residual) korelasyonlara izin verilen model.

Doğrulamalı faktör analizi (DFA) kapsamında model uyumunun değerlendirilmesinde çeşitli uyum iyiliği indekslerinden yararlanılmıştır. Bu çalışmada kullanılan temel uyum indeksleri şunlardır: Normalize edilmiş ki-kare (χ^2/df), uyum iyiliği indeksi (Goodness of Fit Index; GFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index; CFI), yaklaşık hatanın karekök ortalaması (Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA) ve standartlaştırılmış hata karekök ortalaması (Standardized Root Mean Square Residual; SRMR). Normalize edilmiş ki-kare (χ^2/df) değerinin 5'in altında olması kabul edilebilir, 2'nin altında olması ise yüksek düzeyde uyumu göstermektedir (Schumacker ve Lomax, 2015; Wang ve Wang, 2020). CFI ve GFI değerleri için .90 ve üzeri yeterli, .95 üzeri ise mükemmel uyum göstergesi olarak kabul edilmektedir. SRMR değerinin .10 ve altında olması yeterli uyuma, .05'in altında olması ise mükemmel uyuma işaret eder (Meyers ve ark., 2017). RMSEA için farklı eşik değerleri önerilmiştir. MacCallum ve arkadaşları'na (1996) göre, .05 ile .10 arasındaki RMSEA değerleri orta düzeyde uyuma, .10'un üzerindeki değerler ise zayıf uyuma işaret etmektedir. Standartlaştırılmış faktör yükleri için .30 üstü ve değeri kabul edilebilir eşik olarak alınmıştır (Brown, 2015).

Yakınsak geçerlik, EGGİ-R alt boyutları ile çeşitli gelişimsel, psikolojik ve psikopatolojik ölçümler arasındaki Pearson Korelasyon Katsayısı korelasyonlar üzerinden değerlendirilmiştir. Etki büyüklüğü .20'nin altındaki korelasyonlar küçük, $\geq .20$ olanlar orta, $\geq .30$ olanlar ise büyük düzeyde kabul edilmiştir (Hemphill, 2003).

2.1.4.1. Örneklem Büyüklüğünün Hesaplanması

Doğrulamalı faktör analizlerinde (DFA) kullanılacak örneklem büyüklüğüne ilişkin kılavuzlar zaman içerisinde gelişim göstermiştir. Erken dönem çalışmalarda, madde sayısı 40'a kadar olan modellerde 200'ün üzerinde bir örneklemin genellikle yeterli olduğu öne sürülmüştür (Comrey, 1988). Ancak model karmaşıklığının artması, normal dağılmayan

veriler ya da eksik veri gibi durumlar söz konusu olduğunda, 200 katılımcının yetersiz kalabileceği belirtilmiştir (Kline, 2011). Tabachnick ve Fidell (2019), daha güvenilir sonuçlar için en az 300 kişilik bir örneklem önerisinde bulunmuştur.

Tinsley ve Tinsley (1987), toplam örneklem 300 civarında olması halinde her madde başına 5 ila 10 katılımcı önerisinde bulunmuştur. Öte yandan, Muthén ve Muthén (2002) tarafından yapılan Monte Carlo simülasyonlarına dayalı çalışmalarda, üç faktörlü ve her faktörde beş sürekli gösterge bulunan bir model için örneklem büyüklüğü önerileri modelin özelliklerine göre farklılık göstermektedir: Normal dağılan ve eksik verisi olmayan modeller için en az 150 katılımcı, eksik veri içeren modeller için 175, normal dağılmayan ancak eksiksiz veri içeren modeller için 265 ve hem normal dağılmayan hem de eksik veri içeren modeller için en az 315 katılımcı önerilmektedir. Ancak bu simülasyon bulgularının tüm modellere genellenebilirliği halen tartışma konusudur (Brown, 2015).

Bu çalışmada, elde edilen örneklem büyüklüğü, DFA için önerilen eşik değerleri karşılamakta ve Monte Carlo simülasyonlarına dayalı önerilerle uyum göstermektedir. Ayrıca, Tip I ve Tip II hata olasılıklarını azaltmak amacıyla, model değerlendirmelerinde Hu ve Bentler (1999) tarafından önerilen göreceli uyum iyiliği indekslerinin birlikte kullanımı tercih edilmiştir.

2.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE EPISTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN İNCELENMESİ ÇALIŞMASI

2.2.1. Örneklem

Araştırmanın ikinci çalışmasına 590 kişi katılım sağlamıştır. Veri temizleme sürecinde öncelikle eksik veri içeren katılımcılar incelenmiş ve ölçeklerin yarısından fazlasını tamamlamayan üç katılımcı analiz dışı bırakılmıştır. Çalışmanın örneklem kriterleri doğrultusunda, 18 yaşın altında olduğu belirlenen 3 katılımcı da veri setinden çıkarılmıştır. Yanıt kalitesini değerlendirmek amacıyla, katılımcıların yanıt örüntülerine ilişkin çeşitli göstergeler incelenmiştir. Bu kapsamda, değişmez yanıt verme eğilimi (invariant responding) değerlendirilmiş ve her bir ölçek için katılımcı düzeyinde yanıt varyansı hesaplanmıştır. Yanıt varyansının sıfır olması, katılımcının ilgili ölçek maddelerinin tamamına aynı yanıtı verdiğini göstermesi nedeniyle düşük veri kalitesi göstergesi olarak kabul edilmiştir. Bu doğrultuda, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği'nde yanıt varyansı sıfır olan 19 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır.

Çok değişkenli aykırı değerlerin belirlenmesi amacıyla, tüm ölçek maddeleri birlikte işleme dahil edilerek Mahalanobis uzaklığı $p < .001$ anlamlılık düzeyi temel alınarak hesaplanmıştır. Bu kritere göre 6 katılımcı çok değişkenli aykırı değer olarak tanımlanmış ve veri setinden çıkarılmıştır. Tüm veri temizleme işlemlerinin ardından, nihai analizler 559 katılımcı üzerinden yürütülmüştür. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 2'de sunulmaktadır.

Araştırma örneklemini oluşturan katılımcıların yaşları 18 ile 67 arasında değişmekte olup, örneklemin ortalama yaşı 26.67 olarak hesaplanmıştır ($SS = 9.64$). Cinsiyet dağılımı incelendiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunu kadınlar oluşturmaktadır ($n = 373$, %66.7).

Coğrafi dağılım incelendiğinde, örneklemin önemli bir bölümünün İzmir'de ikamet ettiği ($n = 304$, %54.4) anlaşılmaktadır. İzmir'i takiben Ankara ($n = 89$, %15.9) ve İstanbul (n

= 33, %5.9) en fazla temsil edilen şehirler olarak öne çıkmaktadır. Örneklemin geri kalanını ise Manisa (n = 19), Antalya (n = 13) ve Bursa (n = 11) başta olmak üzere Türkiye'nin farklı illerinden çalışmaya destek veren katılımcılar oluşturmaktadır.

Eğitim düzeyi bakımından, katılımcıların büyük çoğunluğu üniversite düzeyinde eğitime sahiptir (n = 447, %80.0). Bunu, %12.0'lik oranla lisansüstü eğitim düzeyine sahip katılımcılar (n = 67) ve %6.4'lük oranla lise mezunları (n = 36) izlemektedir. İlkokul (n = 5, %0.9) ve ortaokul (n = 4, %0.7) mezunu katılımcıların örneklem içindeki temsili ise sınırlı düzeydedir.

Son olarak mesleki durum incelendiğinde, katılımcı profilinin ağırlıklı olarak öğrencilerden (n = 330, %59) oluşmakta, bunu yaklaşık üçte birlik bir oranla çalışan kişiler (n = 180, %32.2) takip etmektedir. Herhangi bir işte çalışmayan kişiler (n = 33, %5.9) ve emekliler (n = 16, %2.9) ise örneklemin daha küçük dilimlerini oluşturmaktadır.

Tablo 2. Ana Çalışma Örnekleminin Demografik Özellikleri

Değişken	n	%
Cinsiyet		
Kadın	373	66.7
Erkek	184	32.9
Diğer	1	0.2
Yaş		
Ortalama (SS)	26.67 (9.64)	
Aralık	18–67	
İkamet Edilen İl		
İzmir	304	54.4
Ankara	89	15.9
İstanbul	33	5.9
Manisa	19	3.4
Antalya	13	2.3
Bursa	11	2.0
Diğer iller	90	16.1
Eğitim Durumu		
İlkokul	5	0.9
Ortaokul	4	0.7
Lise	36	6.4
Üniversite	447	80.0
Lisansüstü	67	12.0
Meslek Durumu		
Öğrenci	330	59.0
Çalışıyor	180	32.2
Çalışmıyor	33	5.9
Emekli	16	2.9

Not. SS = Standart sapma.

2.2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, meslek ve ikamet ettikleri il gibi temel sosyodemografik özelliklerini belirlemek amacıyla, araştırmanın öncül çalışmasında kullanılan Demografik Bilgi Formu yeniden uygulanmıştır.

2.2.2.2. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği – Revize Form (EGGI-R)

Ölçeğin geliştirilme süreci ve psikometrik özelliklerine ilişkin ayrıntılı bilgiler öncül çalışmanın yöntem bölümünde sunulmuştur. Ana çalışma kapsamında, öncül analizler doğrultusunda belirlenen 18 maddelik Türkçe form kullanılmıştır. Mevcut örnekleme elde edilen Chronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları, Epistemik Güven alt boyutu için .67, Güvensizlik alt boyutu için .60 ve İnanırlık alt boyutu için .76 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Ölçeğin kuramsal yapısı ve Türkçe formunun psikometrik özelliklerine dair ayrıntılar öncül çalışmanın yöntem bölümünde verilmiştir. Mevcut araştırma verileri üzerinden yapılan güvenirlik analizinde, toplam ölçek puanına ilişkin iç tutarlılık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2.4. Kısa Semptom Envanteri

Katılımcıların psikopatolojik belirti düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılan ölçeğin özelliklerine ilişkin ayrıntılı bilgiler öncül çalışmanın yöntem bölümünde sunulmuştur. Mevcut örnekleme toplam puan üzerinden hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .97 olarak bulunmuştur.

2.2.2.5. Zihinselleştirme Ölçeği

Ölçeğin geliştirilmesi ve Türkçe uyarlamasına ilişkin ayrıntılı bilgiler öncül çalışmanın yöntem bölümünde sunulmuştur. Bu araştırma örnekleminde, toplam puana ait iç tutarlılık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2.6. Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği

Hofmann ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği (KDDÖ), bireylerin duygularını düzenleme sürecinde diğer kişilerden nasıl yararlandıklarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Toplam 20 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipinde derecelendirilen ölçek; sosyal model alma, yatıştırılma, olumlu duyguları artırma ve bakış açısı edinme olmak üzere dört boyutu kapsamaktadır. Ölçeğin orijinal formunda iç tutarlılık katsayılarının .89 ile .94 arasında değiştiği bildirilmiştir. Gökdağ ve arkadaşları (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin uyarlama çalışmasında Cronbach alfa katsayıları .81 ile .89 arasında rapor edilmiştir. Mevcut araştırmada elde edilen güvenirlik katsayıları ise; sosyal model alma için .86, olumlu duyguları artırma için .87, yatıştırılma için .84 ve bakış açısı edinme için .73 olarak bulunmuştur.

2.2.2.7. Güvence Arayışı Ölçeği

Güvence Arayışı Ölçeği, Joiner ve Metalsky (2001) tarafından depresyonla ilişkili kişilerarası stilleri değerlendirmek amacıyla yapılandırılan 24 maddelik Depresif Kişilerarası İlişkiler Envanteri'nin (*Depressive Interpersonal Relationships Inventory*) bir alt boyutudur. Bu ölçek, bireylerin kişilerarası ilişkilerinde çevrelerindeki kişilerden sürekli ve aşırı düzeyde güvence talep etme eğilimlerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Toplam 4 maddeden oluşan ölçek, 1 (hiçbir zaman) ile 5 (neredeyse her zaman) arasında değişen 5'li Likert tipi bir derecelendirme ile yanıtlanmaktadır. Söz konusu alt ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Gençöz ve Gençöz (2005) tarafından gerçekleştirilmiş ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin kişilerarası etkileşimlerinde daha yoğun bir güvence arayışı içerisinde olduğuna işaret etmektedir. Mevcut araştırma kapsamında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

2.2.3. İşlem

Araştırmanın örneklemini 18 yaş ve üzerindeki bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde cinsiyet, ikamet edilen bölge veya diğer demografik değişkenler açısından herhangi bir kısıtlayıcı ölçüt uygulanmamıştır. Katılımcılara ulaşmada, kolay olanı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda sosyal medya platformları üzerinden paylaşılan duyurular ve dijital posterler aracılığıyla katılımcılara erişim sağlanmıştır. Ayrıca, üniversiteler bünyesindeki seçmeli dersleri yürüten öğretim elemanları aracılığıyla ilgili derslere devam eden öğrencilere ulaşılmıştır. Araştırmanın yürütülebilmesi için gerekli olan etik onay, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu tarafından verilmiştir (Karar No:20/317, Tarih: 15.11.2024).

Veri toplama süreci, çevrimiçi bir anket platformu olan SurveyMonkey üzerinden gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar anketin başlangıcında araştırma hakkında bilgilendirilmiş; çalışmanın amacı, kapsamı ve veri gizliliği gibi unsurları içeren Bilgilendirilmiş Onam Formu'nu onaylayan gönüllüler sürece dâhil edilmiştir. Onay veren katılımcılar öncelikle Demografik Bilgi Formu'nu doldurmuş, ardından ölçüm araçlarındaki maddeler, olası sıra etkilerini minimize etmek amacıyla rastgele bir sıralama ile sunulmuştur. Veri toplama sürecinin tamamlanması ortalama 12 dakika sürmüştür. Katılım genel olarak gönüllülük esasına dayanmış ve katılımcılara herhangi bir maddi ödül sağlanmamıştır. Ancak, araştırmaya katılan bazı üniversite öğrencileri için, anketi dersleri kapsamında paylaşan öğretim elemanları tarafından teşvik amacıyla sınırlı düzeyde bonus puan verilmiştir.

2.2.4. İstatistiksel Analiz

Araştırmadan elde edilen veriler, IBM SPSS Statistics 26 yazılımı ve Hayes (2022) tarafından geliştirilen PROCESS makro eklentisi (5. Versiyon) kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmanın temel amacı doğrultusunda; zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide

epistemik güven, algılanan sosyal destek ve kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolleri test edilmiştir.

Analizler öncesinde veri seti ilgili istatistiksel varsayımlar açısından incelenmiştir. Değişkenlerin dağılım normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri üzerinden değerlendirilmiş; çarpıklık değerlerinin mutlak olarak 2'nin, basıklık değerlerinin ise 7'nin altında olması normal dağılım varsayımı için yeterli kabul edilmiştir (Kim, 2013). Bağımsız değişkenler arasındaki çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) riskini değerlendirmek amacıyla VIF ve tolerans değerleri incelenmiş ve VIF değerlerinin 10'un altında, tolerans değerlerinin ise .20'nin üzerinde olduğu görülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2019). Ayrıca, değişkenler arası Pearson korelasyon katsayılarının .90'ın altında olması da veride çoklu bağlantı sorunu bulunmadığını doğrulamıştır. Lineerlik sayıltısı için saçılım grafikleri incelenmiş ve verilerin aracılık analizi için uygun bir dağılım sergilediği gözlemlenmiştir. Tüm ön analizler sonucunda, veri setinin aracılık analizleri de dâhil olmak üzere parametrik istatistiksel analizler için uygun olduğu belirlenmiştir.

Analiz sürecinin ilk aşamasında, değişkenler arası ikili ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Katsayıların yorumlanmasında Hemphill (2003) tarafından önerilen; .20'ye kadar küçük, .20-.30 arası orta ve .30 ve üzeri değerlerin yüksek düzeyde ilişki olarak kabul edildiği sınıflandırma esas alınmıştır.

Aracılık analizleri, Hayes'in (2022) PROCESS makrosu Model 80 kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Dolaylı etkilerin istatistiksel anlamlılığı, parametrik varsayımlara dayanmayan ve daha güçlü bir tahmin sağlayan Bootstrap yöntemi ile test edilmiştir. Bu doğrultuda, 5000 yeniden örnekleme (bootstrap resampling) üzerinden %95 güven aralıkları (GA) hesaplanmıştır. Güven aralıklarının sıfırı kapsamaması, dolaylı etkinin anlamlılığı için temel kriter olarak kabul edilmiştir. Hayes (2022) tarafından önerilen çağdaş yaklaşım

uyarınca, toplam etki (c) veya doğrudan yolların (a ve b) bireysel anlamlılığına bakılmaksızın, dolaylı etkinin (a x b) istatistiksel gücü temel alınmıştır.

2.2.4.1. Örneklem Büyüklüğünün Hesaplanması

Veri toplama sürecine başlanmadan önce, mevcut hipotezler kapsamında ihtiyaç duyulan minimum örneklem büyüklüğü G*Power programı kullanılarak hesaplanmıştır (Faul ve ark., 2007). Çoklu regresyon modeli temel alınarak gerçekleştirilen *a priori* güç analizinde; anlamlılık düzeyi .05, etki büyüklüğü orta düzey ($f^2 = .15$) ve beklenen istatistiksel güç .80 olarak kabul edilmiştir. Bu parametreler doğrultusunda, analizler için asgari 123 katılımcının gerekeceği bulunmuştur. Bununla birlikte, aracılık modellerinde dolaylı etkilerin ve özellikle seri aracılık mekanizmalarının güvenilir biçimde test edilebilmesi için, standart regresyon analizlerinden daha geniş örneklemelere ihtiyaç duyulmaktadır (Thoemmes ve ark., 2010).

Alanyazındaki simülasyon çalışmaları; basit, paralel ve seri aracılık modellerinde dolaylı etkilerin saptanabilmesi ve Tip II hataların minimize edilebilmesi için çok daha yüksek katılımcı sayılarının gerekliliğini vurgulamaktadır (Fritz ve MacKinnon, 2007; Ma, 2014; A. B. Taylor ve ark., 2008). Söz konusu metodolojik öneriler ve simülasyon bulguları ışığında, dolaylı etkilerin istatistiksel gücünü korumak ve tahminlerin hassasiyetini artırmak amacıyla örneklem hedefi 500 katılımcı olarak genişletilmiştir. Bu çerçevede, çalışmada ulaşılan örneklem büyüklüğünün, özellikle dolaylı etkilerin incelenmesine yönelik analizler açısından yeterli olduğu kabul edilmiştir.

BÖLÜM III

BULGULAR

3.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ – REVİZE FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASI

3.1.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Çalışmada kullanılan tüm öz-bildirim ölçeklerine ilişkin minimum ve maksimum puanlar, aritmetik ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Öncül Çalışmada Kullanılan Öz-Bildirim Ölçeklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	Puan Aralığı	Ortalama	Standart Sapma (SS)
Epistemik Güven	2.17 – 7	5.29	0.80
Epistemik Güvensizlik	1.67 – 6.33	4.12	0.83
Epistemik İnanırlık	1.00 – 6.67	3.04	1.07
Zihinselleştirme Güçlükleri	15 – 75	49.29	10.48
Kısa Semptom Envanteri	1 – 162	45.52	34.31
YIYE – Kaygı	1 – 6.61	3.65	1.05
YIYE – Kaçınma	1.06 – 6.17	2.77	0.94
Algılanan Sosyal Destek	22 – 84	63.84	12.65

Not. YIYE = Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II.

3.1.2. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Revize Ölçeği’nin Yapı Geçerliği

Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Revize Ölçeği’ne (EGGİ-R) ilişkin doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur. Farklı model yapılarına göre elde edilen uyum iyiliği indeksleri, her bir model için karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiştir.

Tek faktörlü modelde uyum indeksleri kabul edilebilir sınırların oldukça altında kalmıştır. Bu durum modelin veriyle zayıf bir uyum gösterdiğini işaret etmektedir. Buna karşılık, üç faktörlü temel model test edildiğinde model uyumunda belirgin bir iyileşme gözlenmiştir. Bu model için ki-kare değeri $\chi^2(132) = 771.02$, $p < .001$, $\chi^2/df = 5.84$ olarak hesaplanmış ve diğer uyum indekslerinde CFI = .88, GFI = .96, SRMR = .10 ve RMSEA = .11 değerleri elde edilmiştir. Bu modelde de uyum indeksleri genel olarak sınırda olmakla birlikte, üç faktörlü yapı tek faktörlü modele kıyasla veriyle daha iyi uyum sağlamıştır.

Model uyumunu daha da iyileştirmek amacıyla, içeriksel ve kuramsal olarak benzer maddeler arasında hata kovaryanslarına izin verilen üç faktörlü model test edilmiştir. Bu modelde, Madde 5 ile Madde 12, Madde 16 ile Madde 22, Madde 7 ile Madde 8 ve Madde 9 ile Madde 24 arasındaki hata kovaryansları serbest bırakılmıştır. Bu düzenleme sonucunda model uyumunda ek bir iyileşme sağlanmış; $\chi^2(128) = 575.60$, $p < .001$, $\chi^2/df = 4.50$, CFI = .91, GFI = .97, SRMR = .08 ve RMSEA = .10 değerleri elde edilmiştir. Ki-kare istatistiğinin anlamlı olması, örneklem büyüklüğüne duyarlı bir ölçüt olması nedeniyle beklenen bir durum olarak değerlendirilmiştir. Diğer uyum indeksleri birlikte ele alındığında, hata kovaryansları içeren üç faktörlü modelin veriyle kabul edilebilir düzeyde uyum sağladığı sonucuna varılmıştır.

Tablo 4. EGGİ-R Formunun Doğrulayıcı Faktör Analizi Model Uyum İndeksleri

Model	EGGİ Revize Form				
	χ^2/df	CFI	GFI	SRMR	RMSEA
Tek faktörlü model	14.81	.64	.89	.15	.19
Üç faktörlü model	5.84	.88	.96	.10	.11
Üç faktörlü model (hata kovaryansları ile)	4.50	.91	.97	.08	.10

Not. χ^2/df = Ki-kare uyum indeksi/birim serbestlik derecesi; CFI = Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index); GFI = Uyum İyiliği İndeksi (Goodness of Fit Index); SRMR = Standartlaştırılmış Kök Ortalama Karesel Kalıntı (Standardized Root Mean Square Residual); RMSEA = Yaklaşık Hataların Kök Ortalama Karesi (Root Mean Square Error of Approximation).

EGGİ-R formuna ait madde faktör yükleri Tablo 5'te sunulmuştur. Standartlaştırılmış faktör yükleri incelendiğinde, epistemik güven alt boyutuna ait maddelerin yüklerinin .38 ile .71 arasında değiştiği görülmektedir. Epistemik güvensizlik alt boyutunda ise yükler .38–.70 aralığındadır. Epistemik inanırlık maddeleri için faktör yükleri .41–.71 aralığında değişmektedir. Tüm maddelerin faktör yükleri istatistiksel olarak anlamlı ($p < .001$) ve kabul edilen alt sınırın ($\geq .30$) üzerinde olup ilgili maddelere pozitif yönlü olarak yüklenmiştir. Bu sonuçlar, maddelerin ilgili faktörleri orta düzeyde ve yeterli biçimde temsil ettiği anlamına gelmektedir.

Tablo 5. EGGİ-R Formuna Ait Madde Faktör Yükleri ve Madde-Toplam Korelasyonu

	Faktör Yükleri	Madde-Toplam Korelasyonu
Epistemik Güven		
1. Kişisel bir sorunum olduğunda genellikle başkalarından tavsiye isterim.	.71	.47
2. Beni iyi tanıyan biri tarafından verilen bilgiye daha kolay güvenir ve benimserim.	.69	.51
7. Beni uzun süredir tanıyan insanlarla konuşmak, bazen kendime dair yeni bakış açıları kazanmama yardımcı olur.	.47	.41
8. Başkalarının paylaştığı tecrübelerden ders çıkarmayı oldukça faydalı bulurum.	.38	.36
13. Ne yapacağımı bilemediğimde, ilk aklıma gelen, görüşlerine değer verdiğim birine fikrini sormaktır.	.71	.51
17. Başkalarının fikirlerine gerçekten ilgi duyarım.	.51	.37
Epistemik Güvensizlik		
4. Çoğu zaman, insanların ne istediğimi ve neye ihtiyacım olduğunu anlamadığımı düşünürüm.	.53	.39
9. İnsanların söylediklerine çok fazla inanırsan, zarar görme ihtimalin yüksektir.	.32	.35
10. Biri bana bir şey anlattığında, ilk tepkim bunu bana neden anlattığını merak etmek olur.	.44	.40
19. Biri önemli olduğunu düşündüğü bir konuyu açıklarken, çoğunlukla bu konunun benimle alakasız olduğunu düşünürüm.	.46	.33
21. Biri bana bir şey anlattığında, genellikle fikirlerini bana dayatıyor gibi hissedirim.	.70	.40
24. İnsanlar genellikle söyledikleri şeylerde dürüst olmayı önemsemezler.	.44	.40
Epistemik İnanırlık		
5. İnsanların bana söylediği hemen hemen her şeye inandığım için genellikle naif biri olarak görülürüm.	.56	.50
11. Sıklıkla yanlış insanlardan tavsiye aldım.	.57	.46
12. İnsanlar, benim başkalarından çok kolay etkilendiğimi söylerler.	.71	.61
15. Geçmişte, kime inanmam gerektiğine dair yanlış kararlar verdim ve bu durum kötüye kullanıldı.	.40	.24
16. Bana söylenenleri anlasam bile, bu söylenenler hakkında ne düşüneceğimi genellikle bilemem.	.68	.56
22. Başkaları, ne söylendiğine dair net bir görüşe sahipken, ben genellikle ne düşüneceğimi bilemem.	.62	.50

Not. Tabloda standartlaştırılmış faktör yükleri raporlanmıştır.

3.1.3. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Güvenilirliği

Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği'nin revize formunun iç tutarlılık düzeyi, Cronbach alfa (α) ve McDonald omega (ω) katsayıları kullanılarak değerlendirilmiştir. Buna ek olarak, madde düzeyinde ölçüm kalitesini incelemek amacıyla düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyon katsayıları (corrected item–total correlation; CITC) tüm alt boyutlar için hesaplanmıştır. Elde edilen güvenilirlik katsayıları Tablo 6'da, madde düzeyindeki göstergeler ise Tablo 5'te sunulmuştur.

Epistemik güven alt boyutu için Cronbach alfa .70, McDonald omega ise .72 olarak hesaplanmıştır. Bu alt boyuta ait maddelerin düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyon katsayılarının .36 ile .51 arasında değişmesi, maddelerin alt boyut toplam puanıyla tutarlı biçimde ilişkili olduğunu ve her bir maddenin ölçülen yapıya anlamlı katkı sunduğunu göstermektedir.

Epistemik güvensizlik alt boyutunda Cronbach alfa ve McDonald omega katsayıları .65 olup, bu değer kabul edilebilir alt sınırdan yeri almaktadır ($\geq .60$ –.70). Bununla birlikte, epistemik güvensizlik alt boyutuna ait maddelerin düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyon katsayılarının .33 ile .40 aralığında olması, maddelerin tamamının kabul edilebilir düzeyde ayırt ediciliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Epistemik inanırlık alt boyutu, üç alt boyut arasında en yüksek güvenilirliğe sahiptir ($\alpha = .73$, $\omega = .75$). Bu alt boyuta ait maddelerin düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyon katsayılarının büyük çoğunluğunun .30'un üzerinde değerler sergilemesi de epistemik inanırlık alt boyutunun iç tutarlılığının güçlü olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, Madde 15'in düzeltilmiş madde–toplam korelasyonunun .24 ile sınırın altında kaldığı görülmüş; ancak söz konusu maddenin kabul edilebilir faktör yüküne sahip olması ve

kuramsal olarak epistemik inanırlık yapısını temsil eden özgül bir içeriğe işaret etmesi nedeniyle ölçekte tutulmasına karar verilmiştir.

Bütünsel olarak değerlendirildiğinde, bulgular EGGİ-R'nin üç alt boyutunda yer alan maddelerin büyük çoğunluğunun düzeltilmiş madde-toplam test puanı korelasyon katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir. Cronbach alfa ve McDonald omega katsayılarının ise alt boyutlar için kabul edilebilir ile iyi düzeyler arasında değiştiği bulunmuştur. Bu bağlamda, EGGİ-R'nin madde düzeyi ve alt ölçek düzeyi açısından yeterli iç tutarlılık sergilediği kabul edilmiştir.

Tablo 6. EGGİ Revize Formunun Güvenilirlik Katsayıları

Alt Boyut	EGGI Revize Form	
	α	ω
Epistemik Güven	.70	.72
Epistemik Güvensizlik	.65	.65
Epistemik İnanırlık	.73	.75

Not. α = Cronbach alfa; ω = McDonald omega

3.1.4. Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Yakınsak Geçerliği

Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun yakınsak geçerliğini değerlendirmek amacıyla, ölçek alt boyutlarının ilgili psikolojik ve kişilerarası değişkenlerle ilişkileri Pearson korelasyon katsayıları üzerinden incelenmiştir. Tablo 7'de, EGGİ-R alt boyutlarının diğer öz-bildirim ölçekleriyle gösterdiği korelasyonlar sunulmaktadır.

Tablo 7. Öncül Çalışmada EGGİ-R Alt Boyutları ve Diğer Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. YIYE - Kaygı	—							
2. YIYE - Kaçınma	.52***	—						
3. Zihinselleştirme Güçlükleri	.58***	.36***	—					
4. Kısa Semptom Envanteri	.55***	.29***	.54***	—				
5. Algılanan Sosyal Destek	-.35***	-.41***	-.27***	-.32***	—			
6. Epistemik Güven	.06	-.29***	-.02	.002	.27***	—		
7. Epistemik Güvensizlik	.30***	.32***	.40***	.36***	-.25***	-.19***	—	
8. Epistemik İnanırlık	.50***	.21**	.48***	.48***	-.18**	.21***	.36***	—

Not. *** $p < .001$; ** $p < .01$; YIYE = Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II.

Epistemik güven alt boyutu, genel olarak diğer ölçümlerle sınırlı düzeyde ilişkili olarak bulunmuştur. Epistemik güven ile bağlanma kaygısı ($r = .06$, $p = .24$), zihinselleştirme güçlükleri ($r = -.02$, $p = .68$) ve psikopatoloji ($r = .002$, $p = .97$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Buna karşın, epistemik güven ile kaçınan bağlanma arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.29$, $p < .001$). Ayrıca epistemik güven ile algılanan sosyal destek arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r = .27$, $p < .001$). Son olarak, epistemik güven ile epistemik güvensizlik ($r = -.19$, $p < .001$) ve epistemik inanırlık ($r = .21$, $p < .001$) alt boyutları arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak epistemik güvenin işlevsiz bağlanma örüntüleri veya psikopatoloji ile ilişkisi genel olarak düşük düzeyde kalmıştır.

Epistemik güvensizlik alt boyutu ile kaygılı bağlanma ($r = .32$, $p < .001$), kaçınan bağlanma ($r = .30$, $p < .001$), zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmalar ($r = .40$, $p < .001$) ve psikolojik belirti düzeyi ($r = .36$, $p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Epistemik güvensizlik ve algılanan sosyal destek arasında ise negatif yönde orta düzeyde ilişki görülmüştür ($r = -.25$, $p < .001$). Bulgular, epistemik güvensizlik düzeyinin

artmasının psikolojik semptomlar, düşük zihinselleştirme kapasitesi ve bağlanma problemleriyle yakından ilişkili olduğunu yansıtmaktadır.

Epistemik inanırlık alt boyutu ise kaygılı bağlanma ($r = .51, p < .001$), kaçınan bağlanma ($r = .21, p < .001$), zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmalar ($r = .48, p < .001$), psikolojik belirti düzeyi ($r = .48, p < .001$) ve algılanan sosyal destek ($r = -.18, p = .001$) ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler göstermiştir. Epistemik inanırlığın da epistemik güvensizlik ile benzer şekilde psikopatoloji ve işlevsiz bağlanma örüntüleri ile güçlü ilişkiler sergilediği görülmektedir.

Korelasyon analizlerinin sonuçları, EGGİ-R formunun alt boyutlarının psikolojik ve kişilerarası değişkenlerle beklenen yönde ilişkiler sergilediğini göstermektedir. Özellikle epistemik güvensizlik ve inanırlık alt boyutlarının psikopatolojik belirtiler ve işlevsiz bağlanma stilleriyle anlamlı şekilde ilişkili olduğu ortadadır. Epistemik güven alt boyutunun ise daha çok olumlu kişilerarası ilişkilerle bağlantılı olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, ölçeğin yakınsak geçerliğinin yeterli düzeyde olduğu kabul edilmiştir.

3.1.5. Epistemik Tutumların Demografik Değişkenlerle İlişkisi

Katılımcıların epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık alt boyutlarında cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testleri uygulanmıştır. Analizlerde cinsiyet değişkeni 0 = Erkek, 1 = Kadın olarak kodlanmıştır. Betimleyici istatistikler Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Cinsiyet Dağılımına Göre Betimleyici İstatistikler

Alt Ölçek	Cinsiyet	n	Ortalama (SS)	Ortalama Hata	t	p
Epistemik Güven	Erkek	99	5.23 (.81)	.08	-.85	.40
	Kadın	282	5.31 (.80)	.05		
Epistemik Güvensizlik	Erkek	99	4.15 (.89)	.09	.36	.72
	Kadın	282	4.11 (.81)	.05		
Epistemik İnanırlık	Erkek	99	2.96 (1.10)	.11	-.89	.38
	Kadın	282	3.07 (1.06)	.06		

Epistemik güven alt boyutunda kadınların (Ort = 5.23, SS = .81) ve erkeklerin (Ort = 5.31, SS = .80) aldıkları ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t(379) = -.85$, $p = .40$, $d = -.10$, %95 GA [-.26, .10]). Benzer şekilde, epistemik güvensizlik alt boyutunda da kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark yoktur ($t(379) = .36$, $p = .72$, $d = .05$, %95 GA [-.17, .23]). Epistemik inanırlık alt boyutunda da gruplar arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t(379) = -.89$, $p = .38$, $d = -.10$, %95 GA [-.37, .14]). Tüm alt boyutlar için Cohen d değerleri küçük etki büyüklüğü düzeyindedir (Cohen, 1988).

Katılımcıların yaşı ile epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık alt boyutları arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Yaş ile epistemik güven ($r = -.04$, $p = .47$), epistemik güvensizlik ($r = -.01$, $p = .90$) ve epistemik inanırlık ($r = -.19$, $p = .058$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Eğitim durumu ile epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık alt boyutları arasındaki ilişkiler ise Spearman'ın rho korelasyon katsayısı (ρ) kullanılarak incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, eğitim düzeyi arttıkça epistemik güvensizlik puanları düşük düzeyde de olsa anlamlı şekilde azalmaktadır ($\rho = -.15$, $p = .001$). Eğitim durumu ile epistemik güven ($\rho = .08$, $p = .10$) ve epistemik inanırlık ($\rho = -.08$, $p = .13$) arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

3.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE EPISTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN İNCELENMESİ ÇALIŞMASI

3.2.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırma kapsamında kullanılan öz-bildirim ölçeklerinden elde edilen verilerin genel dağılımını betimlemek amacıyla; her bir değişkene ait gözlenen minimum ve maksimum puanlar, aritmetik ortalamalar (*M*) ve standart sapma (*SS*) değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Ana Çalışma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Puan Aralığı	M	SS
Zihinselleştirme Güçlükleri	15–75	43.87	10.94
Epistemik Güven	2.33–7.00	5.21	0.82
Epistemik Güvensizlik	1.17–7.00	4.20	0.87
Epistemik İnanırlık	1.00–7.00	3.27	1.17
Algılanan Sosyal Destek	22–84	62.22	13.67
Sosyal Model Alma	6–30	19.02	5.32
Yatıştırılma	5–25	14.26	4.67
Olumlu Duyguları Artırma	5–25	19.63	3.92
Bakış Açısı Edinme	4–20	9.49	3.62
Aşırı Güvence Arayışı	4–28	11.99	5.46
Kısa Semptom Envanteri	0–3.45	1.03	0.72

3.2.2. Ana Çalışma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

Araştırma değişkenleri arasındaki ikili ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi sonuçları Tablo 10’da sunulmuştur.

Tablo 10. Ana Çalışma Değişkenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1. Zihinselleştirme Güçlükleri	—											
2. Epistemik Güven	.15***	—										
3. Epistemik Güvensizlik	.47***	-.03	—									
4. Epistemik İnanırlık	.53***	.19**	.37***	—								
5. Algılanan Sosyal Destek	-.24***	.16***	-.21***	-.18***	—							
6. Sosyal Model Alma	.21***	.48***	-.06	.21***	.14**	—						
7. Yatıştırılma	.32***	.36***	.07	.32***	.03	.55***	—					
8. Olumlu Duyguları Artırma	.10*	.43***	-.11*	.02	.30***	.43***	.38***	—				
9. Bakış Açısı Edinme	.21***	.14**	-.02	.28***	.07	.52***	.48***	.11*	—			
10. Aşırı Güvence Arayışı	.51***	.16***	.28***	.44***	-.17***	.23***	.42***	.08	.24***	—		
11. Kısa Semptom Envanteri	.58***	.05	.38***	.42***	-.31***	.15***	.30***	.01	.11*	.44***	—	
Not.	***	p	<	.001;	**	p	<	.01;	*	p	<	.05

İlk olarak, bağımlı değişken olarak ele alınan ve psikopatolojik belirti düzeyini temsil eden Kısa Semptom Envanteri toplam puanı ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji düzeyi arasında pozitif yönde ve güçlü düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r = .58, p < .001$). Bir başka deyişle, zihinselleştirme süreçlerindeki güçlükler psikopatolojik belirtilerle birlikte artmaktadır. Epistemik tutumlar açısından değerlendirildiğinde, epistemik güvensizlik ($r = .38, p < .001$) ve epistemik inanırlık ($r = .42, p < .001$) ile psikopatoloji arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak epistemik güven ile psikopatoloji arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($r = .05, p > .05$).

Algılanan sosyal destek ile psikopatoloji arasındaki ilişki ise orta düzeyde negatif yönlü ve anlamlıdır ($r = -.31, p < .001$). Kişilerarası duygu düzenleme stratejileri incelendiğinde, sosyal model alma ($r = .15, p < .001$), yatıştırılma ($r = .30, p < .001$) ve bakış açısı edinme ($r = .11, p < .05$) alt boyutlarının psikopatoloji ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği görülmüştür. Ancak olumlu duyguları artırma stratejisi ile psikopatoloji arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($r = .01, p > .05$). Bu örüntü, kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin genel olarak psikopatolojiye karşı koruyucu bir işlev üstlenmediğini; aksine bazı stratejilerin, özellikle psikopatolojik belirtilerin arttığı durumlarda daha sık başvurulmuş düzenleme yolları olabileceğini düşündürmektedir. Son olarak, aşırı güvence arayışı ve psikopatoloji arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r = .44, p < .001$). Psikopatoloji ile en güçlü ilişkilerin zihinselleştirme, epistemik inanırlık, epistemik güvensizlik ve aşırı güvence arayışı değişkenlerinde gözlemlendiği görülmüştür. Algılanan sosyal destek ise ters yönde ilişkili olarak potansiyel bir koruyucu faktör olabilir.

Zihinselleştirme güçlükleri ile epistemik tutumlar arasındaki ilişkiler incelendiğinde, özellikle epistemik güvensizlik ($r = .47, p < .001$) ve epistemik inanırlık ($r = .53, p < .001$)

boyutlarının zihinselleştirme ile görece yüksek düzeyde pozitif ilişkiler gösterdiği görülmektedir. Buna karşılık, epistemik güven ile zihinselleştirme arasındaki ilişkinin daha düşük düzeyde ve beklenen yönün tersinde olması ($r = .15, p < .001$), bu boyutun zihinselleştirme ile daha sınırlı bir bağlantı sergilediğini düşündürmektedir. Kişilerarası değişkenlere ilişkin bulgular, algılanan sosyal desteğin düşüklüğünün zihinselleştirme güçlükleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir ($r = -.24, p < .001$). Kişilerarası duygu düzenleme stratejileri açısından bakıldığında, incelenen tüm stratejilerin zihinselleştirme güçlükleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu ilişkiler özellikle sosyal model alma ($r = .21, p < .001$), yatıştırılma ($r = .32, p < .001$) ve bakış açısı edinme ($r = .21, p < .001$) alt boyutlarında daha belirgindir. Buna karşılık, olumlu duyguları artırma alt boyutu ile zihinselleştirme güçlükleri arasındaki ilişki daha sınırlıdır ($r = .10, p < .05$). Ek olarak, aşırı güvence arayışındaki artış ile zihinselleştirme güçlükleri arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunmuştur ($r = .51, p < .001$).

Epistemik tutumların birbirleriyle olan bağlantıları incelendiğinde, epistemik güven ile epistemik güvensizlik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür ($r = -.03, p > .05$). Öte yandan, epistemik güven ve epistemik inanırlık arasında düşük kuvvette ancak anlamlı pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .19, p < .001$). Ayrıca, epistemik güvensizlik ile epistemik inanırlık arasında da güçlü düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur ($r = .37, p < .001$). Algılanan sosyal destek ile epistemik değişkenler arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, algılanan sosyal desteğin epistemik güven ile düşük düzeyde pozitif ilişkili olduğu görülmüştür ($r = .16, p < .001$). Buna karşılık, epistemik güvensizlik ($r = -.21, p < .001$) ve epistemik inanırlık ($r = -.18, p < .001$) ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü ve düşük-orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Kişilerarası duygu düzenleme stratejilerine bakıldığında, epistemik güvenin sosyal model alma ($r = .48, p < .001$), yatıştırılma ($r = .36, p < .001$) ve olumlu duyguları artırma (r

= .43, $p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği görülmüştür. Bakış açısı edinme ile ilişkisinin ise daha düşük düzeyde olmakla birlikte yine anlamlı olduğu bulunmuştur ($r = .14$, $p < .01$). Epistemik güvensizliğin ise yalnızca olumlu duyguları artırma ile zayıf ve negatif yönde anlamlı ilişki gösterdiği görülmüştür ($r = -.11$, $p < .05$). Ancak sosyal model alma, yatıştırılma ve bakış açısı edinme ile ilişkileri anlamlı değildir. Epistemik inanırlığın ise sosyal model alma ($r = .21$, $p < .001$), yatıştırılma ($r = .32$, $p < .001$) ve bakış açısı edinme ($r = .28$, $p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler sergilediği, ancak olumlu duyguları artırma ile anlamlı biçimde ilişkili olmadığı görülmüştür ($r = .02$, $p > .05$).

Algılanan sosyal destek ile kişilerarası duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, sosyal desteğin sosyal model alma ile düşük düzeyde pozitif ilişkili olduğu ($r = .14$, $p < .01$) ve olumlu duyguları artırma ile de benzer biçimde pozitif yönlü orta düzeyde ilişki gösterdiği saptanmıştır ($r = .30$, $p < .001$). Buna karşılık, algılanan sosyal desteğin yatıştırılma ($r = .03$, $p > .05$) ve bakış açısı edinme ($r = .07$, $p > .05$) ile anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı görülmüştür.

Kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin kendi aralarındaki ilişkiler incelendiğinde, tüm alt boyutlar arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür. En yüksek ilişki sosyal model alma ile yatıştırılma arasında bulunmuştur ($r = .55$, $p < .001$). Benzer şekilde, sosyal model alma ile bakış açısı edinme ($r = .52$, $p < .001$), yatıştırılma ile bakış açısı edinme ($r = .48$, $p < .001$), sosyal model alma ile olumlu duyguları artırma ($r = .43$, $p < .001$) ve yatıştırılma ile olumlu duyguları artırma ($r = .38$, $p < .001$) arasında da güçlü düzeyde pozitif ilişkiler bulunmuştur. Olumlu duyguları artırma ile bakış açısı edinme arasındaki ilişkinin ise daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür ($r = .11$, $p < .05$).

Son olarak güvence arayışı ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, güvence arayışının hem epistemik güven ($r = .16$, $p < .001$) hem de

epistemik güvensizlik ($r = .28, p < .001$) ve epistemik inanırlık ($r = .44, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği görülmüştür. Özellikle epistemik inanırlık ile güvence arayışı arasındaki ilişkinin görece daha güçlü olması dikkat çekmektedir. Algılanan sosyal destek ile güvence arayışı arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.17, p < .001$). Ayrıca, güvence arayışının sosyal model alma ($r = .23, p < .001$), yatıştırılma ($r = .42, p < .001$) ve bakış açısı edinme ($r = .24, p < .001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler sergilediği; olumlu duyguları artırma ile ilişkisinin ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($r = .08, p > .05$).

3.2.3. Zihinselleştirme Güçlükleri ve Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Süreçlerin Seri Aracılık Rollerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde, zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide dolaylı mekanizmaları incelemek amacıyla çeşitli seri aracılık modelleri sınanmıştır. Kurulan modellerde, zihinselleştirmenin epistemik tutumları (epistemik güven, güvensizlik ve inanırlık) şekillendirdiği; bu epistemik konumlanmanın ise kişilerarası düzenleme süreçleri (kişilerarası duygu düzenleme stratejileri, güvence arayışı ve algılanan sosyal destek) aracılığıyla psikopatolojiye yansıdığı varsayımı incelenmiştir. Bu doğrultuda, epistemik tutumları ve ilişkisel süreçleri içeren paralel ve seri aracılık yolları Hayes PROCESS Macro Model 80 kullanılarak test edilmiştir. Araştırma kapsamında her bir kişilerarası düzenleme süreci için ayrı aracılık modelleri kurulmuş olup, elde edilen bulgular aşağıda ilgili başlıklar altında raporlanmıştır.

3.2.3.1. Epistemik Tutumlar ve Sosyal Model Almanın Seri Aracı Rollerini

İlk aracılık analizinin amacı, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve sosyal model almanın seri aracı rollerini test etmektir (bkz.

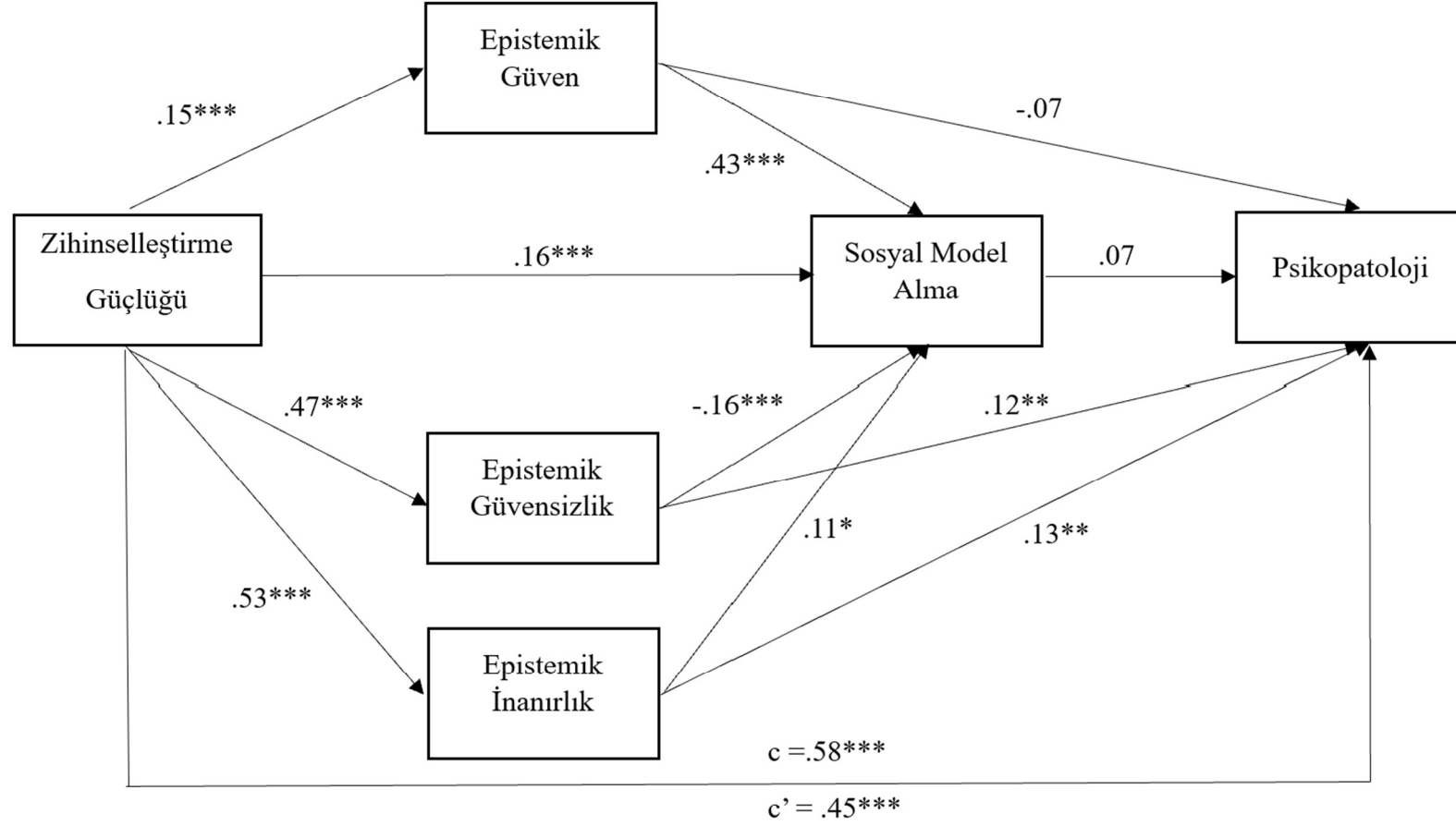
Şekil 2). Analizin ilk basamağında, zihinselleştirme güçlüklerinin epistemik tutum değişkenleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Analiz sonuçları, zihinselleştirme güçlüklerinin epistemik güven ($B = .01$, $SH = .003$, $t(557) = 3.66$, $p < .001$, %95 GA [.01, .02]), epistemik güvensizlik ($B = .04$, $SH = .003$, $t(557) = 12.59$, $p < .001$, %95 GA [.03, .04]) ve epistemik inanırlık ($B = .06$, $SH = .004$, $t(557) = 14.83$, $p < .001$, %95 GA [.05, .06]) üzerinde pozitif ve anlamlı etkileri olduğunu göstermiştir.

İkinci aşamada, epistemik tutumlar ve zihinselleştirme güçlüklerinin birlikte sosyal model alma üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Zihinselleştirme güçlüklerinin ($B = .08$, $SH = .02$, $t(554) = 3.51$, $p < .001$, %95 GA [.03, .12]), epistemik güvenin ($B = 2.79$, $SH = .24$, $t(554) = 11.48$, $p < .001$, %95 GA [2.31, 3.26]) ve epistemik inanırlığın ($B = .49$, $SH = .20$, $t(554) = 2.44$, $p = .02$, %95 GA [.09, .88]) sosyal model alma üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlı iken; epistemik güvensizliğin etkisi ise negatif yöndedir ($B = -.97$, $SH = .26$, $t(554) = -3.78$, $p < .001$, %95 GA [-1.47, -.47]).

Aracı değişkenler modele dâhil edilmeden önce, yani toplam etki modelinde, zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki vardır (c yolu: $B = .04$, $SH = .002$, $t(557) = 16.83$, $p < .001$, %95 GA [.03, .04]). Bu öncül modelde zihinselleştirme güçlükleri, psikopatoloji düzeyindeki varyansın %33.70'ini açıklamaktadır ($R^2 = .34$, $F(1,557) = 283.17$, $p < .001$). Aracı değişkenlerin modele dâhil edilmesiyle birlikte, psikopatoloji düzeyindeki varyansın %36.77'si açıklanmıştır ($R^2 = .37$, $F(5, 553) = 64.31$, $p < .001$). Dolayısıyla, yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı modele kıyasla açıklanan varyansta %3.07'lik bir artış görülmüştür ($\Delta R^2 = .03$). Aracı değişkenler modele eklendiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak anlamlılığını korumuştur (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 10.41$, $p < .001$, %95 GA [.02, .04]).

Modeldeki diğer etkiler incelendiğinde, epistemik güvensizliğin ($B = .10$, $SH = .03$, $p = .002$) ve epistemik inanırlığın ($B = .08$, $SH = .03$, $p = .002$) psikopatolojiyi pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür. Epistemik güvenin ($B = -.06$, $SH = .03$, $p = .08$) ve sosyal model almanın ($B = .01$, $SH = .01$, $p = .10$) psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkileri ise istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Dolaylı etki analizlerine göre, epistemik güvensizlik ($B = .004$, $BootSE = .001$, %95 GA [.001, .006]) ve epistemik inanırlık ($B = .005$, $BootSE = .002$, %95 GA [.002, .01]) üzerinden psikopatolojiye giden dolaylı yollar pozitif yönde ve anlamlıdır. Buna karşın, epistemik güven üzerinden kurulan dolaylı yol istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($B = -.001$, $BootSE = .001$, %95 GA [-.002, .00]). Zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara ve oradan sosyal model almaya uzanan seri yollar ise istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (bkz. Tablo 11).



Şekil 2. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve sosyal model almanın seri aracı rolü

Not. *p < .05, ** p < .01, ***p < .001. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 11. Epistemik Tutumlar ve Sosyal Model Almanın Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Psikopatoloji	-.001	.001	[-.002, .00]	-.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Psikopatoloji	.004	.001	[.001, .01]	.06
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Psikopatoloji	.005	.002	[.002, .01]	.07
Zihinselleştirme güçlükleri → Sosyal model alma → Psikopatoloji	.001	.001	[.00, .002]	.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Sosyal model alma → Psikopatoloji	.0003	.0002	[.00, .001]	.004
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Sosyal model alma → Psikopatoloji	-.0003	.0002	[-.001, .00]	-.005
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Sosyal model alma → Psikopatoloji	.0002	.0002	[.00, .001]	.004
Toplam dolaylı etki	.001	.002	[.004, .01]	.13

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı;

β = tamamen standardize dolaylı etki

3.2.3.2. Epistemik Tutumlar ve Yatıştırılmanın Seri Aracı Rollerine İlişkin Bulgular

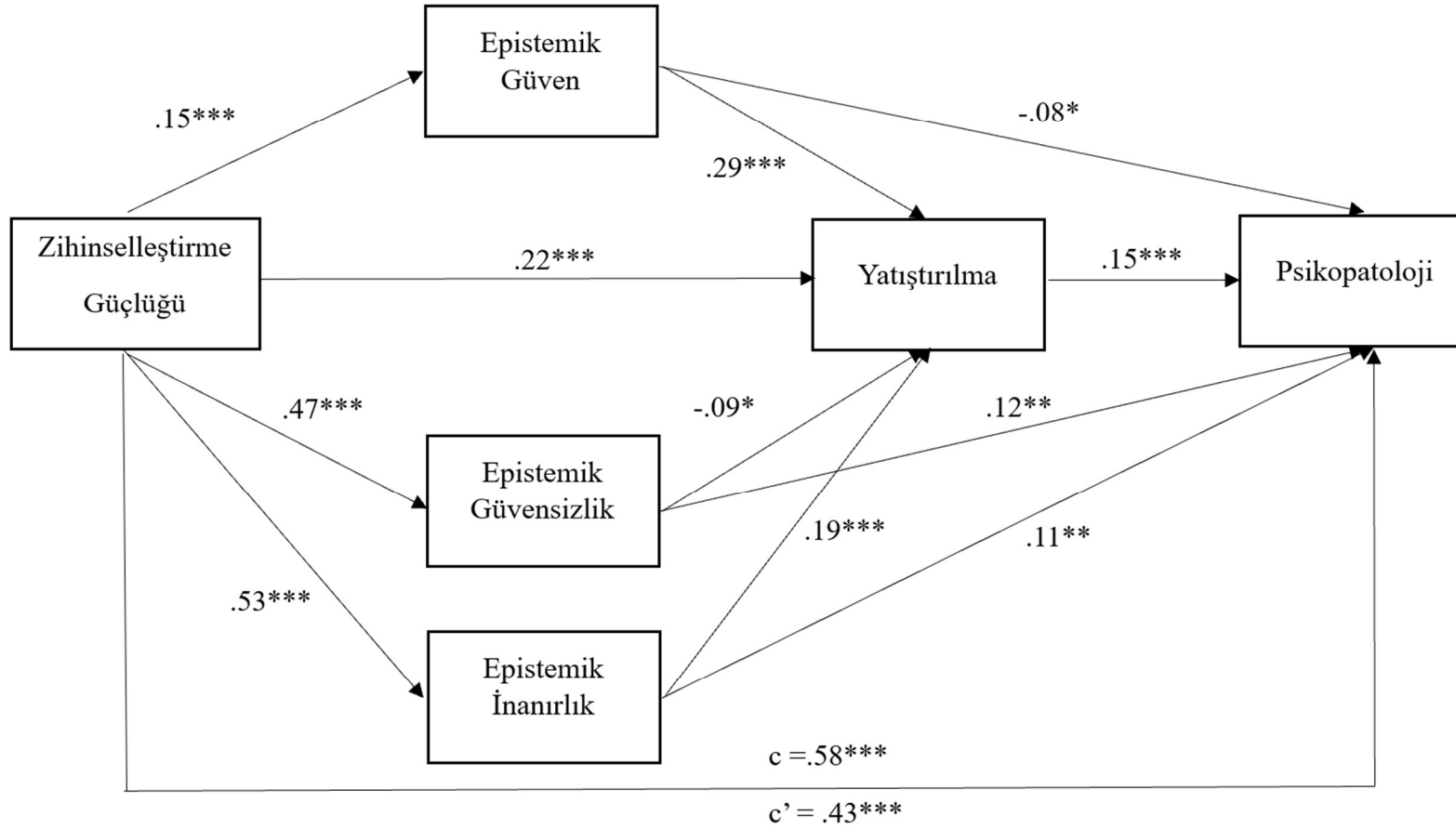
İkinci aracılık analizi, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve yatıştırılmanın seri aracı rollerini test etmek amacıyla gerçekleştirilmiştir (bkz. Şekil 3).

Epistemik tutumların ve zihinselleştirme güçlüklerinin yatıştırılma üzerindeki etkileri birlikte incelendiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin yatıştırılmayı pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür ($B = .09$, $SH = .02$, $t(554) = 4.56$, $p < .001$, %95 GA [.05, .13]). Epistemik güven ($B = 1.67$, $SH = .22$, $t(554) = 7.64$, $p < .001$, %95 GA [1.24, 2.10]) ve epistemik inanırlığın ($B = .74$, $SH = .18$, $t(554) = 4.12$, $p < .001$, %95 GA [.39, 1.09]) yatıştırılma üzerindeki etkisi de pozitif ve anlamlıdır. Epistemik güvensizliğin yatıştırılma

üzerindeki etkisi negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($B = -.47$, $SH = .23$, $t(554) = -2.03$, $p = .04$, %95 GA $[-.92, -.01]$).

Tüm değişkenlerin psikopatoloji üzerindeki etkilerini ele alan model, psikopatoloji düzeyindeki varyansın %38.25'ini açıklamıştır ($R^2 = .38$, $F(5,553) = 68.51$, $p < .001$). Bu oran, yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı toplam etki modeline kıyasla açıklanan varyansta %4.55'lik bir artışa işaret etmektedir ($\Delta R^2 = .05$). Aracı değişkenler modele dâhil edildiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak anlamlılığını korumuştur (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 9.94$, $p < .001$, %95 GA $[.02, .03]$, $\beta = .43$). Modeldeki diğer doğrudan etkiler incelendiğinde; epistemik güvenin psikopatolojiyi negatif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı ($B = -.07$, $SH = .03$, $p = .02$), epistemik güvensizlik ($B = .10$, $SH = .03$, $p = .002$) ve epistemik inanırlığın ($B = .07$, $SH = .03$, $p = .009$) ise psikopatolojiyi pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Ayrıca yatıştırılmanın da psikopatoloji üzerinde pozitif yönde etkisi vardır ($B = .02$, $SH = .006$, $p < .001$).

Dolaylı etkilere bakıldığında (bkz. Tablo 12), zihinselleştirme güçlüklerinden yatıştırılma üzerinden psikopatolojiye giden dolaylı yolun anlamlı olduğu görülmüştür ($B = .002$, %95 GA $[.001, .004]$). Seri aracılık yollarında ise hem epistemik güven ve yatıştırılma üzerinden kurulan yolun ($B = .001$, %95 GA $[.0002, .001]$) hem de epistemik inanırlık ve yatıştırılma üzerinden kurulan yolun anlamlı olduğu ($B = .001$, %95 GA $[.0004, .002]$) görülmüştür. Buna karşılık, epistemik güvensizlik ve yatıştırılma üzerinden kurulan seri dolaylı yol istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B = -.0004$, %95 GA $[-.001, .00]$).



Şekil 3. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve yatıştırılmanın seri aracı rolü

Not. *p < .05, ** p < .01, ***p < .001. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 12. Epistemik Tutumlar ve Yatıştırılmanın Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Yatıştırılma → Psikopatoloji	.002	.001	[.001, .004]	.03
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Yatıştırılma → Psikopatoloji	.001	.0002	[.0002, .001]	.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Yatıştırılma → Psikopatoloji	-.0004	.0003	[-.001, .00]	-.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Yatıştırılma → Psikopatoloji	.001	.0004	[.0004, .002]	.02
Toplam dolaylı etki	.01	.002	[.01, .01]	.15

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı;

β = tamamen standardize dolaylı etki

3.2.3.3. Epistemik Tutumlar ve Olumlu Duyguları Artırmanın Seri Aracı Rollerine İlişkin Bulgular

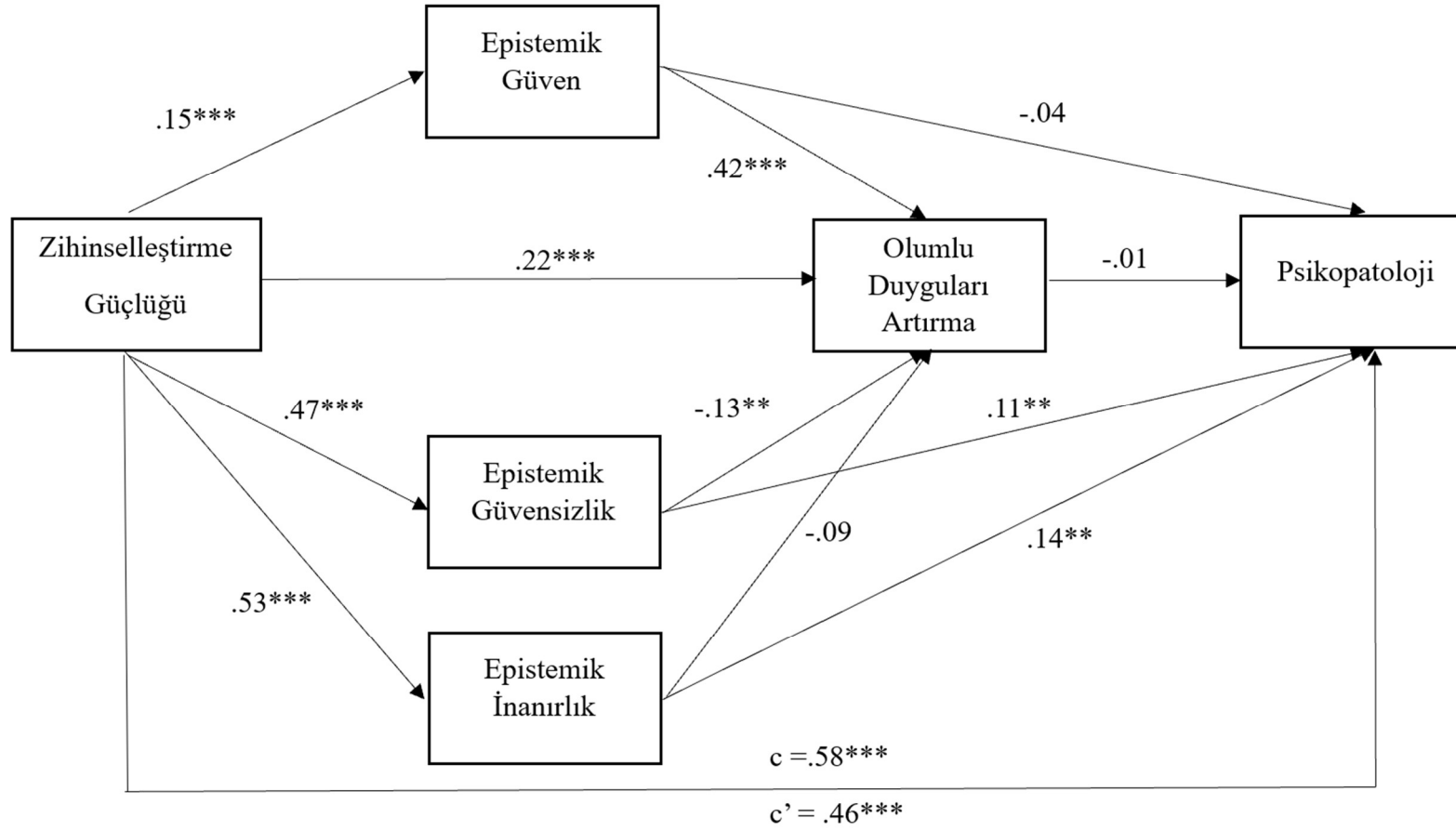
Üçüncü aracılık analizinde ise zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve olumlu duyguları artırmanın seri aracı rolleri incelenmiştir (bkz. Şekil 4). Epistemik tutumlar ve zihinselleştirme güçlüklerinin birlikte olumlu duyguları artırma üzerindeki etkilerini inceleyen modelde, zihinselleştirme güçlüklerinin olumlu duyguları artırmayı pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür ($B = .05$, $SH = .02$, $t(554) = 2.96$, $p = .003$, %95 GA [.02, .08]). Epistemik güven de olumlu duyguları artırma ile pozitif yönde ilişkilidir ($B = 2.00$, $SH = .19$, $t(554) = 10.68$, $p < .001$, %95 GA [1.63, 2.36]). Buna karşılık, epistemik güvensizliğin etkisi anlamlı ancak negatif yönlüdür ($B = -.59$, $SH = .20$, $t(554) = -2.98$, $p = .003$, %95 GA [-.98, -.20]). Epistemik inanırlığın etkisi ise istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B = -.30$, $SH = .15$, $t(554) = -1.94$, $p = .053$, %95 GA [-.60, .003]).

Tüm değişkenlerin psikopatoloji üzerindeki etkileri birlikte değerlendirildiğinde, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve psikopatoloji düzeyindeki varyansın

%36.45'ini açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .36$, $F(5, 553) = 63.45$, $p < .001$). Bu modelde, yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı toplam etki modeline kıyasla açıklanan varyansta %2.75'lik bir artış görülmüştür ($\Delta R^2 = .03$). Aracı değişkenler modele dâhil edildiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak anlamlılığını korumuştur (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 10.69$, $p < .001$, %95 GA [.02, .04], $\beta = .46$).

Modeldeki diğer doğrudan etkiler incelendiğinde, epistemik güvenin psikopatoloji üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığı ($B = -.03$, $p = .36$), epistemik güvensizlik ($B = .09$, $SH = .03$, $p = .006$) ve epistemik inanırlığın ($B = .08$, $SH = .03$, $p = .001$) ise psikopatolojiyi pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür. Olumlu duyguları artırmanın psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisinin ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($B = -.002$, $SH = .01$, $p = .82$).

Olumlu duyguları artırmayı içeren dolaylı ve seri yollar incelendiğinde, bu değişken üzerinden kurulan herhangi bir dolaylı yolun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Buna hem yalnızca olumlu duyguları artırmayı içeren basit aracılık yolu hem de epistemik değişkenler üzerinden olumlu duyguları artırmaya uzanan seri yollar dâhildir (bkz. Tablo 13).



Şekil 4. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve olumlu duyguları artırmanın seri aracı rolü

Not. *p < .05, ** p < .01, ***p < .001. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 13. Epistemik Tutumlar ve Olumlu Duyguları Artırmanın Seri Aracı Rolüne**İlişkin Dolaylı Etki Bulguları**

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Olumlu duyguları artırma → Psikopatoloji	-.0001	.0004	[-.001, .001]	-.001
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Olumlu duyguları artırma → Psikopatoloji	.00	.0002	[-.0004, .0003]	-.001
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Olumlu duyguları artırma → Psikopatoloji	.00	.0002	[-.0003, .0004]	.001
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Olumlu duyguları artırma → Psikopatoloji	.00	.0001	[-.0002, .0004]	.0004
Toplam dolaylı etki	.01	.002	[.004, .01]	.12

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı;

β = tamamen standardize dolaylı etki

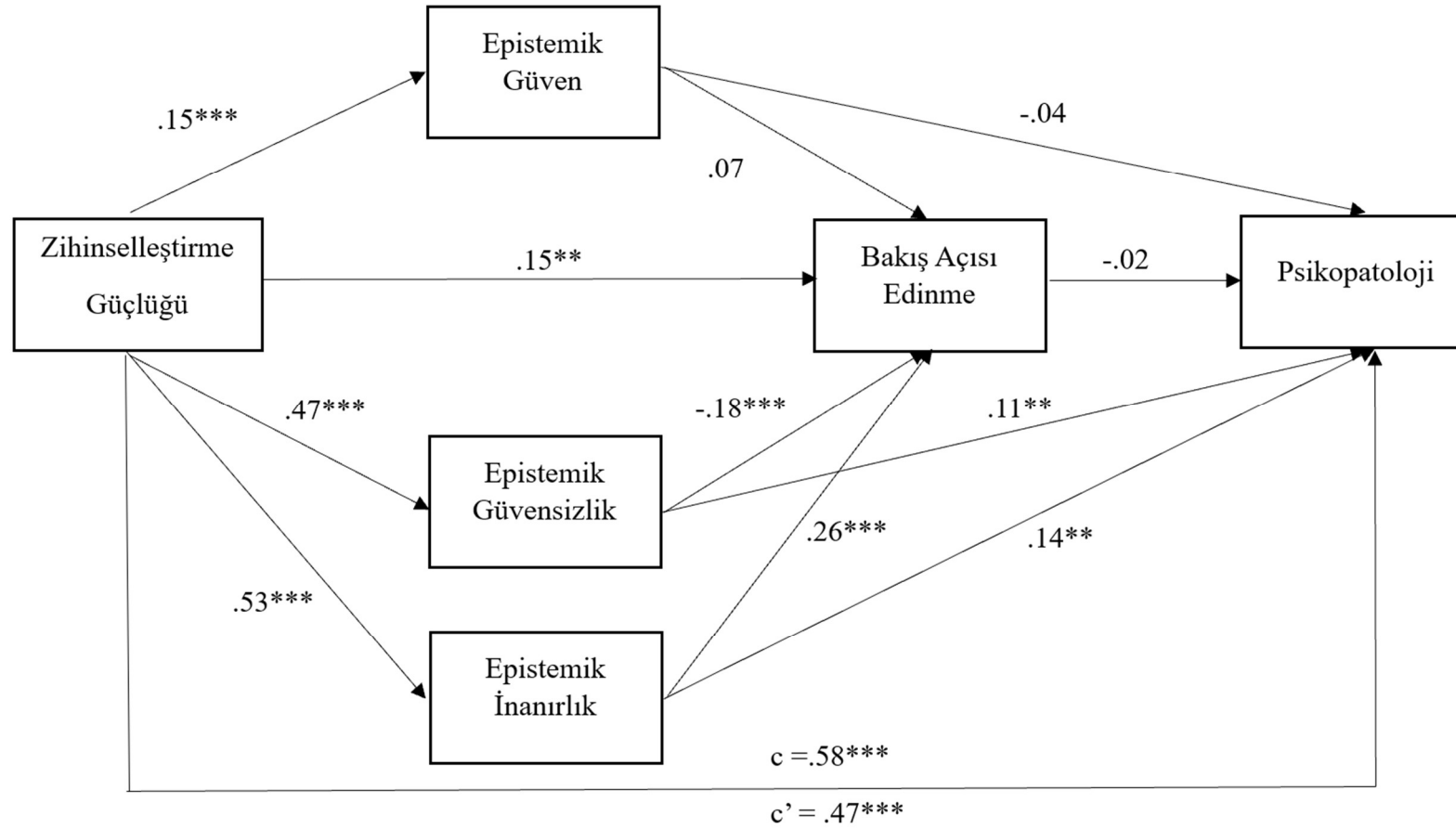
3.2.3.4. Epistemik Tutumlar ve Bakış Açısı Edinmenin Seri Aracı Rollerine İlişkin Bulgular

Dördüncü aracılık analizinde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve bakış açısı edinmenin seri aracı rolleri incelenmiştir (bkz. Şekil 5). Bakış açısı edinme üzerindeki etkiler birlikte incelendiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin bakış açısı edinme ile pozitif yönde ve anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür ($B = .05$, $SH = .02$, $t(554) = 2.93$, $p = .004$, %95 GA [.02, .08]). Epistemik güvenin bakış açısı edinme üzerindeki etkisi ise istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B = .29$, $SH = .18$, $t(554) = 1.62$, $p = .11$, %95 GA [-.06, .65]). Buna karşılık epistemik güvensizliğin bakış açısı edinme üzerindeki etkisi negatif yönde ve anlamlıdır ($B = -.76$, $SH = .19$, $t(554) = -3.97$, $p < .001$, %95 GA [-1.14, -.38]). Epistemik inanırlık ise bakış açısı edinmeyi pozitif yönde yordamıştır ($B = .80$, $SH = .15$, $t(554) = 5.34$, $p < .001$, %95 GA [.50, 1.09]).

Tüm değişkenlerin psikopatoloji üzerindeki etkileri birlikte değerlendirildiğinde, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve psikopatoloji düzeyindeki varyansın %36.49'unu açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .36$, $F(5, 553) = 63.54$, $p < .001$). Bu oran, yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı toplam etki modeline kıyasla açıklanan varyansta %2.79'luk bir artışa işaret etmektedir ($\Delta R^2 = .03$). Aracı değişkenler modele dahil edildiğinde ise zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak anlamlılığını korumuştur (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 10.74$, $p < .001$, %95 GA $[-.03, .04]$, $\beta = .47$).

Modeldeki diğer doğrudan etkiler incelendiğinde; epistemik güvenin psikopatoloji üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığı ($B = -.03$, $p = .29$), epistemik güvensizlik ($B = .09$, $SH = .03$, $p = .008$) ve epistemik inanırlığın ($B = .09$, $SH = .03$, $p = .001$) psikopatolojiyi pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür. Bakış açısı edinmenin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi ise istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B = -.004$, $SH = .01$, $p = .55$).

Bakış açısı edinmeyi içeren dolaylı ve seri yollar incelendiğinde (bkz. Tablo 14), hem bu değişken üzerinden kurulan doğrudan dolaylı yolun (zihinselleştirme güçlükleri → bakış açısı edinme → psikopatoloji) hem de epistemik tutumlar üzerinden bakış açısı edinmeye uzanan tüm seri dolaylı yolların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.



Şekil 5. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve bakış açısı edinmenin seri aracı rolü

Not. *p < .05, ** p < .01, ***p < .001. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 14. Epistemik Tutumlar ve Bakış Açısı Edinmenin Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Bakış açısı edinme → Psikopatoloji	-.0002	.0004	[-.001, .001]	-.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Bakış açısı edinme → Psikopatoloji	-.0001	.0002	[-.001, .0002]	-.002
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Bakış açısı edinme → Psikopatoloji	.0003	.0003	[-.0002, .001]	.004
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Bakış açısı edinme → Psikopatoloji	.0004	.0003	[-.0001, .0012]	.006
Toplam dolaylı etki	.01	.002	[.004, .01]	0.12

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı;

β = tamamen standardize dolaylı etki

3.2.3.5. Epistemik Tutumlar ve Aşırı Güvence Arayışının Seri Aracı Rollerine İlişkin Bulgular

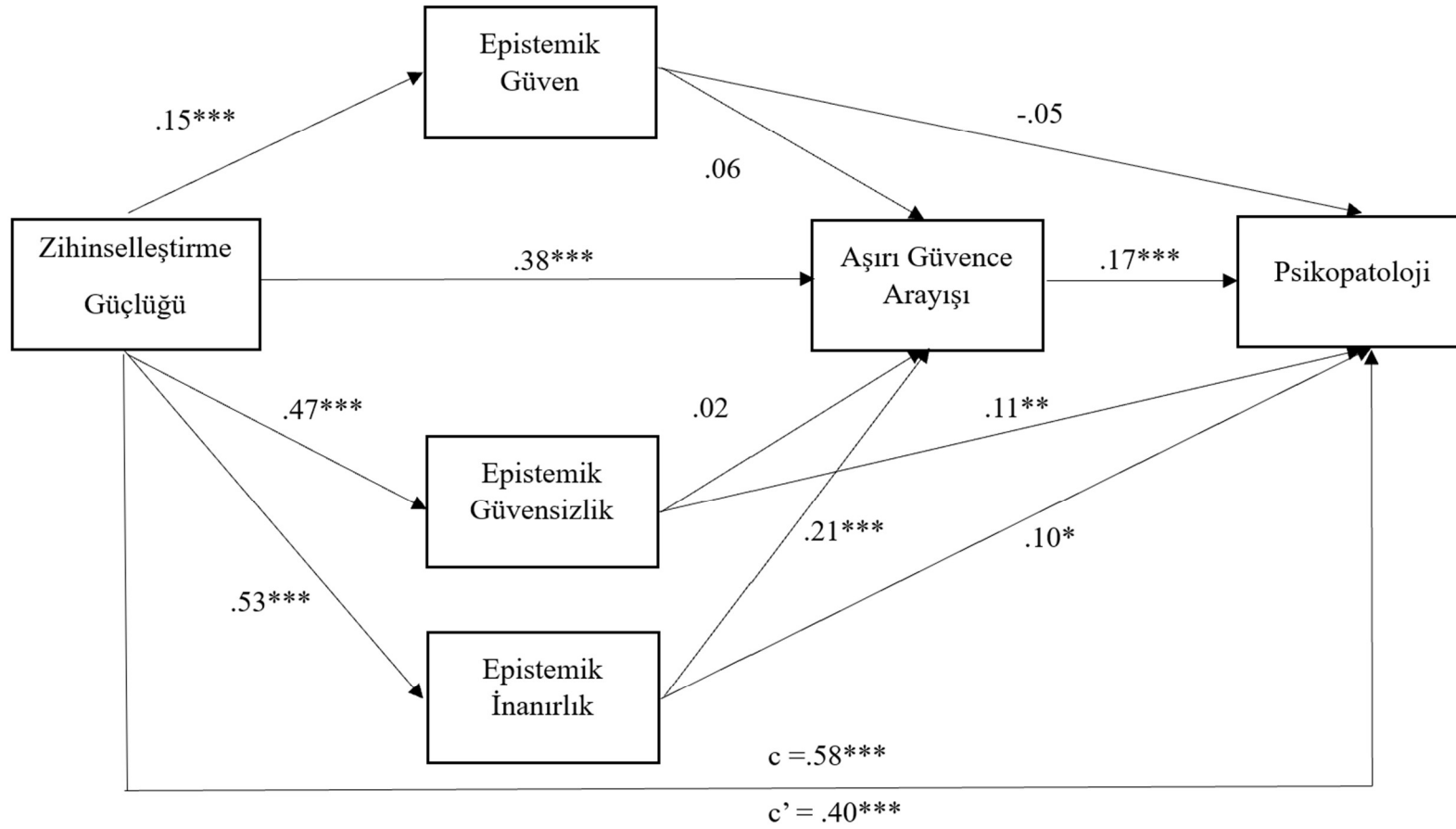
Beşinci aracılık analizinde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve aşırı güvence arayışının seri aracı rolleri incelenmiştir (bkz. Şekil 6). Epistemik tutumlar ve zihinselleştirme güçlükleri birlikte değerlendirildiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin aşırı güvence arayışını pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür ($B = .19$, $SH = .02$, $t(554) = 8.38$, $p < .001$, %95 GA [.14, .23]). Epistemik güvenin ($B = .41$, $SH = .24$, $t(554) = 1.69$, $p = .091$, %95 GA [-.07, .89]) ve epistemik güvensizliğin ($B = .15$, $SH = .26$, $t(554) = .57$, $p = .566$, %95 GA [-.36, .65]) ise aşırı güvence arayışı üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı değildir. Öte yandan, epistemik inanırlığın aşırı güvence arayışı üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur ($B = 1.00$, $SH = .20$, $t(554) = 4.99$, $p < .001$, %95 GA [.61, 1.39]).

Tüm değişkenlerin psikopatoloji üzerindeki etkileri birlikte değerlendirildiğinde, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve psikopatoloji düzeyindeki varyansın %38.56'sını açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .39$, $F(5, 553) = 69.41$, $p < .001$). Bu değer,

yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı toplam etki modeline kıyasla açıklanan varyansta %4.86'lık bir artışa işaret etmektedir ($\Delta R^2 = .05$). Aracı değişkenler modele dahil edildiğinde ise zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisinin azaldığı ancak anlamlılığını koruduğu gözlemlenmiştir (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 8.84$, $p < .001$, %95 GA [.02, .03], $\beta = .40$).

Modeldeki diğer doğrudan etkiler incelendiğinde, epistemik güvenin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B = -.04$, $SH = .03$, $p = .15$). Buna karşılık, epistemik güvensizlik ($B = .09$, $SH = .03$, $p = .006$) ve epistemik inanırlık ($B = .06$, $SH = .03$, $p = .02$) psikopatolojiyi pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordamaktadır. Aşırı güvence arayışının da psikopatoloji üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur ($B = .02$, $SH = .01$, $t(553) = 4.36$, $p < .001$, %95 GA [.01, .03]).

Aşırı güvence arayışını içeren dolaylı ve seri yollar incelendiğinde (bkz. Tablo 15), zihinselleştirme güçlüklerinden doğrudan güvence arayışı üzerinden psikopatolojiye uzanan yolun anlamlı olduğu belirlenmiştir. Seri dolaylı yollar değerlendirildiğinde, epistemik inanırlık ve güvence arayışını birlikte içeren yolun pozitif yönde ve anlamlı olduğu ancak, epistemik güven ve aşırı güvence arayışını içeren seri yol ile epistemik güvensizlik ve aşırı güvence arayışını içeren seri yolun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı gözlemlenmiştir.



Şekil 6. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve aşırı güvence arayışının seri aracı rolü
Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 15. Epistemik Tutumlar ve Aşırı Güvence Arayışının Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Aşırı güvence arayışı → Psikopatoloji	.004	.001	[-.002, .01]	.07
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Aşırı güvence arayışı → Psikopatoloji	.0001	.0001	[-.00, .0003]	.002
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Aşırı güvence arayışı → Psikopatoloji	.0001	.0002	[-.0003, .001]	.002
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Aşırı güvence arayışı → Psikopatoloji	.001	.0004	[-.001, .002]	.02
Toplam dolaylı etki	.01	.002	[-.01, .002]	.18

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı;

β = tamamen standardize dolaylı etki

3.2.3.6. Epistemik Tutumlar ve Algılanan Sosyal Desteğin Seri Aracı Rollerine İlişkin Bulgular

Son aracılık analizinde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve algılanan sosyal desteğin seri aracı rolleri incelenmiştir (bkz. Şekil 7). Epistemik değişkenlerin ve zihinselleştirme güçlüklerinin birlikte algılanan sosyal destek üzerindeki etkilerine bakıldığında, analiz sonuçları zihinselleştirme güçlüklerinin algılanan sosyal desteği negatif yönde ve anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir ($B = -.23$, $SH = .06$, $t(554) = -3.74$, $p < .001$, %95 GA $[-.36, -.11]$). Epistemik güven ise sosyal destek ile pozitif yönde ve anlamlı olarak ilişkilidir ($B = 3.38$, $SH = .69$, $t(554) = 4.91$, $p < .001$, %95 GA $[2.03, 4.73]$). Buna karşılık epistemik güvensizlik ($B = -1.19$, $SH = .73$, $t(554) = -1.64$, $p = .10$, %95 GA $[-2.62, .24]$) ve epistemik inanırlığın ($B = -1.05$, $SH = .57$, $t(554) = -1.86$, $p = .06$, %95 GA $[-2.16, .06]$) algılanan sosyal destek üzerindeki etkileri istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Tüm değişkenlerin psikopatoloji üzerindeki etkileri birlikte ele alındığında, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve psikopatoloji düzeyindeki varyansın %38.74'ünü açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .39$, $F(5, 553) = 69.95$, $p < .001$). Bu oran, yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinin yer aldığı toplam etki modeline kıyasla açıklanan varyansta %5.04'lük bir artışa işaret etmektedir ($\Delta R^2 = .05$). Aracı değişkenler modele dahil edildiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak anlamlılığını korumaya devam etmiştir (c' yolu: $B = .03$, $SH = .003$, $t(553) = 10.10$, $p < .001$, %95 GA [.02, .03], $\beta = .43$).

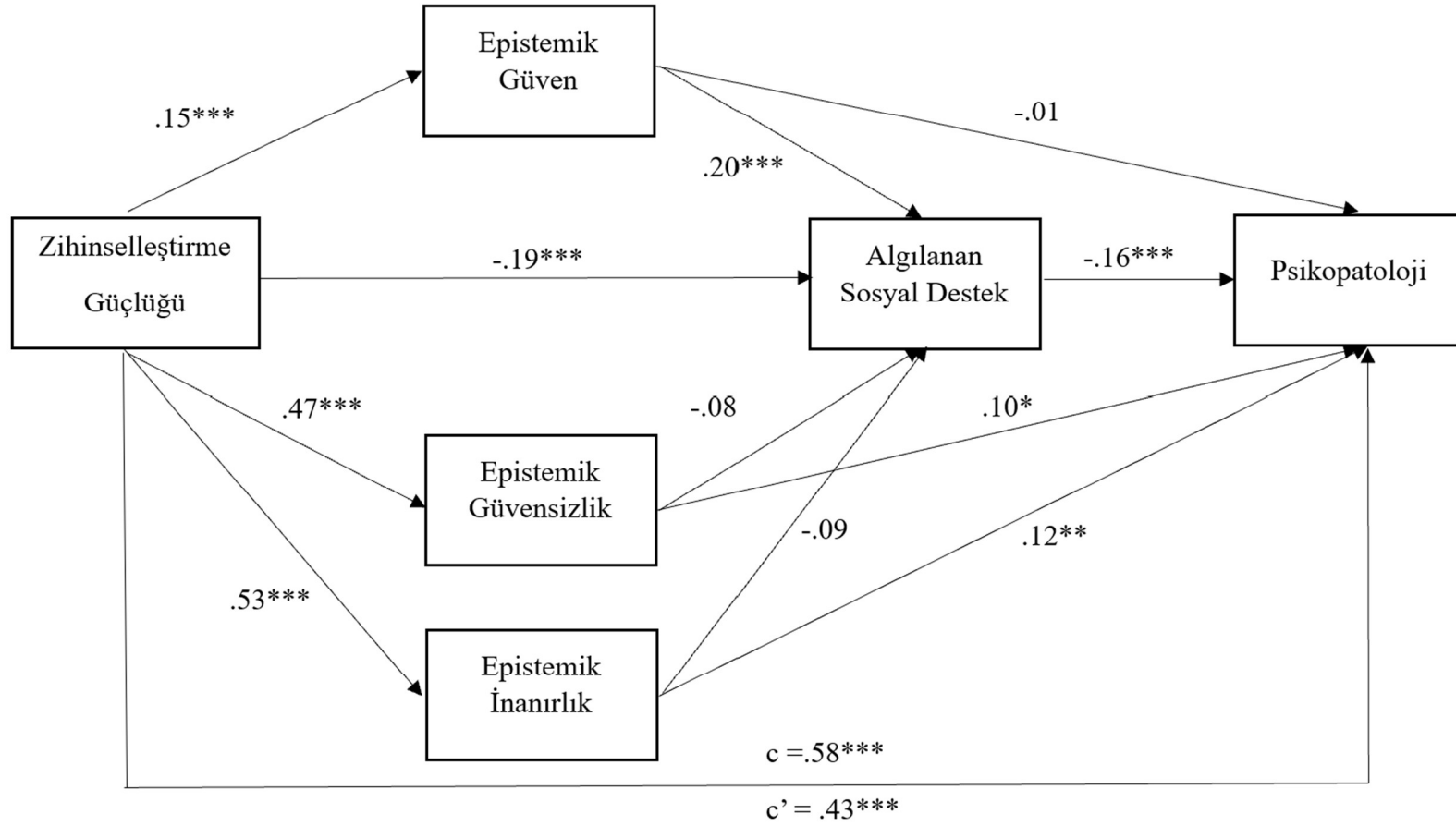
Modeldeki diğer doğrudan etkiler incelendiğinde, epistemik güvenin psikopatoloji üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığı ($B = -.01$, $p = .86$) ancak epistemik güvensizlik ($B = .08$, $SH = .03$, $p = .012$) ve epistemik inanırlığın ($B = .08$, $SH = .02$, $p = .003$) psikopatolojiyi pozitif yönde ve anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür. Algılanan sosyal destek ise psikopatoloji ile negatif yönde ilişkilidir ($B = -.01$, $SH = .002$, $t(553) = -4.55$, $p < .001$, %95 GA [-.01, -.005]).

Algılanan sosyal desteği içeren dolaylı yollar incelendiğinde (bkz. Tablo 16), zihinselleştirme güçlüklerinden doğrudan sosyal destek üzerinden psikopatolojiye uzanan yolun anlamlı olduğu bulunmuştur ($B = .002$, $BootSE = .001$, %95 GA [.001, .004]). Seri dolaylı yollar değerlendirildiğinde, epistemik güven ve sosyal destek üzerinden işleyen yolun negatif yönlü ve anlamlı olduğu ($B = -.0003$, $BootSE = .0001$, %95 GA [-.001, -.0001]) ancak epistemik güvensizlik ($B = .0004$, %95 GA [-.0001, .001]) ve epistemik inanırlık ($B = .0005$, %95 GA [-.0001, .001]) ile sosyal desteği birlikte içeren seri yolların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Genel olarak değerlendirildiğinde, elde edilen bulgular zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji üzerindeki etkisinin özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık aracılığıyla iletildiğini; algılanan sosyal desteğin ise bu ilişkide koruyucu bir mekanizma

olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır. Ayrıca epistemik güvenin sosyal destek üzerinden dolaylı olarak psikopatolojiyi azaltıcı bir rol oynadığı, buna karşın epistemik güvensizlik ve inanırlığın sosyal destek üzerinden işleyen anlamlı bir seri yol üretmediği görülmektedir.





Şekil 7. Zihinselleştirme güçlükleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve algılanan sosyal desteğin seri aracı rolü

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. Şekilde standardize betalara yer verilmiştir.

Tablo 16. Epistemik Tutumlar ve Algılanan Sosyal Desteğin Seri Aracı Rolüne İlişkin Dolaylı Etki Bulguları

Aracılık Yolu	B	BootSE	%95 GA	β
Zihinselleştirme güçlükleri → Sosyal destek → Psikopatoloji	.002	.001	[.001, .004]	.03
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güven → Sosyal destek → Psikopatoloji	-.0003	.0001	[-.001, -.0001]	-.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik güvensizlik → Sosyal destek → Psikopatoloji	.0004	.0003	[-.0001, .001]	.01
Zihinselleştirme güçlükleri → Epistemik inanırlık → Sosyal destek → Psikopatoloji	.001	.0003	[-.0001, .001]	.01
Toplam dolaylı etki	.01	.002	[.01, .01]	.15

Not. B = standardize olmayan katsayı; BootSE = bootstrap standart hata; GA = güven aralığı; β = tamamen standardize dolaylı etki

Tablo 17’de, yürütülen aracı değişken analizlerinin sonuçları özetlenmiştir. Tabloda, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın hem doğrudan hem de dolaylı yollar üzerinden psikopatoloji ile anlamlı biçimde ilişkili olduğu görülmektedir. Buna karşılık, epistemik güven bu modellerde daha sınırlı ilişki göstermektedir. Kişilerarası süreçler açısından değerlendirildiğinde ise yatıştırılma, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek değişkenlerinin aracılık rolünün daha belirgin olduğu görülmektedir. Ancak sosyal model alma, olumlu duyguları artırma ve bakış açısı edinme stratejilerinin bu modellerde sistematik bir aracı rol üstlenmediği anlaşılmaktadır. Özellikle algılanan sosyal desteğin ve bazı durumlarda epistemik güven ile birlikte işleyen yolların psikopatolojiyle negatif yönde etkiler göstermesi, bu değişkenlerin koruyucu mekanizmalar olarak işlev görebilme potansiyelini göstermektedir. Buna karşılık, epistemik güvensizlik ve inanırlık ile ilişkili yolların ağırlıklı olarak psikopatoloji ile aynı yönlü örüntüler sergilediği görülmektedir.

Tablo 17. Zihinselleştirme Güçlükleri ve Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Süreçlerin Aracı Rollerine İlişkin Bulguların Özeti

Epistemik Aracı	İlişkisel Aracı	Aracılık Türü	Aracılık Sonucu
Epistemik güven	—	Basit aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güvensizlik	—	Basit aracılık	Dolaylı etki
Epistemik inanırlık	—	Basit aracılık	Dolaylı etki
—	Model alma	Basit aracılık	Anlamalı değil
—	Yatıştırılma	Basit aracılık	Dolaylı etki
—	Olumlu duyguları artırma	Basit aracılık	Anlamalı değil
—	Bakış açısı edinme	Basit aracılık	Anlamalı değil
—	Aşırı güvence arayışı	Basit aracılık	Dolaylı etki
—	Algılanan sosyal destek	Basit aracılık	Dolaylı etki
Epistemik güven	Model alma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güvensizlik	Model alma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Model alma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güven	Yatıştırılma	Seri aracılık	Dolaylı etki
Epistemik güvensizlik	Yatıştırılma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Yatıştırılma	Seri aracılık	Dolaylı etki
Epistemik güven	Olumlu duyguları artırma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güvensizlik	Olumlu duyguları artırma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Olumlu duyguları artırma	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güven	Bakış açısı edinme	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güvensizlik	Bakış açısı edinme	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Bakış açısı edinme	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güven	Aşırı güvence arayışı	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik güvensizlik	Aşırı güvence arayışı	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Aşırı güvence arayışı	Seri aracılık	Dolaylı etki
Epistemik güven	Algılanan sosyal destek	Seri aracılık	Dolaylı etki
Epistemik güvensizlik	Algılanan sosyal destek	Seri aracılık	Anlamalı değil
Epistemik inanırlık	Algılanan sosyal destek	Seri aracılık	Anlamalı değil

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

4.1. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK VE İNANIRLIK ÖLÇEĞİ–REVİZE FORMUNUN TÜRKÇE UYARLAMA ÇALIŞMASINA İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞILMASI

Bu çalışmanın amacı, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun (EGGİ-R) Türkçe uyarlamasını gerçekleştirmek ve ölçeğin psikometrik özelliklerini değerlendirerek Türkçe alanyazına kazandırmaktır. Bu doğrultuda EGGİ-R'nin yapı geçerliği, iç tutarlılık düzeyleri ve çeşitli gelişimsel, psikopatolojik ve psikolojik değerlendirme ölçütleriyle olan yakınsak geçerliği ele alınmıştır. Mevcut çalışma, revize ölçeğin ilk kültürlerarası adaptasyonunu oluşturduğundan, bulguların mevcut literatürle ilişkisi hem revize ölçeğin geliştirilmesine temel oluşturan özgün çalışma hem de EGGİ'nin ilk formunu kullanan çalışmalar üzerinden tartışılmıştır.

EGGİ-R'nin Türkçe formu epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık olmak üzere üç boyutlu özgün yapısını korumuştur. Elde edilen bu sonuçlar, hem ölçeğin güncel revize formuna (EGGİ-R) ilişkin yürütülen çalışmanın (Campbell ve ark., 2025) hem de EGGİ'nin ilk formunun geliştirilmesi ve farklı dillere uyarlanmasına yönelik araştırmaların (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Campbell ve ark., 2021; Damjanović ve ark., 2023; Greiner ve ark., 2025; Rodriguez Quiroga ve ark., 2024; Weiland ve ark., 2024) bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Doğrulamalı faktör analizi sonuçları genel olarak kabul edilebilir uyum indeksleri sunmakla birlikte, RMSEA değerlerinin kabul edilen üst eşiklere yakın ve marjinal düzeyde olduğu görülmüştür. Ancak RMSEA'nın düşük serbestlik derecesi ve sınırlı örneklem büyüklüğü içeren modellerde sıklıkla hatalı şekilde kötü uyum gösterdiği literatürde belirtilmektedir (Kenny ve ark., 2015). Bu nedenle diğer uyum indeksleriyle birlikte

değerlendirildiğinde, ölçeğin Türkçe formunda üç faktörlü yapının uygun ve kuramsal olarak desteklenebilir olduğu sonucuna varılmıştır.

Mevcut bulgular, epistemik tutumlar arasındaki ilişkiler açısından da önceki çalışmalarla paralellik göstermektedir. Alanyazında bazı çalışmalarda epistemik güven ile epistemik inanırlık arasında pozitif yönde ilişkiler raporlanırken (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Greiner ve ark., 2025; Rodriguez Quiroga ve ark., 2024), bazı çalışmalarda ise bu iki boyut arasında anlamlı bir ilişki saptanmadığı bildirilmiştir (Campbell ve ark., 2021, 2025; Liotti ve ark., 2023). Mevcut çalışmada epistemik güven ile epistemik inanırlık arasındaki ilişkinin pozitif yönde, düşük–orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bu durum, epistemik güven alt boyutunda yer alan bazı maddelerin (örn., “*Ne yapacağımı bilemediğimde, ilk aklıma gelen, görüşlerine değer verdiğim birine fikrini sormaktır*” ve “*Kişisel bir sorunum olduğunda genellikle başkalarından tavsiye isterim*”) başkalarından fikir ve tavsiye alma eğilimini ölçmesine karşın, alınan bilginin epistemik açıdan güvenilirliğini ayırt etmeye doğrudan gönderme yapmamasıyla ilişkili olabilir. Başka bir deyişle, verilen bilginin doğruluğunu ve güvenilirliğini eleştirel biçimde değerlendirmeden çok sayıda bilgiyi içselleştirme eğilimiyle karakterize olan epistemik inanırlığı yüksek bireyler, fikir ve tavsiye aramaya vurgu yapan bu maddelere de daha yüksek puanlar vermiş olabilir. Buna ek olarak, Türkiye gibi kolektivist kültürel bağlamlarda, başkalarından fikir ve tavsiye alma davranışının bireyci kültürlerle kıyasla daha yaygın ve normatif olması, söz konusu ilişkinin güçlenmesine katkıda bulunmuş olabilir. Nitekim İran örneğinde yürütülen çalışmada da epistemik güven ve epistemik inanırlık alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkiler raporlanmıştır (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024). Öte yandan, hem özgün ölçek çalışmalarında hem de diğer kültürlerde yürütülen uyarlama çalışmalarında olduğu gibi (Campbell ve ark., 2021, 2025; Greiner ve ark., 2025; Rodriguez Quiroga ve ark., 2024), epistemik güven ile güvensizlik arasında negatif yönde, güvensizlik ile inanırlık arasında ise güçlü

pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Buna ek olarak, alt boyutlara ait maddelerin tamamının kabul edilebilir faktör yüklerine sahip olması ve maddelerin beklenen yönlerde ilgili faktörlere yüklenmesi dikkate alındığında, faktör analizi sonuçları ile faktörler arası ilişkilerin birlikte değerlendirilmesi sonucunda EGGİ-R'nin yapısal tutarlılığının Türkiye örnekleminde de korunduğu düşünülmüştür.

Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin bulgular, epistemik güven ve epistemik inanırlık alt boyutları için elde edilen katsayıların hem özgün EGGİ formunda hem de farklı kültürlerde yürütülen uyarlama çalışmalarında bildirilen değerlerle uyumlu biçimde kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Campbell ve ark., 2021; Damjanović ve ark., 2023; Greiner ve ark., 2025; Liotti ve ark., 2023; Rodriguez Quiroga ve ark., 2024; Weiland ve ark., 2024). Buna karşın, epistemik güvensizlik alt boyutuna ilişkin Cronbach alfa katsayısı ($\alpha = .65$), ölçme araçlarında yaygın olarak referans verilen .70 sınırının altında kalmaktadır. Bununla birlikte, özellikle madde sayısı sınırlı alt boyutlardan oluşan çok boyutlu ölçeklerde .60 ve üzerindeki alfa değerlerinin “kabul edilebilir” ya da “sınırlı fakat yeterli” olarak değerlendirilebileceği yönünde görüşler bulunmaktadır (DeVellis, 2017; Taber, 2018). Nitekim, orijinal İngilizce form dışındaki tüm kültürel uyarlama çalışmalarında epistemik güvensizlik alt boyutu için rapor edilen alfa değerlerinin .48 ile .68 arasında değiştiği görülmektedir (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Damjanović ve ark., 2023; Greiner ve ark., 2025; Liotti ve ark., 2023; Rodriguez Quiroga ve ark., 2024; Weiland ve ark., 2024). Bu nedenle Türkçe formda elde edilen iç tutarlılık katsayısının görece düşük olmasının kültürel ya da çeviriye özgü bir farklılıktan ziyade, epistemik güvensizlik boyutunun kavramsal heterojenliği ve madde yapısı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Madde–toplam test puanı korelasyon katsayıları incelendiğinde, tüm maddelerin alt boyut toplam puanlarıyla pozitif yönde ilişkili olması ve Madde 15 ($r = .24$) dışında tüm maddelerin düzeltilmiş madde–toplam test puanı korelasyonlarının

kabul edilen alt sınırın (.30) üzerinde olması, maddelerin genel olarak ölçtükleri alt boyutlarla tutarlı olduğunu göstermektedir. Epistemik inanırlık alt boyutundaki maddeler genel olarak bireyin başkalarından etkilenmeye açıklığı ve bilişsel kararsızlığı gibi güncel eğilimleri yansıtırken, Madde 15 daha çok geçmişte yaşanmış ilişkisel deneyimlere ve bu deneyimlerin sonuçlarına odaklanmaktadır. Bu fark, maddenin alt boyut toplam puanıyla daha düşük bir ilişki göstermesini açıklayabilir. Buna rağmen, maddenin kabul edilebilir faktör yüküne sahip olması, epistemik inanırlık yapısının deneyimsel bir yönünü yakaladığını gösteriyor olabilir.

Ölçeğin yakınsak geçerliliğini değerlendirmek amacıyla, EGGİ-R alt boyutları ile psikopatoloji düzeyini yansıtan Kısa Semptom Envanteri puanları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen bulgular, hem özgün EGGİ hem de revize formuna ilişkin çalışmalarda bildirilen sonuçlarla uyumlu biçimde, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık boyutlarının psikopatoloji ile anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur (Campbell ve ark., 2021, 2025; Greiner ve ark., 2025; Liotti ve ark., 2023; Riedl ve ark., 2024). Bu bulgular, epistemik güven sistemindeki bozulmaların, bireyin sosyal bağlamdan gelebilecek potansiyel olarak düzeltici, yeniden yapılandırıcı ya da düzenleyici nitelikteki bilgiyi zihinsel temsillerine entegre etme kapasitesinde aksamaya yol açarak, psikopatoloji açısından önemli bir kırılganlık oluşturduğunu öne süren kuramsal çerçeveye de uyumludur (Fonagy ve ark., 2022; Fonagy ve Campbell, 2017).

Öte yandan bu çalışmada, epistemik güven alt boyutu ile psikopatolojik belirti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Benzer biçimde, özgün EGGİ'yi geliştirme çalışmasında da epistemik güvenin psikopatoloji ile ilişkisi örneklemeler arasında tutarlı bir örüntü sergilememiş; bir örneklemde psikopatolojiyle negatif yönde zayıf bir ilişki rapor edilirken diğer örneklemde anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir (Campbell ve ark., 2021). Ölçeğin geliştiricileri bu bulguları

yorumlarken, epistemik güvenin tıpkı bağlanma literatüründe öne sürülen bazı güvenli bağlanma kavramsallaştırmaları gibi, psikopatoloji karşısında koruyucu bir faktör olmak yerine sosyal işlevselliğin “varsayılan modu”nu temsil ediyor olabileceğini belirtmişlerdir. Buna göre, yüksek düzeyde epistemik güvenin psikopatolojik açıdan ek bir yarar sağlamadığı; ancak epistemik güven sistemindeki bozulmaların gelişimsel süreçte ruhsal bozukluklara yönelik riski artırabileceği ileri sürülmüştür (Campbell ve ark., 2021). Bununla birlikte, ölçeğin farklı kültürlerdeki uygulamalarında epistemik güven boyutuna ilişkin bulguların tutarsız bir görünüm sergilemeye devam ettiği görülmektedir. Bu durum bazı araştırmacılar tarafından, epistemik güven kavramının kendisinden çok, EGGİ’nin epistemik güven alt boyutuna ilişkin ölçüm yapısının sınırlılıklarıyla açıklanmıştır (Asgarizadeh ve ark., 2023; Li ve ark., 2023). Bu eleştiriler, aynı zamanda EGGİ-R formunun geliştirilmesine zemin hazırlayan gerekçelerden biri olmuştur. Ancak revize edilen formda da epistemik güven ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin negatif yönde fakat oldukça zayıf düzeyde olduğu bildirilmiştir ($r = -.12$; Campbell ve ark., 2025). Mevcut çalışmada da epistemik güvenin psikopatolojiyle ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı bulunmaması, revize formla yürütülen sınırlı sayıdaki araştırma göz önüne alındığında, bu bulgunun ölçeğin özelliklerinden mi yoksa epistemik güvenin gerçekten nötr bir sosyal işlevsellik göstergesi olmasından mı kaynaklandığına ilişkin kesin bir çıkarım yapılmasını güçleştirmektedir. Dolayısıyla, EGGİ-R’nin farklı kültürlerde, çeşitli klinik ve topluluk örneklemelerinde farklı ölçüm araçları ile uygulanacağı ek çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

EGGİ-R’nin alt boyutları ile zihinselleştirme kapasitesi arasındaki ilişkiler incelendiğinde, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık boyutlarının zihinselleştirme kapasitesiyle anlamlı ve negatif yönde güçlü ilişkiler gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgular, hem özgün EGGİ çalışmasında hem de farklı kültürlerde

yürütülen uyarlama araştırmalarında elde edilen sonuçlarla paralellik göstermektedir (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Greiner ve ark., 2025; Hauschild ve ark., 2023). Bu örüntü, sosyal ve duygusal durumları anlama, yorumlama ve zihinsel durum çıkarımında bulunma kapasitesindeki bozulmaların bireyin uygun epistemik tutum geliştirme ve sosyal bilgiyi güvenilir biçimde işleme becerisini zayıflatacağına ilişkin kuramsal öngörülerle de tutarlıdır (Fonagy ve ark., 2017b). Mentalizasyon kapasitesinin düşüklüğü, bireyin sosyal iletilerin niyetini doğru biçimde anlamasını güçleştirerek hem aşırı şüpheci hem de aşırı geçirgen epistemik yanıtların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir (Kumpasoglu ve ark., 2025). Bununla birlikte, bu ilişkinin yalnızca zihinselleştirmeden epistemik tutumlara uzanan tek yönlü bir süreç olarak düşünülmemesi gerektiğı de açıktır (Nolte ve ark., 2019). Epistemik işleyişteki bozulmalar da zihinselleştirme kapasitesini zayıflatabilir (Nolte ve ark., 2023). Özellikle epistemik güvenin bozulduğı, epistemik ihtiyatın katılaştığı ya da sosyal iletişime karşı aşırı kuşkuculuğun baskın hale geldiğı durumlarda, birey başkalarının zihinsel durumlarını daha isabetli ve esnek biçimde değerlendirmekte zorlanabilir (Parolin ve ark., 2024).

Öte yandan, epistemik güven alt boyutu ile zihinselleştirme kapasitesi arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir. Literatürde de epistemik güven alt boyutu ile mentalizasyon arasındaki ilişkilerin tutarlı bir örüntü sergilemediğı görülmektedir; bazı çalışmalarda bu iki yapı arasında pozitif yönde ilişkiler bildirilmişken (Benzi ve ark., 2023), diğer çalışmalarda anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir (Greiner ve ark., 2024; Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Campbell ve ark., 2021). Mevcut çalışmanın bulguları da bu tutarsızlığı desteklemektedir. Bu bağlamda, epistemik güven alt boyutuna ilişkin olası ölçümsel sınırlılıkların bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olabileceğı göz önünde bulundurulmalıdır.

Epistemik tutumlar ile bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, kaygılı bağlanma ile epistemik güven alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, kaçınan bağlanma ile epistemik güven arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Bu bulgu, Greiner ve arkadaşları (2024) ile Liotti ve arkadaşları (2023) tarafından yürütülen çalışmalarda epistemik güven alt boyutunun yalnızlık ve kaçınan bağlanma ile negatif yönde ilişkili bulunması, buna karşılık kaygılı bağlanma ile anlamlı bir ilişki göstermemesiyle paralellik göstermektedir. Öte yandan, epistemik güvensizlik alt boyutunun hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunması, önceki çalışmalarla uyumlu biçimde epistemik güvensizliğin farklı güvensiz bağlanma örüntüleriyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Karagiannopoulou ve ark., 2025; Liotti ve ark., 2023). Epistemik inanırlık ise önceki çalışmalara benzer olarak her iki güvensiz bağlanma biçimiyle ilişkili olmakla birlikte (Liotti ve ark., 2023), kaygılı bağlanma ile daha güçlü bir ilişki sergilemiştir.

Bağlanma kuramına ilişkin çağdaş yaklaşımlar, güvensiz bağlanma örüntülerini bireyin erken çevresel koşullara uyum sağlama amacıyla geliştirdiği stratejik yanıtlar olarak ele almaktadır (Luyten ve ark., 2021). Bu perspektife göre kaçınan bağlanma, bakımın öngörülemez, ilişkiselliğin ise düşük karşılıklılığa sahip olduğu ortamlar karşısında bireyin kendine yeterliliği artırarak duygusal bağımlılığı azaltmasını sağlayan bir strateji niteliğindedir (Mikulincer ve ark., 2003). Bu tür bağlamsal koşullarda birey, sosyal kaynaklardan gelen bilgi yerine ağırlıklı olarak kendi gözlemsel deneyimine dayalı bilgi işleme süreçlerine yönelme eğilimi gösterebilir. Bu stratejik geri çekilme, epistemik kanalın daralmasına; dolayısıyla sosyal öğrenme fırsatlarının sınırlandırılmasına ve epistemik güven düzeyinin azalmasına yol açabilir. Karagiannopoulou ve arkadaşlarının (2025) bulguları da, aşırı kesinliğe yönelen zihinselleştirme bozulmalarının kaçınan bağlanma ile epistemik güven düzeyindeki azalma arasındaki

ilişkiyi güçlendirdiğini göstermektedir. Yazarlar bu durumu, daha karmaşık benlik-öteki süreçlerinin stres düzeyini artırarak başkalarına ilişkin olumsuz şemaları harekete geçirmesi ve bunun da savunmacı bağımsızlığı tetiklemesiyle açıklamaktadır. Bu açıdan bakıldığında, kaçınan bağlanma örüntüsü, yalnızca duygusal yakınlıktan kaçınma ile değil, aynı zamanda sosyal öğrenmeye açıklığın daralması ve epistemik güvenin zayıflaması ile karakterize daha geniş bir kişilerarası savunma örüntüsü olarak değerlendirilebilir.

Kaygılı bağlanma ise daha çok bakımın tutarsız olduğu, zihinsel durumların yeterince işaret edilmediği ve öngörülemezliğin yüksek olduğu ilişkisel ortamlarda gelişen bir uyum stratejisi olarak tanımlanmaktadır (Mikulincer ve ark., 2003). Bu örüntü, epistemik inanırlıkla ilişkili aşırı geçirgenlik ve benlik bütünlüğünde dağılmaya yol açabilecek kırılganlıklarla örtüşmektedir. Erken dönemde yaşanan çevresel öngörülemezlik ve bakım tutarsızlığı, bireyin hangi bilginin güvenilir olduğunu ayırt etmesini güçleştirerek, sosyal çevreden gelen iletilerin ya bütünüyle reddedilmesine (epistemik güvensizlik) ya da ayırt edici bir değerlendirme yapılmaksızın benimsenmesine (epistemik inanırlık) zemin hazırlayabilir (Orme ve ark., 2019).

Epistemik güven ölçeğinin alt boyutları ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiler incelendiğinde, epistemik güvenin algılanan sosyal destek ile pozitif yönde; epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın ise algılanan sosyal destek ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgular, özgün EGGİ-R çalışmasının sonuçlarıyla uyumludur. Campbell ve ark. (2025), epistemik güvenin özellikle algılanan sosyal destekle daha yakın ilişkili olduğunu ve bu durumun sosyal bağlar aracılığıyla psikolojik dayanıklılığı güçlendirme potansiyeline işaret ettiğini belirtmiştir. Öte yandan epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık boyutlarının algılanan sosyal destekle negatif yönde ilişkili olması, bağlanma bulgularını destekler niteliktedir. Epistemik güvensizliği yüksek bireyler, başkalarının niyetlerini çoğunlukla olumsuz, ilgisiz ya da

tehditkâr olarak değerlendirme eğiliminde olduklarından, sosyal destek kaynaklarını güvenilir ve erişilebilir olarak algılamakta zorlanabilirler. Epistemik inanırlığı yüksek bireylerde ise sosyal bilgiye yönelik aşırı geçirgenlik ve sömürüye açıklık, kişilerarası ilişkilerde olumsuz deneyimlerin birikmesine yol açabilir. Bu durum, güvenilmez ya da istismar edici sosyal etkileşimlerle karşılaşma olasılığını artırarak bireyin sosyal çevreden aldığı desteği daha düşük algılamasına neden olabilir.

Demografik değişkenlerle ilişkiler incelendiğinde, mevcut çalışma epistemik tutumların cinsiyet ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Alanyazında demografik faktörlerle ilişkilerin oldukça tutarsız bir görünüm sergilemesi de dikkat çekicidir. Örneğin, Liotti, Milesi ve ark. (2023) cinsiyetler arasında hiçbir alt boyutta anlamlı fark bildirmezken; Weiland ve ark. (2024) yalnızca kadınların epistemik güven düzeylerinin erkeklere kıyasla bir miktar daha yüksek olduğunu, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık açısından ise cinsiyet farkı bulunmadığını raporlamıştır. Buna karşılık Campbell ve ark. (2021), kadınların epistemik güven ve epistemik inanırlık puanlarının daha yüksek, erkeklerin ise epistemik güvensizlik puanlarının daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Benzer biçimde Asgarizadeh ve Ghanbari (2024), kadınların epistemik güven düzeylerinin daha yüksek, epistemik güvensizlik düzeylerinin ise daha düşük olduğunu; ancak epistemik inanırlığın cinsiyet açısından farklılaşmadığını göstermiştir.

Yaş değişkenine ilişkin bulgular da benzer bir heterojenlik sergilemektedir. Asgarizadeh ve Ghanbari (2024), epistemik güvenin yaşla pozitif, epistemik güvensizliğin ise negatif yönde ilişkili olduğunu; epistemik inanırlığın ise yaşla ilişkili olmadığını raporlamıştır. Campbell ve ark. (2021) ise yaş ile epistemik güven ($r = -.16$) ve epistemik inanırlık ($r = -.11$) arasında küçük fakat anlamlı negatif ilişkiler bulunduğunu, epistemik güvensizliğin ise yaşla ilişkili olmadığını bildirmiştir. Liotti ve

ark. (2023) çalışmalarında yaş yalnızca epistemik güvensizlikle negatif yönde ilişkili bulunmuş, diğer alt boyutlarla anlamlı ilişki gözlenmemiştir.

Eğitim düzeyine ilişkin bulgular alanyazında genel olarak tutarsız olmakla birlikte, bazı ayırt edici örüntüler gözlenmektedir. Mevcut çalışmada yalnızca epistemik güvensizlik alt boyutu eğitim düzeyiyle düşük düzeyde negatif ilişki göstermiştir. Bu sonuç, Weiland ve ark. (2024) ile Liotti ve ark. (2023) çalışmalarında daha yüksek eğitim düzeyinin epistemik güvensizlikte azalma ile ilişkili bulunduğu yönündeki bulgularla uyumludur. Bu örüntü, akademik bağlamda bireylerin sosyal bilgi kaynaklarının güvenilirliğini ayırt etmeye yönelik daha gelişmiş bilişsel beceriler edinmelerinin epistemik güvensizliği azaltabileceği yönündeki kuramsal açıklamalarla desteklenmektedir (Durkin ve Shafto, 2016). Öte yandan, Asgarizadeh ve Ghanbari (2024) hem epistemik güvensizlik hem de epistemik inanırlığın eğitimle düşük düzeyde negatif ilişkiler sergilediğini, epistemik güvenin ise eğitim düzeyine duyarlı olmadığını bildirmiştir. Campbell ve ark. (2021) çalışmasında ise yalnızca epistemik inanırlığın eğitim düzeyiyle küçük ve negatif yönde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, epistemik tutumların demografik değişkenlere duyarlılığının genel olarak düşük olduğu, gözlenen demografik etkilerin ise kültürler ve örneklemeler arasında tutarlı bir örüntü sergilemediği söylenebilir.

Mevcut çalışma bütüncül olarak değerlendirildiğinde, EGGİ-R'nin Türkçe formunun epistemik güven sisteminin üç temel bileşenini—epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık—kültürel bağlamda yeterli psikometrik özelliklerle değerlendirebildiği görülmektedir. Bulgular, özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık boyutlarının psikopatoloji, zihinselleştirme kapasitesi, bağlanma örüntüleri ve sosyal işlevsellik gibi klinik açıdan önemli alanlarla güçlü ilişkiler sergileyerek ölçeğin kuramsal temelleriyle uyumlu bir şekilde çalıştığını göstermiştir. Buna karşılık epistemik güven alt boyutunun daha sınırlı ve tutarsız ilişkiler ortaya

koyması, hem özgün çalışmalarda bildirilen örüntülere paralel hem de bu boyuta ilişkin ölçüm yapısının gelecekte daha ayrıntılı biçimde ele alınması gerekliliğine işaret etmektedir. Genel olarak bu bulgular, EGGİ-R'nin Türkçe formunun epistemik tutumların değerlendirilmesi için geçerli bir araç sunduğunu; ancak özellikle epistemik güven boyutunun ölçümsel gücünü artırmaya yönelik çalışmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

4.2. ZİHİNSELLEŞTİRME İLE PSİKOPATOLOJİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE EPİSTEMİK TUTUMLAR VE İLİŞKİSEL SÜREÇLERİN ROLÜNE İLİŞKİN ÇALIŞMANIN BULGULARININ TARTIŞILMASI

Ana çalışmanın temel amacı, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve kişilerarası süreçlerin aracı rollerini incelemektir. Elde edilen bulgular birlikte değerlendirildiğinde, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji ile güçlü ve anlamlı biçimde ilişkili olduğu; bu ilişkide özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın daha belirgin bir rol oynadığı görülmüştür. Kişilerarası süreçler açısından ise yatıştırılma, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal desteğin aracılık rolünün daha belirgin olduğu; buna karşılık sosyal model alma, olumlu duyguları artırma ve bakış açısı edinme boyutlarının daha sınırlı ya da istatistiksel olarak anlamsız sonuçlar verdiği anlaşılmıştır. Bu doğrultuda, araştırmanın hipotezleri kısmen desteklenmiştir.

Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve kişilerarası duygu düzenleme boyutlarının seri aracılık rollerini öngören Hipotez 1 değerlendirildiğinde, sosyal model alma, olumlu duyguları artırma ve bakış açısı edinme boyutları için hiçbir epistemik tutum üzerinden anlamlı bir seri aracılık yolu saptanmamıştır. Dolayısıyla Hipotez 1a, 1c ve 1d desteklenmemiştir. Buna karşılık, kişilerarası duygu düzenleme boyutları arasında yalnızca yatıştırılmanın, epistemik güven ve epistemik inanırlık üzerinden anlamlı seri aracılık yolları gösterdiği; ancak

epistemik güvensizlik üzerinden anlamlı bir yol sunmadığı görülmüştür. Bu nedenle Hipotez 1b'nin kısmen desteklendiği söylenebilir.

Zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve aşırı güvence arayışının seri aracılık rollerini öngören Hipotez 2 ise yalnızca epistemik inanırlık üzerinden anlamlı bulunmuştur. Bu nedenle, Hipotez 2 kısmen (yalnızca epistemik inanırlık boyutu açısından) desteklenmiş epistemik güven ve epistemik güvensizlik için desteklenmemiştir.

Benzer biçimde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar ve algılanan sosyal desteğin seri aracılık rollerini öngören Hipotez 3 değerlendirildiğinde, bu yolun yalnızca epistemik güven üzerinden anlamlı olduğu, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık üzerinden ise desteklenmediği görülmüştür. Dolayısıyla Hipotez 3'ün de kısmen desteklendiği sonucuna varılmıştır. İzleyen alt başlıklarda bu bulgular ilgili alanyazın eşliğinde ayrıntılı olarak tartışılacaktır. Mevcut tez çalışmasının kesitsel desene sahip olması nedeniyle, söz konusu aracılık örüntülerinin nedensel bir sıra içinde işlediğine ilişkin kesin çıkarımlar yapmak mümkün değildir. Bu nedenle aşağıda sunulan yorumlar, değişkenler arasındaki ilişkisel örüntüleri açıklamaya yönelik teorik çıkarımlar ile sınırlı tutulmalı; nedensel çıkarımlar konusunda temkinli olunmalıdır.

4.2.1. Korelasyonel Analiz Bulgularının Değerlendirmesi

4.2.1.1. Psikopatoloji Belirti Düzeyi ile Zihinselleştirme Güçlükleri, Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Psikopatoloji belirti düzeyi ile araştırmada ele alınan değişkenler arasındaki korelasyon örüntüsü öncül çalışmanın sonuçlarıyla önemli ölçüde örtüşmektedir. İlişkilerin yönü, büyüklüğü ve genel dağılımı bakımından gözlenen bu paralellik, mevcut bulguların kuramsal beklentilerle uyumlu, Türkiye örnekleminde de geçerli ve

görece tutarlı bir örüntü sunduğunu düşündürmektedir. Epistemik tutumlara dair elde edilen benzer sonuçlar aynı zamanda, EGGİ-R'nin bu örnekleme beklenen ilişkileri yakalayabilen işlevsel bir ölçüm aracı olarak çalıştığına dair dolaylı bir destek de sağlamaktadır.

İlk olarak, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki güçlü pozitif ilişki, zihinselleştirme becerisindeki zayıflıkların farklı psikopatoloji görünümleriyle ilişkili olduğunu gösteren önceki çalışmalarla uyumludur (Johnson ve ark., 2022). Bu çerçevede, bireyin hem kendi zihinsel durumlarını hem de başkalarının niyet, duygu ve düşüncelerini yeterince doğru, esnek ve bütünlüklü biçimde değerlendirememesi, duygu düzenlenmesi ve kişilerarası uyumun sağlanması gibi temel düzenleyici işlevlerde aksamalara yol açarak psikopatolojik belirtilerin yoğunlaşmasına katkıda bulunabilir (Feldman, 2017). Alanyazındaki ampirik çalışmalarda da zihinselleştirmenin depresyon, anksiyete bozuklukları ve sınır durum kişilik bozukluğu gibi farklı klinik görünümle ilişkili olduğu ve bunun yanı sıra iyi oluş gibi daha genel psikolojik uyum göstergeleriyle de anlamlı bağlantılar sergilediği bildirilmektedir (Rifkin-Zybutz ve ark., 2021; Schwarzer ve ark., 2026). Mevcut çalışmada elde edilen bulgular da zihinselleştirme güçlüklerinin genel psikopatoloji belirti düzeyi ile ilişkili olduğunu göstererek, zihinselleştirmenin psikopatoloji açısından temel bir tanımlarüstü kırılma faktörü olduğu yönündeki kuramsal yaklaşımı desteklemektedir (Luyten ve ark., 2020).

Epistemik tutumlara ilişkin bulgular değerlendirildiğinde, öncül çalışmayla tutarlı biçimde epistemik güven ile psikopatoloji belirti düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamış ancak epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık ile psikopatoloji arasında pozitif yönde, orta ile orta-yüksek düzey arasında değişen anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sosyal olarak iletilen bilgiye yönelik katı güvensizlik ya da yeterli ayırt etme olmaksızın açık olma eğiliminin psikolojik uyum açısından risk oluşturabileceğine ilişkin kuramsal çıkarımlar, mevcut çalışmanın bulgularıyla da

desteklenmiştir (Fonagy ve ark., 2022). Bununla birlikte, söz konusu ilişkilerin olası anlamı ve kuramsal sonuçları öncül çalışmanın tartışma bölümünde ele alındığından, burada yeniden tartışılmamıştır. Ancak öncül çalışmanın bulgularının yeniden üretilmiş olması, hem elde edilen sonuçların tutarlılığına hem de ölçüm aracının güvenilirliğine ilişkin destekleyici bir gösterge olarak değerlendirilebilir.

Kişilerarası duygu düzenleme stratejileri açısından elde edilen sonuçlar ise daha farklı bir örüntü sunmaktadır. Bakış açısı edinme ve sosyal model alma stratejilerinin psikopatoloji ile zayıf ama anlamlı pozitif ilişkiler göstermiştir. Literatürde bu iki stratejinin psikolojik sıkıntı ile ilişkisine dair bulguların tutarlı olmadığı görülmektedir. Bazı çalışmalarda bakış açısı edinmenin daha düşük düzeyde stres ve kaygı ile ilişkili olduğu bildirilirken (Chan ve Rawana, 2021), bazı çalışmalarda depresyon ve kaygı belirtileriyle pozitif yönde ilişkiler bulunmuş (Lotfi ve ark., 2021), bazı araştırmalarda ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Ray-Yol ve ark., 2022). Benzer biçimde, sosyal model alma stratejisinin de bazı örneklerde genel psikopatoloji belirti düzeyi ile zayıf düzeyde pozitif ilişkiler gösterdiği (Messina ve ark., 2022), bazı çalışmalarda ise bu ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bildirilmiştir (Gökdağ, 2021; Gökdağ ve ark., 2019). Bu tutarsız örüntü, söz konusu stratejilerin doğrudan işlevsel ya da işlevsiz olarak sınıflandırılmasının güç olduğunu düşündürmektedir. Diğer yandan, mevcut kesitsel çalışmada gözlenen pozitif ilişkiler, bu stratejilerin psikopatolojiyi artırmasından çok, psikolojik sıkıntı düzeyi yükseldikçe bireylerin başkalarının bakış açılarına ve davranış örüntülerine daha fazla başvuruyor olabileceğine işaret ediyor olabilir. Özellikle Türkiye gibi ilişkiselliğin ve sosyal karşılıklılığın görece belirgin olduğu kültürel bağlamlarda, duygusal zorlanma karşısında başkalarının önerilerine, değerlendirmelerine ya da model oluşturabilecek davranışlarına başvurmak daha olağan bir kişilerarası düzenleme yolu olarak görülebilir. Kağıtçıbaşı'nın özerk-ilişkisel benlik modeli, Türkiye gibi bağlamlarda benliğin yalnızca bireysel özerklik üzerinden değil,

ilişkisel bağıllık ve karşılıklılık üzerinden de örgütlenebileceğini öne sürmektedir (Kagıtcıbası, 1996; Kagıtcıbası, 2005). Bu nedenle, başkalarının bakış açısına başvurma ya da başkalarının baş etme biçimlerini model alma, her zaman işlevsiz bir bağımlılık göstergesi olarak değil, kültürel ve ilişkisel bağlam içinde olağan bir düzenleme yolu olarak değerlendirilebilir. Liddell ve arkadaşlarının (2019) kültürler arası çalışmasında Doğu Asyalı katılımcıların sosyal model alma ve bakış açısı edinme stratejilerini Batılı katılımcılara kıyasla daha fazla kullandıklarının gösterilmiş olması da bu yorumu destekler niteliktedir. Dolayısıyla, psikolojik sıkıntı arttıkça bu stratejilere daha fazla başvurulması, mevcut çalışmada korelasyonel düzeyde pozitif ilişkilerin ortaya çıkmasına katkıda bulunmuş olabilir.

Olumlu duyguları artırma ile psikopatoloji arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış olması da alanyazındaki karışık bulgularla uyumludur. Benzer şekilde, bazı çalışmalarda olumlu duyguları artırmanın depresyon ile negatif ilişkili olduğu ve bu nedenle koruyucu bir işlev taşıdığı öne sürülürken (Akkuş ve Peker, 2022; Altan-Atalay ve Sarıtas-Atalar, 2022), bazı çalışmalarda bu değişken ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Gökdağ, 2021; Ray-Yol ve ark., 2022). Ayrıca bazı araştırmalarda bu ilişkinin yalnızca belirli semptomlarla sınırlı kaldığı görülmektedir. Örneğin, genç yetişkinlerle yürütülen bir çalışmada olumlu duyguları artırma ile depresyon arasında zayıf düzeyde negatif bir ilişki saptanırken, anksiyete ve stres ile anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Chan ve Rawana, 2021). Benzer şekilde, İtalyan örnekleminde de bu strateji ile genel psikopatoloji arasında anlamlı bir ilişki gösterilememiştir (Messina ve ark., 2022). Bu doğrultuda, olumlu duyguları artırma stratejisinin genel psikopatoloji düzeyinden ziyade depresyon ya da kaygı gibi belirli duygusal yaşantıların düzenlenmesinde etkili olabileceği düşünülebilir.

Öte yandan, yatıştırılma stratejisinin psikopatoloji ile daha güçlü pozitif ilişki göstermesi, alanyazındaki görece tutarlı bulgularla paralellik göstermektedir. Önceki

çalışmalarda yatıştırılma arayışının özellikle kaygı, depresyon, stres ve genel psikolojik sıkıntı ile pozitif yönde ilişkili olduğu sıklıkla bildirilmiştir (Altan-Atalay ve Saritas-Atalar, 2022; Gokdag ve ark., 2018; Gökdağ, 2021; Koç ve ark., 2019). Bu strateji, başkalarından teselli ve rahatlatma arama yönüyle ilk bakışta uyumlu bir sosyal destek arama biçimi gibi görünse de, bazı durumlarda bireyin kendi içsel düzenleme kapasitesindeki yetersizliğin ya da yoğun olumsuz duygulanımının bir göstergesi olarak ortaya çıkabilmektedir (Hofmann, 2014; Hofmann ve ark., 2016; Messina ve ark., 2022). Özellikle duygusal yükü yüksek olan bireylerin, duygusal dengeyi yeniden kurabilmek için dışsal yatıştırıcı kaynaklara daha fazla ihtiyaç duyması, yatıştırılma ile psikopatoloji arasındaki daha güçlü pozitif ilişkiyi açıklayabilir.

Benzer biçimde, aşırı güvence arayışı ile psikopatoloji arasındaki pozitif ve orta-yüksek düzeyde ilişki de bu değişkenin psikolojik sıkıntı ile yakından ilişkili bir kişilerarası kırılганlık göstergesi olabileceğini düşündürmektedir. Coyne'un depresyona yönelik kişilerarası kuramından bu yana aşırı güvence arayışı, bireyin kendi değeri, sevillebilirliği ya da ilişkilerinin güvenliği konusunda başkalarından tekrarlayıcı biçimde onay alma gereksinimi duymasıyla ilişkili bir örüntü olarak tanımlanmaktadır (Coyne, 1976; Joiner, 1999). Alanyazında da aşırı güvence arayışının depresyon başta olmak üzere kaygı belirtileri, düşük iyi oluş ve çeşitli klinik belirti örüntüleriyle ilişkili olduğu; kişilerarası duygu düzenleme bağlamında değerlendirildiğinde ise bireyin olumsuz duygulanımını başkalarından aldığı onay ve rahatlatma yoluyla düzenleme çabasını yansıtabileceği belirtilmektedir (Abe ve Nakashima, 2022; Cougle ve ark., 2012; Dixon-Gordon ve ark., 2018; Stewart ve Harkness, 2017).

Son olarak, algılanan sosyal destek ile psikopatoloji arasındaki negatif yönlü ilişkinin, alanyazında tutarlı biçimde bildirilen koruyucu etki örüntüsüyle uyumlu olduğu görülmektedir. nceki alışmalar, algılanan sosyal desteğin düşüklüğünün özellikle depresyon bağlamında daha yüksek belirti şiddeti, daha zayıf

iyileşme/remisyon olasılığı ve daha olumsuz işlevsellik sonuçlarıyla ilişkili olduğunu, ayrıca bipolar bozukluk ve anksiyete bozuklukları açısından da benzer bir örüntüye sahip olduğunu göstermektedir (Wang ve ark., 2018).

4.2.1.2. Zihinselleştirme Güçlükleri ile Epistemik Tutumlar ve İlişkisel Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Zihinselleştirme ile epistemik tutumlar arasındaki ilişkiler değerlendirildiğinde, hem öncül çalışma hem de alanyazındaki bulgularla tutarlı biçimde, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın zihinselleştirme güçlükleri ile pozitif yönde ve görece güçlü ilişkiler gösterdiği görülmektedir. Bu ilişkiler öncül çalışmanın tartışma bölümünde ele alındığından, burada yeniden tartışılmamıştır. Buna karşılık, öncül çalışmada epistemik güven ile zihinselleştirme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamışken, mevcut çalışmada zayıf düzeyde ancak kuramsal beklentinin ters yönünde bir ilişki bulunmuştur. Epistemik güven alt boyutuna ilişkin bu farklılık, literatürde bu boyuta dair bulguların tutarsızlığı ile benzerlik göstermektedir. Bu bağlamda, bazı çalışmalarda epistemik güven ile zihinselleştirme arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken (Asgarizadeh ve Ghanbari, 2024; Campbell ve ark., 2021), bazı araştırmalarda ise kuramsal beklentilerin tersine, bu çalışma ile benzer şekilde düşük düzeyde fakat anlamlı negatif ilişkiler rapor edilmiştir (Benzi ve ark., 2023; De Coninck ve ark., 2024).

Kişilerarası duygu düzenlemenin tüm alt boyutlarının zihinselleştirme güçlükleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu ilişkilerin özellikle sosyal model alma, yatıştırılma ve bakış açısı edinme boyutlarında daha belirgin olması, zihinselleştirme güçlükleri arttıkça bireylerin duygusal zorlanmalarını düzenleyebilmek için başkalarının değerlendirmelerine, tepkilerine ve yatıştırıcı işlevlerine daha fazla başvuruyor olabileceğini düşündürmektedir. Bu örüntü, kişilerarası duygu düzenleme

stratejilerinin daha sık kullanılmasının, bazı durumlarda bireyin içsel duygu düzenleme mekanizmalarındaki yetersizlikleri telafi etmeye yönelik bir çabayı yansıtabileceğini öne süren yaklaşımlarla da uyumludur (Dixon-Gordon ve ark., 2018). Buna karşılık, olumlu duyguları artırma alt boyutu ile zihinselleştirme güçlükleri arasındaki ilişkinin daha sınırlı düzeyde kalması, bu stratejide bireyin karşısındaki kişiden belirli bir yorum, yönlendirme ya da zihinsel durumlara ilişkin karmaşık bir geri bildirim beklemesinden çok, başkalarının varlığından ya da olumlu bir yaşantının paylaşılmasından yararlanması ile ilgili olabilir. Bu nedenle olumlu duyguları artırma, sosyal model alma, yatıştırılma ve bakış açısı edinme stratejilerine kıyasla zihinselleştirme kapasitesine daha az bağımlı bir kişilerarası düzenleme biçimi olabilir.

Ek olarak, aşırı güvence arayışı ile zihinselleştirme güçlükleri arasında güçlü bir pozitif ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, zihinselleştirme güçlüklerinin ilişkisel bağlamda sergilenen belirli davranış örüntüleriyle de bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Coyne'un kişilerarası depresyon kuramı ve bu kuramı izleyen çalışmalar, depresif belirtiler gösteren bireylerin zaman zaman aşırı güvence arayışı, olumsuz geri bildirim arama ya da konuşmada kendine odaklanma gibi başkaları üzerinde uzaklaştırıcı etki yaratabilen kişilerarası davranışlar sergileyebildiklerini öne sürmektedir (Coyne, 1976; Joiner, 1999; Prinstein ve ark., 2005). Bu bağlamda, zihinselleştirme becerisindeki zayıflıkların, bireyin aşırı güvence arayışı gibi davranışlarının karşı tarafta yarattığı ilgisizlik ya da rahatsızlık sinyallerini fark etmesini zorlaştırabileceği düşünülmektedir (Fearey, 2022; Hudson ve ark., 2018). Dolayısıyla zihinselleştirme güçlükleri, aşırı güvence arayışının sürdürülmesine katkıda bulunan önemli bir ilişkisel etken olarak değerlendirilebilir.

Son olarak bulgular, algılanan sosyal desteğin düşüklüğünün zihinselleştirme güçlükleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Alanyazında hem klinik hem de klinik olmayan örneklerde yürütülen çalışmalar da zihinselleştirme ile algılanan sosyal

destek arasında benzer yön ve büyüklükte ilişkiler ortaya koymuştur (Komoróczy ve ark., 2024). Zihinselleştirme güçlükleri yaşayan bireyler başkalarının niyetlerini daha tehdit edici, reddedici ya da tutarsız biçimde yorumlamaya yatkın olabilir ve bu durum sosyal çevreyi daha az destekleyici olarak algılamalarına katkıda bulunabilir (Galvez-Merlin ve ark., 2024). Diğer yandan, güncel kuramsal yaklaşımlar zihinselleştirmenin yalnızca erken bakım ilişkileriyle sınırlı bir gelişimsel süreç olmadığını ve akran ilişkileri ve daha geniş sosyokültürel bağlam içinde de biçimlendiğini ortaya koymaktadır (Campbell ve Allison, 2022). Bu bakımdan, bireyin çevresinden aldığı desteğin niteliği, bu çevrenin zihinselleştirmeyi destekleyici kapasitesi ve kişinin bu tür ilişkiler içinde bulunma olasılığı, zihinselleştirme kapasitesiyle karşılıklı etkileşim içinde olabilir.

4.2.2. Zihinselleştirme Güçlükleri ile Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Epistemik Tutumların ve İlişkisel Süreçlerin Aracı Rollerinin Değerlendirilmesi

Mevcut tez çalışmasında, epistemik tutumların ve ilişkisel süreçlerin seri aracı rolleri her bir kişiler arası süreç için ayrı ayrı incelenmiştir. Bu nedenle aşağıdaki alt başlıklarda, her bir ilişkisel sürece ilişkin bulgu ayrı olarak tartışılmıştır. Seri aracılık bulgularına geçmeden önce, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumların basit aracılık rolleri bu bölümde ayrıca değerlendirilmiştir.

Zihinselleştirme güçlüklerinden psikopatolojiye uzanan yolda epistemik tutumların aracı rolleri incelendiğinde, epistemik tutumlar içinde özellikle epistemik güven kapasitesindeki bozulmaların, diğer bir ifadeyle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın dolaylı aracı rol üstlendiği görülmüştür. Bu bulgu, Fonagy ve arkadaşlarının (2017) zihinselleştirme, epistemik güven ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi açıklayan kuramsal yaklaşımıyla uyumludur. Söz konusu yaklaşıma göre, zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmalar, bireyin iletişimin içeriğine ve sosyal bilgi

alışverişine yönelik ilgisini azaltabilmektedir. Bu durumda kişi, başkalarının niyetlerini anlamaya yönelik ilgisini yitirirken, iletişimin sözel ve anlam boyutundan çok gözlenebilir sonuçlarına odaklanmaya başlayabilir (Luyten ve ark., 2020). Böylece sözel iletişim, birey açısından kişisel yaşamı için anlamlı ve dönüştürücü bir bilgi kaynağı olmaktan çıkarak, etkisiz ya da yüzeysel bir içerik olarak deneyimlenebilir. Campbell ve Allison'a (2022) göre, zihinselleştirmedeki bozulmalar aynı zamanda sosyal sinyallerin hatalı yorumlanması nedeniyle bireyin bir iletinin kendisi açısından kişisel olarak ilgili ve anlamlı olduğunu gösteren belirgin (*ostensive*) ipuçlarını uygun biçimde fark edememesine yol açabilmektedir. Bu nedenle yeterli bir zihinselleştirme kapasitesi, uygun bir epistemik tutum belirleyebilmek için önemli bir öncül olarak işlev görebilmektedir.

Epistemik güven oluşmadığında, bireyi yanlış yönlendirilmekten koruyan doğal bir epistemik ihtiyat (*epistemic vigilance*) sürmektedir (Fonagy ve ark., 2017b). Bu durum, sosyal etkilenmeye karşı temkinli olmayı sağlayan görece uyumlu bir yön taşısa da, sosyal öğrenmenin sınırlanması gibi önemli bir maliyet doğurmaktadır. Bireyin sosyal çevreden gelen bilgiyi kendisi için kullanılabilir ve dönüştürücü bir kaynak olarak değerlendirememesi, zamanla sosyal deneyimlerden öğrenme ve davranışını sosyal geri bildirim doğrultusunda değiştirme kapasitesini de sınırlandırmaktadır (Nolte ve ark., 2019). Bu durum bireyin, normalleştirici sosyal etkilenmeye ve hatta terapötik etkiye görece kapalı hale gelmesine neden olabilir (Fonagy ve ark., 2017). Bu nedenle epistemik güvensizlik, psikopatolojinin oluşmasına ve sürmesine katkıda bulunan önemli bir mekanizma olarak düşünülmektedir.

Psikopatolojinin sürdürülmesinde epistemik inanırlığın rolü de ayrıca dikkate değerdir. Campbell ve arkadaşları (2021), epistemik inanırlık ile genel öz-yeterlik arasında negatif yönlü bir ilişki bulunduğunu göstermiş ve bu bulguyu, epistemik inanırlığın psikopatoloji ile ilişkisinde fail olma duygusunun önemli bir yer tutabileceği

şeklinde yorumlamıştır. Aynı çalışmada epistemik inanırlığın çocukluk çağı olumsuz yaşantıları, zihinselleştirme güçlükleri, güvensiz bağlanma ve psikopatoloji belirtileriyle ilişkili bulunması da bu boyutun gelişimsel ve klinik açıdan anlamlı bir kırılganlık göstergesi olabileceğini düşündürmektedir (Campbell ve ark., 2021).

Uygun zihinselleştirmenin eşlik ettiği ilişkiler, kişinin hem kendisinin hem de karşısındakinin öznelliğinin ve fail oluşunun tanınmasını içerir. Bu tür ilişkilerde çocuk, yalnızca davranışları üzerinden değil; niyetleri, duyguları, arzuları ve düşünceleri olan bir özne olarak ele alınır. Buna karşılık, özellikle erken çocukluk döneminde bakım verenin zihinselleştirme kapasitesinin yetersiz kaldığı, çocuğun içsel yaşantılarının yeterince görülmediği ya da geçersizleştirildiği ilişkilerde, çocuğun kendi zihinsel durumlarını anlamlandırması güçleşebilir. Fonagy ve Luyten'e (2018) göre kötü muamele ve ihmal, ebeveyn-çocuk arasındaki açık ve yansıtıcı iletişimi zedeleyerek çocuğun içsel durumlar ile davranışlar arasındaki bağlantıları öğrenmesini güçleştirebilir. Bu durumda çocuk, başkalarının eylemlerinin ardındaki niyetleri ayırt etmekte zorlanabilir ve bu eylemleri niyetli olmaktan çok kaçınılmaz ya da değiştirilemez olarak deneyimleyebilir. Bu tür gelişimsel koşullar, öznel kendilik deneyiminin daha kırılgan biçimde örgütlenmesine ve kişinin kendi bakış açısı ile başkalarının bakış açıları arasındaki ayrımı esnek biçimde kurmakta zorlanmasına katkıda bulunabilir (Fonagy ve Luyten, 2018).

Böyle bir gelişimsel zemin üzerinde, bireyin kendi değerlendirmesine güvenme ve kendi zihinsel yaşantısını geçerli kabul etme kapasitesi zayıflayabilir (Karagiannopoulou ve ark., 2025). Bu bağlamda, düşük öznellik ve düşük eyleycilik duygusunun, bireyin başkalarının yargılarını kendi değerlendirmesinin önüne koymasına ve dışarıdan gelen bilgiyi yeterince süzmeden kabul etmesine zemin hazırlayabileceği düşünülebilir (Campbell ve ark., 2021). Dolayısıyla epistemik inanırlık, yalnızca başkalarından gelen bilgiye açık olma hali olarak değil; aynı zamanda

bireyin kendi yargısal konumundan geri çekildiği, başkasının yorumuna aşırı ölçüde dayandığı ve kişisel etkinlik duygusunun görece zayıfladığı bir örüntü olarak da ele alınabilir. Buna ek olarak, zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmanın eşlik ettiği epistemik inanırlık durumlarında birey, kendisine bilgi sunan kaynağın niyetlerini, güvenilirliğini ve olası etkilerini yeterince doğru değerlendiremeyebilir. Karşısındaki kişinin ne amaçla konuştuğunu, sunduğu bilginin ne ölçüde kendisi için yararlı olduğunu ya da manipülatif bir yön taşıyıp taşımadığını ayırt etmekte zorlanması, bireyi başkaları tarafından kullanılmaya, yanlış yönlendirilmeye ya da işlevsiz etkilere açık hale getirebilir (Campbell ve Allison, 2022). Benzer biçimde, Brauner ve arkadaşları (2023) epistemik inanırlığın güvenilir olmayan kaynaklara ve düşük olasılıklı açıklamalara açıklıkla ilişkili olabileceğini belirtmektedir. Bu tür bir kırılganlık, özellikle kişilerarası alanda yineleyici hayal kırıklıkları, zarar verici ilişkisel yaşantılar ve benlik bütünlüğünü zedeleyen deneyimler üzerinden psikopatolojinin sürmesine katkıda bulunabilir.

Bu kuramsal yorumlar, son yıllarda biriken ampirik bulgularla da desteklenmektedir. Campbell ve arkadaşları (2021) ile Liotti ve arkadaşları (2023), epistemik tutumların özellikle güvensizlik ve inanırlık boyutlarının hem zihinselleştirme hem de psikopatoloji ile anlamlı biçimde ilişkili olduğunu bildirmiştir. Benzi ve arkadaşları (2023), duygusal istismar ile zihinselleştirme kapasitesindeki bozulmalar arasındaki ilişkide epistemik inanırlığın; duygusal istismar ile zihinselleştirme arasındaki ilişkide ise epistemik güvensizliğin aracı rol oynadığını göstermiştir. Tironi ve arkadaşları (2024) da epistemik güvensizliğin zihinselleştirme güçlükleri, psikolojik uyumsuzluk, erken dönem örselenme yaşantıları ve duyguları işleme güçlükleriyle pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Benzer biçimde Kampling ve arkadaşları (2022), olumsuz çocukluk yaşantılarının yalnızca kişilik işlevlerindeki bozulmalarla değil, aynı zamanda daha yüksek epistemik güvensizlik ve epistemik

inanırlık ile ilişkili olduğunu; ayrıca bozulmuş kişilik işlevselliği ile yüksek epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın travma sonrası stres bozukluğu ve karmaşık travma sonrası stres bozukluğu belirtilerindeki artışla bağlantı gösterdiğini bildirmiştir.

Bununla birlikte mevcut bulgular, zihinselleştirme ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik güvenin anlamlı bir aracı rol üstlenmediğini göstermektedir. Bu sonuç, epistemik güven alt boyutuna ilişkin alanyazında bildirilen tutarsız örüntüyle benzerlik göstermektedir. Toplum örnekleriyle yürütülen bazı çalışmalarda epistemik güven alt boyutu ile zihinselleştirme arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı, ayrıca epistemik güven ile farklı psikopatoloji göstergeleri arasındaki ilişkilerin istikrarlı bir örüntü sergilemediği bildirilmiştir (Campbell ve ark., 2021; Liotti ve ark., 2023; Parolin ve ark., 2024). Benzer biçimde Benzi ve arkadaşlarının (2026) genç yetişkinlerle yürüttüğü çalışmada da çocukluk çağı travması ile somatik belirtiler arasındaki ilişkide epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın aracı rol oynadığı, buna karşılık epistemik güvenin anlamlı bir aracı işlev göstermediği bildirilmiştir. Yazarlar bu bulguyu, travmanın yalnızca sosyal öğrenmeye açıklığı azaltmakla kalmayıp, aynı zamanda iki farklı uyumsuz telafi örüntüsüyle (epistemik güvensizlik ve inanırlık) de ilişkilenebileceği şeklinde yorumlamış, psikopatoloji ile daha yakından ilişkili olan unsurun epistemik güvenin basitçe yokluğu değil, epistemik işleyişteki dengesiz ve uç konumlanmalar olduğunu öne sürmüştür.

Ek olarak, bu çalışmada zihinselleştirmeden epistemik tutumlara uzanan yollar incelenmiş olsa da hem kuramsal hem de ampirik çalışmalar bu ilişkinin tek yönlü bir süreç olarak ele alınmaması gerektiğine işaret etmektedir. Zihinselleştirme ve epistemik tutumların, karşılıklı olarak birbirini etkileyen ve gevşek biçimde eşleşmiş sistemler olarak değerlendirilmesi daha uygun görünmektedir (Fonagy ve ark., 2017). Riedl ve arkadaşlarının (2023) psikosomatik yatan hasta örnekleminde yürüttükleri boylamsal çalışmada da tedavi boyunca epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlıktaki

azalmanın, tedavi sonundaki zihinselleştirme düzeyindeki iyileşmeyi yordadığı gösterilmiştir. Benzer biçimde, Katzman ve Papouchis (2023) zihinsel durumlara aşırı kesinlik atfetmenin, epistemik güvensizliğe karşı gelişen savunmacı bir tepki olarak işleyebileceğini, başka bir ifadeyle bireyin tehdit edici olarak yaşanan kişilerarası deneyimler karşısında yorumlayıcı denetimi elinde tutmaya yönelik bir girişimini yansıtabileceğini ileri sürmektedir.

Son olarak, sosyal ağların zayıflaması ya da bozulması bireyin giderek daha fazla yalıtılmasına ve daha ileri sosyal ya da kişilerarası işlev bozukluklarına yatkın hale gelmesine yol açabilir. Bu açıdan bakıldığında, zihinselleştirme güçlükleri ile epistemik güven kapasitesindeki bozulmalar arasındaki ilişki yalnızca bilişsel bir aksama olarak değil, aynı zamanda bireyin sosyal çevreyle karşılıklı etkileşimini ve bu çevreden yararlanabilme kapasitesini zayıflatan döngüsel bir süreç olarak da düşünülebilir (Nolte ve ark., 2019).

4.2.2.1. Epistemik Tutumlar ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Stratejilerinin Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Zihinselleştirme ve epistemik tutumlara ilişkin önceki çalışmaların önemli bir bölümü, bu yapıların psikopatoloji ile ilişkisini daha çok kişi içi duygu düzenleme güçlükleri üzerinden incelemiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular, özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın, duyguların işlenmesi ve düzenlenmesindeki güçlüklerle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Örneğin Parolin ve arkadaşları (2024), ergenlerden oluşan toplum örnekleminde epistemik güvensizliğin hem duygu düzenleme güçlükleri hem de içselleştirme belirtileriyle pozitif ilişkili olduğunu ve epistemik güvensizlikten içselleştirme belirtilerine giden yolda duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rol oynadığını göstermiştir. Aynı çalışmada, epistemik inanırlıktan duygu düzenleme güçlükleri üzerinden içselleştirme belirtilerine

uzanan dolaylı yolun da anlamlı olduğu bildirilmiştir. Benzer biçimde Liotti ve arkadaşlarının (2024) yürüttükleri çalışmada, epistemik güvensizliğin duyguları işleme ve ifade etme ile, epistemik inanırlığın ise özellikle duyguları işleme boyutuyla ilişkili olduğu olduğu bulunmuştur. Asgarizadeh ve arkadaşlarının (2023) yetişkin toplum örneklemindeki bulguları da hem epistemik güvensizliğin hem de epistemik inanırlığın duygu düzensizliğini yordadığını göstermektedir. Benzer biçimde Kumpasoğlu ve arkadaşları (2025) tarafından hem klinik gruptan olmayan yetişkinleri hem de depresyon ve anksiyete bozukluklarına sahip yetişkinleri içeren örnekleme, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın duygu düzenleme güçlükleriyle ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, epistemik güven kapasitesindeki bozulmaların bireyin etkili kişi içi duygu düzenleme stratejileri edinme ve duyguları işleme becerisini zayıflatabileceği söylenebilir.

Alanyazında zihinselleştirme ve epistemik tutumlar ile kişi içi duygu düzenleme güçlüklerine ilişkin giderek artan bir birikim bulunmasına karşın, kişilerarası duygu düzenleme ile ilişkileri doğrudan inceleyen ampirik çalışmaların henüz bulunmadığı görülmektedir. Mevcut çalışmada zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara, oradan kişilerarası duygu düzenleme stratejileri üzerinden psikopatolojiye uzanan yollar incelendiğinde, bu zincirin yalnızca yatıştırılma boyutu üzerinden anlamlılaştığı görülmüştür. Ancak yatıştırılmanın aracı rolünün de tüm epistemik tutumlar için geçerli olmadığı; yalnızca zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik güven ve epistemik inanırlığa, oradan yatıştırılmaya ve psikopatolojiye uzanan yollarda anlamlılaştığı, epistemik güvensizlik üzerinden kurulan yolun ise anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Epistemik inanırlık, bireyin başkalarından gelen bilgiyi yeterince süzmeden, eleştirel değerlendirmeye tabi tutmadan ve kendi yargısını yeterince devreye sokmadan kabul etmeye yatkın olmasıyla ilişkilidir. Campbell ve arkadaşlarının (2021) inanırlık ile düşük öz-yeterlik arasındaki ilişkiye dayanarak  ne sürdüğü gibi, bu örüntüde kişinin

fail olma, eylemlilik duygusu zayıflamış olabilir. Böyle bir durumda birey, duygusal sıkıntı yaşadığında kendi içsel düzenleme kapasitesine dayanmak yerine, başkalarının sunduğu yatıştırıcı girdiye daha fazla yönelme eğilimi gösterebilir. Bu açıdan yatıştırılma arayışı yalnızca destek arama davranışı değil, aynı zamanda bireyin kendi duygusal durumunu başkasının düzenleyici varlığına bırakma eğilimini de yansıtır olabilir. Bağlanma ile ilgili çalışmalarda da kaygılı bağlanan bireylerin yatıştırılma stratejisini, sıkıntı verici duyguların yükünü karşı tarafa bırakma eğilimiyle kullanabildikleri öne sürülmektedir (Altan-Atalay, 2019). Bu bağlamda, zihinselleştirme ve epistemik inanırlığın yatıştırılma üzerinden psikopatoloji ile ilişkili hale gelmesi, başkalarının düzenleyici girdisine aşırı yaslanmanın kırılganlık yaratabileceğini düşündürmektedir.

Buna karşılık, epistemik güvensizlik üzerinden yatıştırılmaya uzanan yolun anlamlı olmaması da kuramsal olarak anlaşılabilir görünmektedir. Epistemik güvensizlik, başkalarından gelen bilgiyi kuşkuyla karşılama, onu kişisel olarak geçerli bulmama ve sosyal iletişimin dönüştürücü potansiyeline kapalı olma ile ilişkilidir. Böyle bir epistemik konumlanışta birey, duygusal sıkıntı karşısında düzenleyici bir kaynak olarak başkalarına yönelmekten en baştan kaçınabilir. Bu yorumu destekler biçimde, Kumpasoğlu ve arkadaşları (2025) tarafından yürütülen çalışmada epistemik güvensizlik ile kişilerarası sorunların özellikle soğuk/mesafeli ve sosyal olarak çekingen/kaçınan alt boyutları arasında güçlü ilişkiler gözlenmiştir. Bu bulgu, epistemik güvensizliği yüksek bireylerin ilişkisel bağlamda geri çekilmeye, mesafe koymaya ve kişilerarası etkileşimin düzenleyici potansiyelinden daha az yararlanmaya eğilimli olabileceklerini düşündürmektedir. Benzer bir örüntü bağlanma literatüründe de görülmektedir. Messina ve arkadaşlarının (2023) bulguları, kaçınmacı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin kişilerarası duygu düzenleme stratejilerine daha az başvurduğunu (Messina ve ark., 2024) ve bu stratejilerin kaçınma ile depresyon

arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmediğini göstermektedir. Yazarlar bu durumu, kaçınmacı bireylerin duygularını düzenlerken başkalarına yönelmekten çok daha özerk ve bastırıcı düzenleme biçimlerine başvurma eğiliminde olmalarıyla açıklamıştır. Bu nedenle epistemik güvensizlik, bu düzenleme biçimlerine yönelme eğiliminin en baştan zayıf olmasıyla ilişkili olabilir.

Epistemik güven üzerinden uzanan yol ise kuramsal olarak beklenen koruyucu etkiden farklı bir örüntü ortaya koymuştur. Mevcut bulgular, epistemik güvenin yatıştırılma stratejisinin kullanımını artırdığını ve bu yol üzerinden psikopatoloji şiddetiyle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. İlk bakışta paradoksal görünen bu sonuç, kişilerarası duygu düzenleme sürecinin her zaman uyumlu sonuçlar doğurmadığını vurgulayan yaklaşımlar çerçevesinde anlam kazanabilir. Dixon-Gordon ve arkadaşları (2015), kişilerarası duygu düzenleme süreçlerinde başkalarına aşırı bağımlı hale gelmenin, sosyal kaynakları işlevsel biçimde kullanamamanın ya da düzenleyici destek için uygun olmayan kişi ve bağlamlara yönelmenin önemli risk etkenleri oluşturduğunu belirtmektedir. Bu açıdan bakıldığında, zihinselleştirmenin bozulduğu durumlarda epistemik güvenin yarattığı sosyal açıklık üzerinden yatıştırılmaya yönelimin artması, bireyin kendi duygusal dengesini kurmak için başkalarının yatıştırıcı etkisine aşırı ölçüde bağımlı hale geldiği bir örüntüyü güçlendirebilir.

Sosyal model alma, bakış açısı edinme ve olumlu duyguları artırma stratejilerinin bu süreçte anlamlı bir seri aracı rol üstlenmemesi de ayrıca değerlendirilmelidir. Epistemik tutumların dahil edilmediği basit aracılık analizlerinde de bu stratejilerin zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide anlamlı aracı roller göstermemiş olması, söz konusu bulgunun yalnızca seri aracılık modeline özgü olmadığını düşündürmektedir. Zihinselleştirme kapasitesi, bireyin kendi duygularını tanıması, anlamlandırması ve düzenlemesi açısından temel

mekanizmalardan biri olarak değerlendirildiğinde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin daha çok kişi içi duygu düzenleme süreçlerindeki aksamalardan kaynaklanıyor olması mümkündür (Parada-Fernández ve ark., 2021; Vahidi ve ark., 2021). Bu durumda, sosyal model alma, bakış açısı edinme ve olumlu duyguları artırma gibi psikopatoloji ile daha sınırlı ve daha zayıf ilişkiler gösteren kişilerarası stratejilerin bu modelde belirgin aracı roller üstlenmemesi anlaşılabilir görünmektedir. Son olarak, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri ile psikopatoloji arasındaki ilişkilerin alanyazında hali hazırda oldukça tutarsız olduğu da dikkate alınmalıdır (Muslu, 2025). Üstelik bu stratejilerin psikolojik belirtilerle ilişkisi, çoğunlukla depresyon, kaygı ya da belirli klinik belirti alanları üzerinden ele alınmıştır (Hofmann, 2014). Mevcut çalışmada ise genel psikopatolojik belirti düzeyi değerlendirilmiştir. Bu tercih, tanıları üstü bir çerçeve sunması bakımından önemli olmakla birlikte, kişilerarası duygu düzenleme stratejilerinin belirli semptom kümeleriyle kurduğu daha özgül ilişkilerin görünürlüğünü azaltmış olabilir.

4.2.2.2. Epistemik Tutumlar ve Aşırı Güvence Arayışının Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Mevcut çalışmada zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara, oradan da aşırı güvence arayışı üzerinden psikopatolojiye uzanan yollar incelendiğinde, anlamlı seri dolaylı etkinin yalnızca epistemik inanırlık boyutu üzerinden ortaya çıktığı görülmüştür. Ancak epistemik güven ve epistemik güvensizlik üzerinden kurulan yollar anlamlı bulunmamıştır. Kişilerarası duygu düzenleme stratejilerine ilişkin tartışmada da belirtildiği gibi, epistemik güvensizlik güvence arayışını artırmaktan çok, bireyin başkalarına yönelme eğilimini sınırlayan bir örüntü ile ilişkili olabilir. Birey, başkalarından gelen bilginin kendi içsel yaşantısı açısından anlamlı ve yararlı olduğu yönünde temel bir kabule sahip olmadığında ya da başkalarının niyetlerini olumsuz,

kuşku veya tehdit edici olarak değerlendirdiğinde, güvence aramak üzere kişilerarası kaynaklara yönelmekten kaçınabilir.

Buna karşılık, epistemik inanırlıktan aşırı güvence arayışına uzanan anlamlı yol, Fonagy ve Campbell'ın (2015) "epistemik açıklık" kavramsallaştırması çerçevesinde daha anlaşılır olabilir. Bu kavramsallaştırmaya göre, epistemik güven kapasitesinde bozulma yaşayan bireyler, belirsiz kişisel yaşantılar karşısında başkaları tarafından doğrulanma ihtiyacını daha yoğun hissedebilir. Bu durumda kişi, sorular sormayı, başkalarına yönelmeyi ve güvence aramayı sürdürebilir; ancak aldığı bilgi yeterince sindirilemediği ya da kalıcı biçimde içselleştirilemediği için bu arayış doyurucu bir sonuca ulaşmayabilir. Böylece ilk anda bir miktar rahatlatıcı olsa da, giderek süreklilik kazanan, yineleyici ve işlevsizleşen bir güvence arayışı döngüsü ortaya çıkabilir. Bu bulgular, Messina ve arkadaşlarının (2023) bağlanma temelli bulgularıyla da uyumludur. Söz konusu çalışmada, aşırı güvence arayışının bağlanma kaygısı ile depresyon arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı; bağlanma kaygısı yüksek bireylerin sürekli güvence arama ve yoğun duygusal ifade gibi stratejilerle başkalarından destek aradıkları, ancak bu stratejilerin paradoksal biçimde depresif belirtileri artırabildiği gösterilmiştir.

Bu çerçeve, depresyona ilişkin kişilerarası modellerle de örtüşmektedir. Söz konusu modeller, özellikle depresyon bağlamında, bireyin olumsuz benlik algısını doğrulayan geri bildirimlere daha açık hale gelebildiğini ve buna eşlik eden yineleyici güvence arayışı davranışları sergileyebildiğini ileri sürmektedir (Evraire ve Dozois, 2011). Epistemik inanırlığın benlik algısındaki dağınıklık ve istikrarsızlıkla da ilişkili olduğu düşünüldüğünde, bu durum söz konusu döngüyü daha da ağırlaştırabilir; ilişkilerde bağımlı, yapışkan ve zamanla karşı taraf açısından yorucu hale gelebilen davranış örüntülerini pekiştirebilir. Bununla birlikte, zihinselleştirme becerisindeki zayıflıkların da bu süreçte önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Özellikle

zihinselleştirmedeki bozulmalar, bireyin aşırı güvence arayışı gibi davranışlarının karşı tarafta yarattığı ilgisizlik, geri çekilme ya da rahatsızlık sinyallerini fark etmesini güçleştirebilir (Fearey, 2022; Hudson ve ark., 2018). Bu yorumları destekler biçimde, Kumpasoğlu ve arkadaşlarının (2025) bulguları, epistemik inanırlığın kişilerarası işleyişte daha bağımlı ve yapışkan örüntülerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu tür ihtiyaçlı ve aşırı yönelimli davranış örüntüleri, kişilerarası depresyon kuramlarının da öngördüğü biçimde, sosyal reddedilme ya da ilişkisel sorunlara zemin hazırlayarak psikopatolojinin sürmesine ve şiddetlenmesine katkıda bulunabilir.

4.2.2.3. Epistemik Tutumlar ve Algılanan Sosyal Desteğin Seri Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara, oradan da algılanan sosyal destek üzerinden psikopatolojiye uzanan yollar incelendiğinde, anlamlı seri dolaylı etkinin yalnızca epistemik güven boyutu üzerinden ortaya çıktığı görülmüştür. Epistemik güven ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen çalışma sayısı sınırlı olmakla birlikte, mevcut bulgu bu alandaki önceki sonuçlarla paralellik göstermektedir. Campbell ve arkadaşlarının (2025) çalışmasında, epistemik güvenin algılanan sosyal destek ile epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığa kıyasla daha güçlü biçimde ilişkili olduğu bildirilmiş ve bu durum epistemik güvenin sosyal bağlar aracılığıyla dayanıklılığı destekleme potansiyeline sahip olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Bununla birlikte, mevcut çalışmada epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık ile algılanan sosyal destek arasında korelasyonel düzeyde anlamlı ilişkiler saptanmış olsa da, zihinselleştirme güçlükleri modele dahil edildiğinde bu ilişkilerin anlamlı bir seri aracılık etkisine dönüşmediği görülmüştür. Bu noktada Botsford ve Renneberg'in (2020) epistemik güven ile kişilerarası güven arasında yaptığı ayrım açıklayıcı olabilir.

Yazarlara göre kişilerarası güven, daha genel olarak farklı kişiler ve bağlamlar içinde güven nesnelerine yönelik güveni ifade ederken; epistemik güven, kişisel olarak ilgili ve daha geniş bağlamlara genellenebilir nitelikteki sosyal iletişimi almaya açıklığa işaret etmektedir. Her ne kadar bu iki yapı özdeş olmasa da, aralarında belirli bir içeriksel yakınlık bulunmaktadır. Bu açıdan bakıldığında, algılanan sosyal desteğin daha çok kişilerarası güven ile ilişkili olması ve dolayısıyla bireyin başkalarının niyetlerine, duygusal durumlarına ve ilişkisel tutumlarına dair yaptığı çıkarımların sosyal çevreyi değerlendirme biçiminde daha belirleyici olması mümkündür. Buna ek olarak, sosyal destek üzerinden gelen bilginin kendisi için işe yarar ve dönüştürücü bir kaynak oluşturup oluşturmadığına ilişkin değerlendirme, zihinselleştirme kapasitesiyle önemli ölçüde ortaklaşabilir. Dolayısıyla epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın algılanan sosyal destekle olan korelasyonel ilişkileri anlamlı olsa da, aracı modelde zihinselleştirme güçlükleriyle paylaştıkları ortak varyans nedeniyle özgül katkıları sınırlı kalmış olabilir.

4.3. SONUÇ

Bu tez çalışması, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkinin epistemik tutumlar ve ilişkisel süreçler aracılığıyla nasıl şekillendiğini inceleyerek, psikopatolojinin sosyal-bilişsel ve kişilerarası doğasına ilişkin daha bütüncül bir açıklama sunmayı amaçlamıştır. Bu kapsamda yürütülen öncül çalışmada, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği Revize Formu'nun Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiş; ana çalışmada ise zihinselleştirme güçlükleri, epistemik tutumlar, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri, aşırı güvence arayışı, algılanan sosyal destek ve psikopatoloji arasındaki ilişkiler ele alınmıştır.

Öncül çalışma bulguları, EGGİ-R'nin Türkçe formunun epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık olmak üzere üç boyutlu yapısını Türkiye örnekleminde genel olarak koruduğunu göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları kabul edilebilir düzeylerde bulunmuş; epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık alt boyutlarının psikopatoloji, zihinselleştirme güçlükleri, güvensiz bağlanma ve düşük algılanan sosyal destek ile beklenen yönde ilişkiler göstermesi, ölçeğin yakınsak geçerliğine destek sağlamıştır. Buna karşılık, epistemik güven alt boyutunun psikopatoloji ve zihinselleştirme ile daha sınırlı ve tutarsız ilişkiler göstermesi, bu boyutun hem kavramsal hem de ölçümsel açıdan daha ayrıntılı biçimde incelenmesi gerektiğine işaret etmektedir. Bu yönüyle öncül çalışma, EGGİ-R'nin Türkçe alanyazında kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koyarken, özellikle epistemik güven boyutuna ilişkin gelecekteki psikometrik çalışmaların önemini de göstermektedir.

Ana çalışmada elde edilen korelasyonel bulgular, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji belirti düzeyiyle güçlü ve pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, zihinselleştirmenin yalnızca belirli bir klinik görünüme özgü değil, farklı psikopatoloji örüntülerinde ortak işleyen tanılarüstü bir kırılganlık alanı olabileceği yönündeki kuramsal yaklaşımlara destek sağlamaktadır. Epistemik tutumlara ilişkin bulgular, psikopatoloji ile özellikle epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın daha güçlü biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Hem korelasyonel analizlerde hem de basit aracılık modellerinde, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın kısmi aracı rol üstlendiği görülmüştür. Buna karşılık, epistemik güven bu ilişkide anlamlı bir aracı rol göstermemiştir. Bu bulgu, psikopatoloji açısından belirleyici olanın yalnızca epistemik güvenin yokluğu değil, sosyal bilgiye yönelik iki uç ve işlevsiz epistemik konumlanma olabileceğini düşündürmektedir. Epistemik güvensizlik, bireyin sosyal çevreden gelen

bilgiyi kuşkuyla karşılaşması ve sosyal öğrenmeye kapanmasıyla; epistemik inanırlık ise başkalarından gelen bilgiyi yeterince süzmeden kabul etmesi ve kendi yargısal konumundan geri çekilmesiyle psikopatoloji açısından risk oluşturuyor olabilir. Kişilerarası duygu düzenleme stratejileri açısından bulgular daha seçici bir örüntü ortaya koymuştur. Zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara, oradan kişilerarası duygu düzenleme stratejileri üzerinden psikopatolojiye uzanan yollar içinde yalnızca yatıştırılma boyutunun anlamlı seri aracı rol üstlendiği görülmüştür. Bu yolun epistemik güven ve epistemik inanırlık üzerinden anlamlı olması, başkalarından teselli ve rahatlatma arayışının her zaman koruyucu biçimde işlemediğini; özellikle zihinselleştirme kapasitesinin zayıfladığı ve epistemik açıklığın dengesizleştiği durumlarda, bireyin kendi duygusal dengesini kurmak için başkalarının düzenleyici etkisine aşırı ölçüde yaslanabileceğini düşündürmektedir. Buna karşılık epistemik güvensizlik üzerinden yatıştırılmaya uzanan yolun anlamlı olmaması, bu bireylerin duygusal sıkıntı karşısında başkalarını düzenleyici bir kaynak olarak görmeye daha az eğilimli olabileceğine işaret edebilir.

Aşırı güvence arayışına ilişkin bulgular, anlamlı seri dolaylı etkinin yalnızca epistemik inanırlık üzerinden ortaya çıktığını göstermiştir. Bu sonuç, aşırı güvence arayışının özellikle dışarıdan gelen bilgiye aşırı açıklık, kendi değerlendirmesine ve faillik potansiyeline güvenememe ve başkaları tarafından doğrulanma ihtiyacının süregelenleşmesiyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Bu çerçevede aşırı güvence arayışı, dışarıdan gelen bilginin yeterince içselleştirilememesi nedeniyle tekrarlayan bir kişilerarası düzenleme girişimi olarak değerlendirilebilir. Epistemik inanırlığı yüksek bireyler, başkalarından gelen güvenceye yoğun biçimde yönelebilir; ancak bu güvence kalıcı bir içsel yatışma sağlamadığında, güvence arayışı giderek daha yineleyici, bağımlı ve ilişkisel açıdan maliyetli bir örüntüye dönüşebilir.

Algılanan sosyal destek modelinde ise farklı bir örüntü ortaya çıkmıştır. Zihinselleştirme güçlüklerinden epistemik tutumlara, oradan algılanan sosyal destek üzerinden psikopatolojiye uzanan yolda anlamlı seri dolaylı etkinin yalnızca epistemik güven üzerinden gerçekleştiği görülmüştür. Bu bulgu, epistemik güvenin psikopatoloji açısından doğrudan güçlü bir risk ya da koruyucu değişken olarak değil, sosyal bağların destekleyici ve kullanılabilir olarak deneyimlenmesini kolaylaştıran bir mekanizma olarak işlev görebileceğini düşündürmektedir.

Sonuç olarak, mevcut tez psikopatolojinin tanılarüstü, gelişimsel ve ilişkisel bir çerçevede anlaşılmasına katkı sunmaktadır. Bulgular, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji açısından temel bir kırılganlık alanı olduğunu; bu ilişkinin özellikle epistemik güvensizlik, epistemik inanırlık, yatıştırılma, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek gibi sosyal-bilişsel ve kişilerarası süreçler üzerinden daha iyi anlaşılabilceğini göstermektedir. Bu çalışma hem Türkçe alanyazına güncel bir ölçüm aracı kazandırmakta hem de zihinselleştirme yaklaşımı temelinde psikopatolojinin tanılarüstü, gelişimsel ve ilişkisel doğasını anlamada bütüncül bir çerçeve sunması bakımından alanyazına özgün bir katkı sağlamaktadır.

4.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE GELECEK ARAŞTIRMALAR İÇİN ÖNERİLER

Bu tez çalışmasının bulguları, zihinselleştirme güçlükleri, epistemik tutumlar, kişilerarası süreçler ve psikopatoloji arasındaki ilişkileri anlamaya yönelik önemli katkılar sunmakla birlikte, bazı sınırlılıkların dikkate alınması gerekmektedir.

İlk olarak, çalışmanın her iki aşamasında da veriler öz-bildirim yöntemleriyle toplanmıştır. Bu durum, sosyal istenirlik eğilimi, yanıt yanlılığı ve bireylerin kendi işleyişlerini değerlendirme biçimlerindeki öznel sınırlılıklar nedeniyle bulguların yorumlanmasında dikkatli olunmasını gerektirmektedir (Bauhoff, 2014). Özellikle zihinselleştirme ve epistemik tutumlar gibi doğrudan içgörü gerektiren yapılarda,

bireyin kendisine ilişkin değerlendirmesi ile gerçek işlevselliği her zaman örtüşmeyebilir (Taubner ve Sevecke, 2015). Benzer biçimde, kişilerarası işleyişe ilişkin öz-bildirimler de bireyin genel eğilimlerini yansıtmakla birlikte, gerçek yaşam içindeki davranış örüntülerini ve bağlamsal değişkenliği bütünüyle yakalayamayabilir (Fearey ve ark., 2021). Bu nedenle gelecekteki araştırmalarda, öz-bildirim ölçeklerine ek olarak klinik görüşmeler, gözlem temelli yöntemler, deneysel görevler gibi çoklu değerlendirme yöntemlerinin kullanılması, elde edilen bulguların güvenilirliğini artırabilir.

Ayrıca, çalışmanın kesitsel deseni nedeniyle değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve nedensel niteliği konusunda kesin sonuçlara ulaşmak mümkün değildir. Dolayısıyla mevcut bulgular kuramsal olarak anlamlı bir örüntü sunsa da, bu etkileşimlerin zaman içinde nasıl biçimlendiğini ortaya koymak için boylamsal ve izlem çalışmalarına ihtiyaç vardır.

Ek olarak, araştırmanın örneklemini büyük ölçüde toplum temelli katılımcılardan oluşmaktadır. Bu nedenle elde edilen bulguların farklı psikopatoloji düzeylerine, daha ağır klinik örneklemlere ya da farklı tanı gruplarına ne ölçüde genellenebileceği sınırlıdır. Düşük ya da orta düzeyde belirti gösteren bireylerde kişilerarası kaynaklara yönelme daha erişilebilir ve işlevsel bir düzenleme yolu olabilirken, belirti şiddeti arttıkça sosyal ilişkilerin niteliği, destek arama biçimleri ve kişilerarası düzenleme stratejilerinin işlevi farklılaşabilir. Nitekim kişilerarası süreçlerin her zaman koruyucu bir rol üstlenmediği; bazı durumlarda sorunların tekrar tekrar konuşulması, olumsuz duygulara odaklanması ve kişilerarası paylaşımın ruminatif bir biçim alması yoluyla depresyon ve kaygı belirtileriyle ilişkili olabileceği gösterilmiştir (Rose, 2002). Bu nedenle gelecekteki çalışmalarda farklı klinik düzeyleri ve tanı gruplarını karşılaştıran örneklemlerle çalışılması yararlı olacaktır. Ayrıca, tezin her iki çalışmasında da katılımcılara güncel olarak psikiyatrik tanıya sahip olup olmadıkları sorulmamıştır.

Dolayısıyla mevcut örneklerdeki klinik popölasyon mevcudu belirsizdir. Sonraki çalışmalarda bu bilginin de değeriendirilmesi önemlidir.

Bir diğeri önemli nokta, bu tezde incelenen modelin, güncel zihinselleştirme yaklaşımının işaret ettiğı karmaşık ilişkiler ağıının yalnızca belirli bir bölümünü kapsamasıdır. Zihinselleştirme, epistemik güven, duygu düzenleme, bağlanma, kişilerarası süreçler ve psikopatoloji arasındaki ilişkiler, kuramsal olarak doğrusal bir zincirden çok, birbirini karşılıklı olarak etkileyen gevşek bağlı sistemler olarak kavramsallaştırılmaktadır (Fonagy ve ark., 2017). Bu çalışmada söz konusu sistemin yalnızca belirli yolları sınanmış; modelin dışında kalan diğeri olası etkileşimler, geri besleme döngüleri ve bağlamsal belirleyiciler kapsam dışında bırakılmıştır. Bu nedenle, bulgular önemli bir açıklayıcı çerçeve sunmakla birlikte, psikopatolojinin sosyal-bilişsel ve ilişkisel doğasını tüm boyutlarıyla ortaya koyduğu söylenemez. Gelecekte yapılacak çalışmaların, bu değişkenler arasındaki daha karmaşık etkileşim örüntülerini ve bunların klinik yansımalarını kapsamlı biçimde incelemesi gerekmektedir.

Son olarak, epistemik tutumların ölçümüne ilişkin bazı sınırlılıklar da göz önünde bulundurulmalıdır. Öncül çalışmanın bulguları, EGGİ-R'nin Türkçe uyarlamasına ilişkin önemli psikometrik kanıtlar sunmakla birlikte, özellikle epistemik güven alt boyutuna dair ölçüm güçlüklerinin bu çalışma kapsamında da bütünüyle giderilemediğı görölmektedir. Epistemik güven alt boyutuna ilişkin istatistiksel olarak anlamlı olmayan ya da sınırlı bulguların, Campbell arkadaşlarının (2021) ileri sürdüğü gibi bu boyutun kavramsal olarak daha nötr ve bağlama duyarlı yapısından mı, yoksa Asgarizadeh ve arkadaşlarının (2023) öne sürdüğü gibi bu alt boyutun ölçölmesindeki yapısal sorunlardan mı kaynaklandığı henüz tam olarak açıklığa kavuşmamıştır. Bu ayrımın netleşmemiş olması, epistemik güven alt boyutuna ilişkin yorumların temkinli yapılmasını gerektirmektedir. Ayrıca, çalışmanın yürütöldüğü dönemde epistemik güvene ilişkin karşılaştırılabilir öz-bildirim araçlarının sınırlı olması, yakınsak geçerlik

değerlendirmelerinin kapsamını daraltmıştır. Bu nedenle, gelecekte yapılacak çalışmaların farklı epistemik tutum ölçeklerini karşılaştırmalı biçimde ele alarak mevcut ölçeğin psikometrik sınırlarını ve diğer ölçümlerle örtüşen ya da ayrışan yönlerini daha açık biçimde ortaya koyması önem taşımaktadır. Bunun yanında, epistemik güven ve epistemik güvensizlik alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayılarının görece sınırlı düzeyde kalması, bu alt boyutlardan elde edilen bulguların ölçüm hatasına daha duyarlı olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle özellikle epistemik güven alt boyutunun kavramsal sınırlarının ve madde yapısının ileriki çalışmalarda yeniden değerlendirilmesi önemli görünmektedir.

4.5. ARAŞTIRMANIN KLİNİK DOĞURGULARI

Bu tez çalışmasının bulguları, zihinselleştirme güçlükleri, epistemik tutumlar ve bazı ilişkisel süreçlerin psikopatolojinin sürdürülmesinde birlikte rol oynayabileceğini göstermesi bakımından klinik açıdan önemli çıkarımlar sunmaktadır. Özellikle zihinselleştirme güçlüklerinin epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık ile, bu yapıların da kişilerarası duygu düzenlemenin belirli boyutları, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal destek gibi süreçlerle ilişkili bulunması, psikopatolojinin sosyal bilgi işleme ve ilişkisel düzenleme örüntüleri üzerinden de ele alınması gerektiğini düşündürmektedir.

Bu bağlamda mevcut bulgular, özellikle koruyucu ruh sağlığı çalışmaları açısından anlam taşımaktadır. Zihinselleştirme güçlükleri ve epistemik tutumlarla ilişkili örüntülerin klinik olmayan örneklemelerde de gözlenmesi, bu yapıların yalnızca tanı almış bireylerde değil, daha geniş popülasyonda da sosyal uyum ve psikolojik dayanıklılıkla bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle zihinselleştirme kapasitesini, sosyal bilgiyi değerlendirme becerisini ve daha dengeli kişilerarası düzenleme yollarını destekleyen önleyici müdahaleler, yalnızca mevcut semptomları

azaltmak için değil, daha sağlıklı ilişkisel işleyişi ve dayanıklılığı güçlendirmek için de yararlı olabilir.

Her ne kadar mevcut tez klinik olmayan örneklemelerden toplanan verilere dayansa da zihinselleştirme güçlükleri ile epistemik güven kapasitesindeki bozulmaların birlikte değerlendirilmesi, terapi ilişkisinin niteliğini anlamada da önemli olabilir. Epistemik güvensizliğin yüksek olduğu bireylerde, başkalarından gelen bilgiye karşı yaygın bir kuşku, sosyal geri bildirimi kişisel olarak geçerli bulmama, ilişkilerde geri çekilme ve başkalarının kendilerini gerçekten anlayamayacağına dair örtük bir inanç gözlenebilir. Böyle bir durumda terapistin sunduğu açıklamalar, yorumlar ya da yönlendirmeler danışan tarafından anlamlı, yararlı ya da güvenilir bulunmayabilir. Bu durum terapötik ilişkide de umutsuzluk, mesafe ve direnç benzeri örüntülere yol açabilir. Buna karşılık epistemik inanırlığın yüksek olduğu durumlarda farklı bir klinik örüntü ortaya çıkabilir. Bu bireyler dışarıdan gelen bilgiyi eleştirel değerlendirmeden kabul etmeye daha yatkın olabilir; ancak bu kabul her zaman gerçek bir içselleştirme ya da anlamlandırma anlamına gelmeyebilir. Klinik uygulamada bu durum, danışanın terapistle hızlı biçimde katılıyor görünmesi, önerilere açık olması ya da yoğun biçimde onay araması şeklinde kendini gösterebilir. Ancak bu görünür uyum, her zaman terapötik içgörünün gerçekten kazanıldığı ya da danışanın bu bilgiyi kendi yaşantısına entegre ettiği anlamına gelmeyebilir. Özellikle aşırı güvence arayışı ve yatıştırılma eğilimi yüksek olan danışanlarda, dışarıdan gelen bilginin düzenleyici etkisine aşırı bağımlılık gelişebilir ve bu durum uzun vadede özerk düzenleme kapasitesinin gelişimini sınırlayabilir.

Bu nedenle, hem epistemik güvensizlik hem de epistemik inanırlık örüntülerinde terapistin tutumu özel önem taşıyabilir. Zihinselleştirme temelli yaklaşımlarda vurgulanan “bilmeyen duruş”un, yani terapistin danışanın yaşantısına merakla, açık uçlu ve keşfe dayalı biçimde yaklaşmasının, bu iki uç örüntü için de işlevsel olabileceği

düşünülebilir (Bateman ve Fonagy, 2016). Yüksek epistemik güvensizlikte bu duruş, danışanın direnç ve kuşkuculuğunu azaltarak terapötik ilişkinin daha güvenli hissedilmesine katkıda bulunabilir. Yüksek epistemik inanırlıkta ise, danışanın pasif bir kabullenme içine girmesi yerine, kendi değerlendirme kapasitesini devreye sokmasına ve daha etkin bir özne konumu geliştirmesine yardımcı olabilir. Böylece terapi yalnızca bilgi aktarılan bir alan olmaktan çıkıp, danışanın sosyal bilgiyi daha dengeli biçimde değerlendirmeyi öğrenebildiği bir ilişki alanına dönüşebilir.

Ayrıca bu bulgular, kişilerarası süreçlerin klinik önemine de dikkat çekmektedir. Özellikle yatıştırılma ve aşırı güvence arayışı gibi başkalarından düzenleyici girdi almaya dayanan stratejilerin psikopatolojiyle ilişkili bulunması, bazı danışanların duygusal dengeyi sürdürebilmek için başkalarına aşırı ölçüde bağımlı hale gelebileceğini düşündürmektedir. Klinik uygulamada bu durum, sürekli rahatlatılma ihtiyacı, tekrarlayıcı onay arayışı ya da seans dışında da rehberlik beklentisinin sürmesi biçiminde görülebilir. Bu tür davranışlar bazı durumlarda altta yatan epistemik işleyiş bozukluklarının ve yetersiz içsel düzenleme kapasitesinin daha örtük göstergeleri olabilir.

KAYNAKÇA

- Abe, K., & Nakashima, K. (2022). Excessive-reassurance seeking and mental health: Interpersonal networks for emotion regulation. *Current Psychology*, 41(7), 4711–4721. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00955-2>
- Agrawal, H. R., Gunderson, J., Holmes, B. M., & Lyons-Ruth, K. (2004). Attachment Studies with Borderline Patients: A Review. *Harvard Review of Psychiatry*, 12(2), 94–104. <https://doi.org/10.1080/10673220490447218>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Akkuş, K., & Peker, M. (2022). Exploring the Relationship Between Interpersonal Emotion Regulation and Social Anxiety Symptoms: The Mediating Role of Negative Mood Regulation Expectancies. *Cognitive Therapy and Research*, 46(2), 287–301. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10262-0>
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Allison, E., & Fonagy, P. (2016). When Is Truth Relevant? *The Psychoanalytic Quarterly*, 85(2), 275–303. <https://doi.org/10.1002/psaq.12074>
- Altan-Atalay, A. (2019). Interpersonal emotion regulation: Associations with attachment and reinforcement sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 139, 290–294. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.032>
- Altan-Atalay, A., & Saritas-Atalar, D. (2022). Interpersonal emotion regulation strategies: How do they interact with negative mood regulation expectancies in explaining anxiety and depression? *Current Psychology*, 41(1), 379–385. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00586-2>

- Asgarizadeh, A., & Ghanbari, S. (2024). Iranian adaptation of the Epistemic Trust, Mistrust, and Credulity Questionnaire (ETMCQ): Validity, reliability, discriminant ability, and sex invariance. *Brain and Behavior*, 14(3).
<https://doi.org/10.1002/brb3.3455>
- Asgarizadeh, A., Hunjani, M., & Ghanbari, S. (2023). Do we really need “trust”? the incremental validity of epistemic trust over epistemic mistrust and credulity in predicting mentalizing-related constructs. *Asian Journal of Psychiatry*, 87, 103688.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103688>
- Bączkowski, B. M., & Cierpiałkowska, L. (2015). Mentalization within close relationships: The role of specific attachment style. *Polish Psychological Bulletin*, 46(2), 285–299. <https://doi.org/10.1515/ppb-2015-0035>
- Bateman, Anthony., & Fonagy, Peter. (2016). *Mentalization-based treatment for personality disorders : a practical guide*. Oxford University Press.
- Batson, C. D. (2010). *Altruism in Humans*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195341065.001.0001>
- Bauhoff, S. (2014). Self-Report Bias in Estimating Cross-Sectional and Treatment Effects. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 5798–5800). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_4046
- Beeney, J. E., Wright, A. G. C., Stepp, S. D., Hallquist, M. N., Lazarus, S. A., Beeney, J. R. S., Scott, L. N., & Pilkonis, P. A. (2017). Disorganized attachment and personality functioning in adults: A latent class analysis. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 8(3), 206–216.
<https://doi.org/10.1037/per0000184>
- Beesdo-Baum, K., Jenjahn, E., Höfler, M., Lueken, U., Becker, E. S., & Hoyer, J. (2012). Avoidance, Safety Behavior, and Reassurance Seeking in Generalized

- Anxiety Disorder. *Depression and Anxiety*, 29(11), 948–957.
<https://doi.org/10.1002/da.21955>
- Benzi, I. M. A., Barlattani, A., Carone, N., Tracchegiani, J., Fontana, A., Ensink, K., & Parolin, L. (2026). When the body speaks for the mind: A parallel–serial mediation model of trauma, epistemic trust, reflective functioning, and somatic symptoms in emerging adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*.
<https://doi.org/10.1037/tra0002179>
- Benzi, I. M. A., Carone, N., Parolin, L., Martin-Gagnon, G., Ensink, K., & Fontana, A. (2023). Different epistemic stances for different traumatic experiences: implications for mentalization. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.708>
- Birgenheir, D. G., Pepper, C. M., & Johns, M. (2010). Excessive Reassurance Seeking as a Mediator of Sociotropy and Negative Interpersonal Life Events. *Cognitive Therapy and Research*, 34(2), 188–195. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9242-1>
- Birmachu, A. M., Heidelberger, L., & Klem, J. (2021). Rumination and perceived social support from significant others interact to predict eating disorder attitudes and behaviors in university students. *Journal of American College Health*, 69(5), 488–494. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1682001>
- Bo, S., Sharp, C., Fonagy, P., & Kongerslev, M. (2017). Hypermentalizing, attachment, and epistemic trust in adolescent BPD: Clinical illustrations. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 8(2), 172–182.
<https://doi.org/10.1037/per0000161>
- Botsford, J., & Renneberg, B. (2020). Autobiographical memories of interpersonal trust in borderline personality disorder. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 7(1), 14. <https://doi.org/10.1186/s40479-020-00130-w>

- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, John. (1973). *Separation : anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, John. (1990). *A secure base : parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Brauner, F., Fonagy, P., Campbell, C., Griem, J., Storck, T., & Nolte, T. (2023). “Trust me, do not trust anyone”: how epistemic mistrust and credulity are associated with conspiracy mentality. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.705>
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships*.
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.). Guilford Press.
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2nd ed.).
- Butler, E. A., & Randall, A. K. (2013). Emotional Coregulation in Close Relationships. *Emotion Review*, 5(2), 202–210. <https://doi.org/10.1177/1754073912451630>
- Campbell, C., & Allison, E. (2022). Mentalizing the modern world. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 36(3), 206–217. <https://doi.org/10.1080/02668734.2022.2089906>
- Campbell, C., Delamain, H., Saunders, R., Tanzer, M., Milesi, A., Nolte, T., Allison, E., Luyten, P., & Fonagy, P. (2025). Development and validation of the Revised Epistemic Trust, Mistrust and Credulity Questionnaire (ETMCQ-R). *BJPsych Open*, 11(5), e191. <https://doi.org/10.1192/bjo.2025.10813>
- Campbell, C., Tanzer, M., Saunders, R., Booker, T., Allison, E., Li, E., O’Dowda, C., Luyten, P., & Fonagy, P. (2021). Development and validation of a self-report

- measure of epistemic trust. *PLoS ONE*, 16(4 April).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250264>
- Carfagno, M., Barone, E., Arsenio, E., Bello, R., Marone, L., Volpicelli, A., Cascino, G., & Monteleone, A. M. (2024). Mediation role of interpersonal problems between insecure attachment and eating disorder psychopathology. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 29(1), 43.
<https://doi.org/10.1007/s40519-024-01673-5>
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical implications of attachment* (pp. 300–323). Lawrence Erlbaum Associates.
- Chan, S., & Rawana, J. S. (2021). Examining the associations between interpersonal emotion regulation and psychosocial adjustment in emerging adulthood. *Cognitive Therapy and Research*, 45(4), 652–662. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10185-2>
- Choi-Kain, L. W., & Gunderson, J. G. (2008). Mentalization: Ontogeny, Assessment, and Application in the Treatment of Borderline Personality Disorder. *American Journal of Psychiatry*, 165(9), 1127–1135.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.07081360>
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Comrey, A. L. (1988). Factor-analytic methods of scale development in personality and clinical psychology. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(5), 754–761. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.5.754>

- Coughe, J. R., Fitch, K. E., Fincham, F. D., Riccardi, C. J., Keough, M. E., & Timpano, K. R. (2012). Excessive reassurance seeking and anxiety pathology: Tests of incremental associations and directionality. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 117–125. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.10.001>
- Coyne, J. C. (1976). Depression and the response of others. *Journal of Abnormal Psychology*, 85(2), 186–193. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.85.2.186>
- Csibra, G., & Gergely, G. (2009). Natural pedagogy. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(4), 148–153. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2009.01.005>
- Damjanović, K., Ilić, S., Kušić, M., Lazić, M., & Popović, D. (2023). Psychological Factors of Vaccination Intent among Healthcare Providers, Parents, and Laypeople. *Vaccines*, 11(12), 1816. <https://doi.org/10.3390/vaccines11121816>
- Daros, A. R., & Williams, G. E. (2019). A Meta-analysis and Systematic Review of Emotion-Regulation Strategies in Borderline Personality Disorder. *Harvard Review of Psychiatry*, 27(4), 217–232. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000212>
- De Coninck, D., Matthijs, K., Van Bavel, J., & Luyten, P. (2024). To be a freshman during the COVID-19 pandemic: A cross-lagged model of depression, mentalizing, and epistemic trust. *Personality and Mental Health*, 18(1), 80–89. <https://doi.org/10.1002/pmh.1598>
- De Meulemeester, C., Lowyck, B., Vermote, R., Verhaest, Y., & Luyten, P. (2017). Mentalizing and interpersonal problems in borderline personality disorder: The mediating role of identity diffusion. *Psychiatry Research*, 258, 141–144. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.061>
- Dehghankar, L., Valinezhad, S., Amerzadeh, M., Zarabadi Poor, F., Hosseinkhani, Z., & Motalebi, S. A. (2024). Relationship between perceived social support and disability with the mediating role of perceived stress among older adults. *BMC Geriatrics*, 24(1), 276. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-04871-z>

- Denning, D. M., DeFontes, C. G., Lawrence, E., Waite, E. E., & Dixon-Gordon, K. L. (2024). Difficulties in interpersonal regulation of emotion in relation to disordered eating. *Eating Disorders*, 32(2), 140–152.
<https://doi.org/10.1080/10640266.2023.2277048>
- Derogatis, L. R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI): Administration, scoring, and procedures manual II*. Clinical Psychometric Research.
- DeVellis, R. F. . (2017). *Scale development : theory and applications*. SAGE.
- Dixon, M. L., Moodie, C. A., Goldin, P. R., Farb, N., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2020). Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder: Reappraisal and Acceptance of Negative Self-beliefs. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 5(1), 119–129.
<https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2019.07.009>
- Dixon-Gordon, K. L., Aldao, A., & De Los Reyes, A. (2015). Emotion regulation in context: Examining the spontaneous use of strategies across emotional intensity and type of emotion. *Personality and Individual Differences*, 86, 271–276.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.011>
- Dixon-Gordon, K. L., Haliczzer, L. A., Conkey, L. C., & Whalen, D. J. (2018). Difficulties in Interpersonal Emotion Regulation: Initial Development and Validation of a Self-Report Measure. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 40(3), 528–549. <https://doi.org/10.1007/s10862-018-9647-9>
- Eberhart, N. K., & Hammen, C. L. (2009). Interpersonal Predictors of Stress Generation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 544–556.
<https://doi.org/10.1177/0146167208329857>
- Ein-Dor, T., & Doron, G. (2015). Attachment and psychopathology,. In J. A. Simpson & S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Research: New Directions and Emerging Themes* (pp. 346–373). American Psychological Association.

- Ekeblad, A., Falkenström, F., & Holmqvist, R. (2016). Reflective functioning as predictor of working alliance and outcome in the treatment of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(1), 67–78.
<https://doi.org/10.1037/ccp0000055>
- Eker, D., & Arkar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi, 10*(34), 45–55.
- Eker, D., Arkar, H., & Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi, 12*(1), 17–25.
- El-Monshed, A., & Amr, M. (2020). Association between perceived social support and recovery among patients with schizophrenia. *International Journal of Africa Nursing Sciences, 13*, 100236. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100236>
- Euler, S., Nolte, T., Constantinou, M., Griem, J., Montague, P. R., & Fonagy, P. (2021). Interpersonal Problems in Borderline Personality Disorder: Associations With Mentalizing, Emotion Regulation, and Impulsiveness. *Journal of Personality Disorders, 35*(2), 177–193. https://doi.org/10.1521/pedi_2019_33_427
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. A. (2011). An integrative model of excessive reassurance seeking and negative feedback seeking in the development and maintenance of depression. *Clinical Psychology Review, 31*(8), 1291–1303.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.014>
- Evraire, L. E., Ludmer, J. A., & Dozois, D. J. A. (2014). The Influence of Priming Attachment Styles on Excessive Reassurance Seeking and Negative Feedback Seeking in Depression. *Journal of Social and Clinical Psychology, 33*(4), 295–318.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.4.295>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical

- sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191.
<https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Fearey, E. (2022). *Inhibitory Control and Mentalizing: Potential Contributing Factors to Maladaptive Interpersonal Behaviors Associated with Depressive Symptoms*. The University of Maine.
- Fearey, E., Evans, J., & Schwartz-Mette, R. A. (2021). Emotion regulation deficits and depression-related maladaptive interpersonal behaviours. *Cognition and Emotion*, 35(8), 1559–1572. <https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1989668>
- Feldman, R. (2017). The Neurobiology of Human Attachments. *Trends in Cognitive Sciences*, 21(2), 80–99. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.11.007>
- Fernandez, K. C., Jazaieri, H., & Gross, J. J. (2016). Emotion Regulation: A Transdiagnostic Perspective on a New RDoC Domain. *Cognitive Therapy and Research*, 40(3), 426–440. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9772-2>
- Field, Andy. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. SAGE Publications.
- Fisher, S., Guralnik, T., Fonagy, P., & Zilcha-Mano, S. (2025). The development of the Epistemic Trust Rating System (ETRS). *Psychotherapy Research*, 35(3).
<https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2299213>
- Fogel, A. (1993). *Developing through relationships: Origins of communication, self, and culture*. University of Chicago Press.
- Fonagy, P., & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3). <https://doi.org/10.1037/a0036505>
- Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2016). Adversity, attachment, and mentalizing. *Comprehensive Psychiatry*, 64, 59–66.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.11.006>

- Fonagy, P., & Campbell, C. (2015). Bad Blood Revisited: Attachment and Psychoanalysis, 2015. *British Journal of Psychotherapy*, 31(2), 229–250.
<https://doi.org/10.1111/bjp.12150>
- Fonagy, P., & Campbell, C. (2017). Mentalizing, attachment and epistemic trust: how psychotherapy can promote resilience. *Psychiatria Hungarica : A Magyar Pszichiatriai Tarsasag Tudományos Folyoirata*, 32(3).
- Fonagy, P., Campbell, C., Constantinou, M., Higgitt, A., Allison, E., & Luyten, P. (2022). Culture and psychopathology: An attempt at reconsidering the role of social learning. *Development and Psychopathology*, 34(4), 1205–1220.
<https://doi.org/10.1017/S0954579421000092>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press.
- Fonagy, P., & Luyten, P. (2018). Attachment, mentalization, and the self. In W. J. Livesley & R. Larstone (Eds.), *Handbook of personality disorders: Theory, research, and treatment* (2nd ed., pp. 123–140). The Guilford Press.
- Fonagy, P., Luyten, P., & Allison, E. (2015). Epistemic Petrification and the Restoration of Epistemic Trust: A New Conceptualization of Borderline Personality Disorder and Its Psychosocial Treatment. *Journal of Personality Disorders*, 29(5), 575–609.
<https://doi.org/10.1521/pedi.2015.29.5.575>
- Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E., & Campbell, C. (2017). What we have changed our minds about: Part 2. Borderline personality disorder, epistemic trust and the developmental significance of social communication. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4(1), 9. <https://doi.org/10.1186/s40479-017-0062-8>

- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679–700.
<https://doi.org/10.1017/S0954579497001399>
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2019). Why Beliefs About Emotion Matter: An Emotion-Regulation Perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 28(1), 74–81. <https://doi.org/10.1177/0963721418806697>
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Fritz, M. S., & MacKinnon, D. P. (2007). Required Sample Size to Detect the Mediated Effect. *Psychological Science*, 18(3), 233–239. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01882.x>
- Gable, S. L., & Reis, H. T. (2010). *Good News! Capitalizing on Positive Events in an Interpersonal Context* (pp. 195–257). [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(10\)42004-3](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(10)42004-3)
- Galvez-Merlin, A., Lopez-Villatoro, J. M., de la Higuera-Gonzalez, P., de la Torre-Luque, A., Reneses-Prieto, B., Diaz-Marsa, M., & Carrasco, J. L. (2024). Social cognition deficits in borderline personality disorder: Clinical relevance. *Psychiatry Research*, 331, 115675. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115675>
- Gençöz, T., & Gençöz, F. (2005). Psychometric Properties of the Reassurance-Seeking Scale in a Turkish Sample. *Psychological Reports*, 96(1), 47–50.
<https://doi.org/10.2466/pr0.96.1.47-50>
- Gökdağ, C. (2021). How does interpersonal emotion regulation explain psychological distress? The roles of attachment style and social support. *Personality and Individual Differences*, 176, 110763. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110763>

- Gokdag, C., Sorias, O., Kiran, S., & Ger, S. (2018). Adaptation of the Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire to the Turkish Language and Investigation of its Psychometric Properties. *Turkish Journal of Psychiatry*.
<https://doi.org/10.5080/u23067>
- Graham, J. M., & Unterschute, M. S. (2015). A Reliability Generalization Meta-Analysis of Self-Report Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality Assessment*, 97(1), 31–41. <https://doi.org/10.1080/00223891.2014.927768>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
<https://doi.org/10.1023/B:JOBA.00000007455.08539.94>
- Greiner, C., Besch, V., Bouchard-Boivin, M., Le Hénaff, C., Von Rohr-De Pree, C., Perroud, N., Prada, P., & Debbané, M. (2025). Epistemic Trust, Mistrust and Credulity Questionnaire (ETMCQ) validation in French language: Exploring links to loneliness. *PLOS ONE*, 20(3), e0303918.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303918>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of*

Personality and Social Psychology, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>

Halldorsson, B., & Salkovskis, P. M. (2017). Why Do People with OCD and Health Anxiety Seek Reassurance Excessively? An Investigation of Differences and Similarities in Function. *Cognitive Therapy and Research*, 41(4), 619–631. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9826-5>

Hausberg, M. C., Schulz, H., Piegler, T., Happach, C. G., Klöpper, M., Brütt, A. L., Sammet, I., & Andreas, S. (2012). Is a self-rated instrument appropriate to assess mentalization in patients with mental disorders? Development and first validation of the Mentalization Questionnaire (MZQ). *Psychotherapy Research*, 22(6), 699–709. <https://doi.org/10.1080/10503307.2012.709325>

Hauschild, S., Kasper, L. A., Berning, A., & Taubner, S. (2023). The relationship between epistemic stance, mentalizing, paranoid distress and conspiracy mentality: an empirical investigation. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.706>

Hayden, M. C., Müllauer, P. K., Gaugeler, R., Senft, B., & Andreas, S. (2018). Improvements in mentalization predict improvements in interpersonal distress in patients with mental disorders. *Journal of Clinical Psychology*, 74(12). <https://doi.org/10.1002/jclp.22673>

Hayes, A. F. (2022). Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach (Third Edition). In *the Guilford Press*.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1–22. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1

Hemphill, J. F. (2003). Interpreting the magnitudes of correlation coefficients. *American Psychologist*, 58(1), 78–79. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.78>

- Hofmann, S. G. (2014). Interpersonal Emotion Regulation Model of Mood and Anxiety Disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 38(5), 483–492.
<https://doi.org/10.1007/s10608-014-9620-1>
- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive Therapy and Research*, 40(3), 341–356.
<https://doi.org/10.1007/s10608-016-9756-2>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hudson, C. C., Shamblaw, A. L., Wilson, G. A., Roes, M. M., Sabbagh, M. A., & Harkness, K. L. (2018). Theory of Mind, Excessive Reassurance-Seeking, and Stress Generation in Depression: A Social-Cognitive-Interpersonal Integration. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(9), 725–750.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2018.37.9.725>
- Hwang, I. C., Park, K. H., Kim, J. J., Yim, J., Ko, K. P., Bae, S. M., & Kyung, S. Y. (2017). Perceived Social Support as a Determinant of Quality of Life Among Medical Students: 6-Month Follow-up Study. *Academic Psychiatry*, 41(2), 180–184. <https://doi.org/10.1007/s40596-016-0503-5>
- Jewell, T., Collyer, H., Gardner, T., Tchanturia, K., Simic, M., Fonagy, P., & Eisler, I. (2016). Attachment and mentalization and their association with child and adolescent eating pathology: A systematic review. *International Journal of Eating Disorders*, 49(4), 354–373. <https://doi.org/10.1002/eat.22473>
- Johnson, B. N., Kivity, Y., Rosenstein, L. K., LeBreton, J. M., & Levy, K. N. (2022). The association between mentalizing and psychopathology: A meta-analysis of the

- reading the mind in the eyes task across psychiatric disorders. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 29(4), 423–439. <https://doi.org/10.1037/cps0000105>
- Joiner, T. E. (1999). A Test of Interpersonal Theory of Depression in Youth Psychiatric Inpatients. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 27(1), 77–85. <https://doi.org/10.1023/A:1022666424731>
- Joiner, T. E., & Metalsky, G. I. (2001). Excessive Reassurance Seeking: Delineating a Risk Factor Involved in the Development of Depressive Symptoms. *Psychological Science*, 12(5), 371–378. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00369>
- Kagitçibasi, Ç. (1996). The Autonomous-Relational Self. *European Psychologist*, 1(3), 180–186. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.1.3.180>
- Kagitcibasi, C. (2005). Autonomy and Relatedness in Cultural Context. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403–422. <https://doi.org/10.1177/0022022105275959>
- Kamplinger, H., Kruse, J., Lampe, A., Nolte, T., Hettich, N., Brähler, E., Sachser, C., Fegert, J. M., Gengelmaier, S., Fonagy, P., Krakau, L., Zara, S., & Riedl, D. (2022). Epistemic trust and personality functioning mediate the association between adverse childhood experiences and posttraumatic stress disorder and complex posttraumatic stress disorder in adulthood. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.919191>
- Karagiannopoulou, E., Lianos, P., Andriopoulou, P., Rentzios, C., & Fonagy, P. (2025). Attachment and epistemic trust in junior and senior university students: The mediating role of affect regulation and mentalizing. Who is at risk? *PLOS One*, 20(8), e0304749. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0304749>
- Katz, D. E., Laposa, J. M., & Rector, N. A. (2020). Excessive reassurance seeking in depression versus obsessive-compulsive disorder: Cross-sectional and cognitive

- behavioural therapy treatment comparisons. *Journal of Anxiety Disorders*, 75, 102280. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102280>
- Katzman, W., & Papouchis, N. (2023). Effects of Childhood Trauma on Mentalization Capacities and Dissociative Experiences. *Journal of Trauma & Dissociation*, 24(2), 284–295. <https://doi.org/10.1080/15299732.2023.2168829>
- Katznelson, H., Daniel, S. I. F., Folke, S., Falkenström, F., Lunn, S., Pedersen, S. H., & Poulsen, S. (2020). Reflective Functioning, Psychotherapeutic Alliance, and Outcome in Two Psychotherapies for Bulimia Nervosa. *Psychotherapy*, 57(2). <https://doi.org/10.1037/pst0000245>
- Kaynar-Yaman, G. (2024). *The Turkish Validation of the Mentalization Questionnaire and Mediation Its Dimensions on the Relationship Between Attachment Insecurity and Borderline Features in Young Adults*. <https://doi.org/10.22541/au.172516038.83806450/v1>
- Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2015). The Performance of RMSEA in Models With Small Degrees of Freedom. *Sociological Methods & Research*, 44(3), 486–507. <https://doi.org/10.1177/0049124114543236>
- Kim, H.-Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 38(1), 52. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Knapen, S., Swildens, W. E., Mensink, W., Hoogendoorn, A., Hutsebaut, J., & Beekman, A. T. F. (2024). The development and psychometric evaluation of the Questionnaire Epistemic Trust (QET): A self-report assessment of epistemic trust. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 31(1). <https://doi.org/10.1002/cpp.2930>

- Koç, M. S., Aka, B. T., Doğruyol, B., Curtiss, J., Carpenter, J. K., & Hofmann, S. G. (2019). Psychometric Properties of the Turkish Version of the Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41(2), 294–303. <https://doi.org/10.1007/s10862-019-09732-3>
- Komoróczy, E., Sörnyei, D., Vass, Á., Szuromi, B., Vizin, G., Réthelyi, J. M., & Farkas, K. (2024). *Understanding depression in autism: The mediating role of mentalization, attachment, social support, and psychological flexibility*. <https://doi.org/10.1101/2024.07.12.24310324>
- Kumpasoğlu, G. B., Saunders, R., Campbell, C., Nolte, T., Montague, R., Pilling, S., Leibowitz, J., & Fonagy, P. (2025). Mentalizing, epistemic trust and interpersonal problems in emotion regulation: A sequential path analysis across common mental health disorders and community control samples. *Journal of Affective Disorders*, 372, 502–511. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.12.050>
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 193–203. <https://doi.org/10.1002/jclp.20756>
- Li, E., Campbell, C., Midgley, N., & Luyten, P. (2023). Epistemic trust: a comprehensive review of empirical insights and implications for developmental psychopathology. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.704>
- Liddell, B. J., & Williams, E. N. (2019). Cultural Differences in Interpersonal Emotion Regulation. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00999>
- Lieberman, M. D. (2007). Social Cognitive Neuroscience: A Review of Core Processes. *Annual Review of Psychology*, 58(1), 259–289. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085654>

- Liotti, M., Fiorini Bincoletto, A., Bizzi, F., Tironi, M., Charpentier Mora, S., Cavanna, D., Giovanardi, G., Jurist, E., Speranza, A. M., Lingardi, V., & Tanzilli, A. (2024). The catcher in the mind: validation of the brief-mentalized affectivity scale for adolescents in the Italian population. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3).
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.709>
- Liotti, M., Milesi, A., Spitoni, G. F., Tanzilli, A., Speranza, A. M., Parolin, L., Campbell, C., Fonagy, P., Lingardi, V., & Giovanardi, G. (2023). Unpacking trust: The Italian validation of the Epistemic Trust, Mistrust, and Credulity Questionnaire (ETMCQ). *PLOS ONE*, 18(1), e0280328.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280328>
- Locati, F., Benzi, I. M. A., Milesi, A., Campbell, C., Midgley, N., Fonagy, P., & Parolin, L. (2023). Associations of mentalization and epistemic trust with internalizing and externalizing problems in adolescence: A gender-sensitive structural equation modeling approach. *Journal of Adolescence*, 95(8), 1564–1577.
<https://doi.org/10.1002/jad.12226>
- Lotfi, M., Amin, M., & Shiasy, Y. (2021). Comparing Interpersonal and Intrapersonal Emotion Regulation Models in Explaining Depression and Anxiety Symptoms in College Students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 27(3), 288–301. <https://doi.org/10.32598/ijpcp.27.2.2359.2>
- Luyten, P., Campbell, C., Allison, E., & Fonagy, P. (2020). The Mentalizing Approach to Psychopathology: State of the Art and Future Directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16(1), 297–325. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071919-015355>

- Luyten, P., Campbell, C., & Fonagy, P. (2021). Rethinking the relationship between attachment and personality disorder. *Current Opinion in Psychology*, 37, 109–113.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.11.003>
- Luyten, P., Campbell, C., Moser, M., & Fonagy, P. (2024). The role of mentalizing in psychological interventions in adults: Systematic review and recommendations for future research. *Clinical Psychology Review*, 108, 102380.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102380>
- Luyten, P., & Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(4), 366–379.
<https://doi.org/10.1037/per0000117>
- Ma, Z. (2014). A Multiple Mediator Model: Power Analysis Based on Monte Carlo Simulation. *American Journal of Applied Psychology*, 3(3), 72.
<https://doi.org/10.11648/j.ajap.20140303.15>
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 1(2), 130–149. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.2.130>
- Main, M. (1990). Cross-Cultural Studies of Attachment Organization: Recent Studies, Changing Methodologies, and the Concept of Conditional Strategies. *Human Development*, 48–61. <https://doi.org/10.1159/000276502>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.
- Malik, S., Wells, A., & Wittkowski, A. (2015). Emotion regulation as a mediator in the relationship between attachment and depressive symptomatology: A systematic

- review. *Journal of Affective Disorders*, 172, 428–444.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.007>
- Marroquín, B. (2011). Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clinical Psychology Review*, 31(8), 1276–1290.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.09.005>
- McLaren, V., Gallagher, M., Hopwood, C. J., & Sharp, C. (2022). Hypermentalizing and Borderline Personality Disorder: A Meta-Analytic Review. *American Journal of Psychotherapy*, 75(1), 21–31.
<https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20210018>
- McNeish, D. (2018). Thanks coefficient alpha, we'll take it from here. *Psychological Methods*, 23(3), 412–433. <https://doi.org/10.1037/met0000144>
- McRae, K., Hughes, B., Chopra, S., Gabrieli, J. D. E., Gross, J. J., & Ochsner, K. N. (2010). The Neural Bases of Distraction and Reappraisal. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(2), 248–262. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21243>
- Messina, I., Calvo, V., & Grecucci, A. (2024). Attachment orientations and emotion regulation: new insights from the study of interpersonal emotion regulation strategies. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.703>
- Messina, I., Maniglio, R., & Spataro, P. (2023). Attachment Insecurity and Depression: The Mediating Role of Interpersonal Emotion Regulation. *Cognitive Therapy and Research*, 47(4), 637–647. <https://doi.org/10.1007/s10608-023-10386-5>
- Messina, I., Spataro, P., Gagliardini, G., Rossi, T., & Grecucci, A. (2026). Attachment orientations and borderline personality features: the mediating role of difficulties in interpersonal emotion regulation. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 13(1), 4. <https://doi.org/10.1186/s40479-025-00323-1>

- Messina, I., Spataro, P., Grecucci, A., Moskow, D. M., Marogna, C., & Hofmann, S. G. (2022). Interpersonal emotion regulation questionnaire: psychometric properties of the Italian version and associations with psychopathology. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 25(2).
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2022.616>
- Meyers, L. S. ., Gamst, Glenn., & Guarino, A. J. . (2017). *Applied multivariate research : design and interpretation*. SAGE Publications, Inc.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2009). An attachment and behavioral systems perspective on social support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 7–19. <https://doi.org/10.1177/0265407509105518>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Adult Attachment Orientations and Relationship Processes. *Journal of Family Theory & Review*, 4(4), 259–274.
<https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2012.00142.x>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment Theory and Affect Regulation: The Dynamics, Development, and Cognitive Consequences of Attachment-Related Strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77–102.
<https://doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Morawetz, C., Riedel, M. C., Salo, T., Berboth, S., Eickhoff, S. B., Laird, A. R., & Kohn, N. (2020). Multiple large-scale neural networks underlying emotion regulation. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 116, 382–395.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.07.001>
- Muslu, Ö. N. (2025). Interpersonal Emotion Regulation within the Context of Transdiagnostic Model. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 17(4), 833–844.
<https://doi.org/10.18863/pgy.1542165>
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (2002). How to Use a Monte Carlo Study to Decide on Sample Size and Determine Power. *Structural Equation Modeling: A*

Multidisciplinary Journal, 9(4), 599–620.

https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0904_8

Nielsen, S. K. K., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K. B., Hageman, I., Vangkilde, S., &

Daniel, S. I. F. (2017). Adult attachment style and anxiety – The mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 218, 253–259.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.047>

Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion Regulation and Psychopathology: The Role of

Gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8(1), 161–187.

<https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>

Nolte, T., Campbell, C., & Fonagy, P. (2019). A mentalization-based and neuroscience-

informed model of severe and persistent psychopathology. In J. G. Pereira, J.

Gonçalves, & V. Bizzari (Eds.), *The neurobiology-psychotherapy-pharmacology*

intervention triangle: The need for common sense in 21st century mental health

(pp. 161–183). Vernon Press.

Nolte, T., Hutsebaut, J., Sharp, C., Campbell, C., Fonagy, P., & Bateman, A. (2023). The

Role of Epistemic Trust in Mentalization-Based Treatment of Borderline

Psychopathology. *Journal of Personality Disorders*, 37(5), 633–659.

<https://doi.org/10.1521/pedi.2023.37.5.633>

Ochsner, K. N., Silvers, J. A., & Buhle, J. T. (2012). Functional imaging studies of

emotion regulation: a synthetic review and evolving model of the cognitive control

of emotion. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1251(1).

<https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2012.06751.x>

Orme, W., Bowersox, L., Vanwoerden, S., Fonagy, P., & Sharp, C. (2019). The relation

between epistemic trust and borderline pathology in an adolescent inpatient

sample. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 6(1), 13.

<https://doi.org/10.1186/s40479-019-0110-7>

- Panagioti, M., Gooding, P. A., Taylor, P. J., & Tarrier, N. (2014). Perceived social support buffers the impact of PTSD symptoms on suicidal behavior: Implications into suicide resilience research. *Comprehensive Psychiatry*, 55(1), 104–112. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.06.004>
- Parada-Fernández, P., Herrero-Fernández, D., Oliva-Macías, M., & Rohwer, H. (2021). Analysis of the mediating effect of mentalization on the relationship between attachment styles and emotion dysregulation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 62(3), 312–320. <https://doi.org/10.1111/sjop.12717>
- Parolin, L., Milesi, A., Comelli, G., & Locati, F. (2024). The interplay of mentalization and epistemic trust: a protective mechanism against emotional dysregulation in adolescent internalizing symptoms. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 26(3). <https://doi.org/10.4081/ripppo.2023.707>
- Parrish, C. L., & Radomsky, A. S. (2010). Why do people seek reassurance and check repeatedly? An investigation of factors involved in compulsive behavior in OCD and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(2), 211–222. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.10.010>
- Pijnenburg, L. J., Velikonja, T., Pietrzak, R. H., DePierro, J., de Haan, L., Todd, A. C., Dasaro, C. R., Feder, A., & Velthorst, E. (2024). Perceived social support and longitudinal trajectories of depression and anxiety in World Trade Center responders. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 59(8), 1413–1424. <https://doi.org/10.1007/s00127-023-02569-y>
- Plana, I., Lavoie, M.-A., Battaglia, M., & Achim, A. M. (2014). A meta-analysis and scoping review of social cognition performance in social phobia, posttraumatic stress disorder and other anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 169–177. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.09.005>

- Prinstein, M. J., Borelli, J. L., Cheah, C. S. L., Simon, V. A., & Aikins, J. W. (2005). Adolescent Girls' Interpersonal Vulnerability to Depressive Symptoms: A Longitudinal Examination of Reassurance-Seeking and Peer Relationships. *Journal of Abnormal Psychology, 114*(4), 676–688. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.114.4.676>
- Pruessner, L., Holt, D. V., Götz, R., Sevchenko, N., Hofmann, S. G., & Backenstrass, M. (2020). Psychometrische Eigenschaften der deutschsprachigen Version des Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire. *Diagnostica, 66*(1), 62–73. <https://doi.org/10.1026/0012-1924/a000239>
- Ray-Yol, E., Ülbe, S., Temel, M., & Altan-Atalay, A. (2022). Interpersonal emotion regulation strategies: can they function differently under certain conditions? *Current Psychology, 41*(4), 2364–2371. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00771-8>
- Rector, N. A., Katz, D. E., Quilty, L. C., Laposa, J. M., Collimore, K., & Kay, T. (2019). Reassurance seeking in the anxiety disorders and OCD: Construct validation, clinical correlates and CBT treatment response. *Journal of Anxiety Disorders, 67*, 102109. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.102109>
- Riedl, D., Kampling, H., Kruse, J., Nolte, T., Labek, K., Kirchhoff, C., Grote, V., Fischer, M. J., Knipel, A., & Lampe, A. (2024). Epistemic Trust Is a Critical Success Factor in Psychosomatic Rehabilitation—Results from a Naturalistic Multi-Center Observational Study. *Journal of Clinical Medicine, 13*(1). <https://doi.org/10.3390/jcm13010177>
- Riedl, D., Rothmund, M. S., Grote, V., Fischer, M. J., Kampling, H., Kruse, J., Nolte, T., Labek, K., & Lampe, A. (2023a). Mentalizing and epistemic trust as critical success factors in psychosomatic rehabilitation: results of a single center

- longitudinal observational study. *Frontiers in Psychiatry*, 14.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1150422>
- Riedl, D., Rothmund, M. S., Grote, V., Fischer, M. J., Kampling, H., Kruse, J., Nolte, T., Labek, K., & Lampe, A. (2023b). Mentalizing and epistemic trust as critical success factors in psychosomatic rehabilitation: results of a single center longitudinal observational study. *Frontiers in Psychiatry*, 14.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1150422>
- Rifkin-Zybutz, R. P., Moran, P., Nolte, T., Feigenbaum, J., King-Casas, B., Fonagy, P., & Montague, R. P. (2021). Impaired mentalizing in depression and the effects of borderline personality disorder on this relationship. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40479-021-00153-x>
- Rimé, B. (2007). The Social Sharing of Emotion as an Interface Between Individual and Collective Processes in the Construction of Emotional Climates. *Journal of Social Issues*, 63(2), 307–322. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2007.00510.x>
- Rodriguez Quiroga, A., Peña Loray, J. S., Bongiardino, L., Malleville, M. E., Borensztein, L., Arredondo, A. Y., Najas-García, A., Aufenacker, S. I., Yosa, C., Asencio, M. S., Guido, M., Cottin, M., & Botero, C. (2024). Validation of the Argentine version of the epistemic trust, mistrust, and credulity questionnaire. *PLOS ONE*, 19(10), e0311352. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311352>
- Rose, A. J. (2002). Co–Rumination in the Friendships of Girls and Boys. *Child Development*, 73(6), 1830–1843. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00509>
- Sabbagh, M. A. (2004). Understanding orbitofrontal contributions to theory-of-mind reasoning: Implications for autism. *Brain and Cognition*, 55(1), 209–219.
<https://doi.org/10.1016/j.bandc.2003.04.002>

- Şahin, N. H., & Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44–56.
- Şahin, N. H., Durak Batıgün, A., & Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri: Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125–135.
- Schröder-Pfeifer, P., Talia, A., Volkert, J., & Taubner, S. (2018). Developing an assessment of epistemic trust: a research protocol. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 21(3).
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2018.330>
- Schulze, A., Cloos, L., Zdravkovic, M., Lis, S., & Krause-Utz, A. (2022). On the interplay of borderline personality features, childhood trauma severity, attachment types, and social support. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9(1), 35. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00206-9>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2015). *A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling* (4th ed.).
- Schwarzer, N.-H., Heim, N., Gingelmaier, S., Fonagy, P., & Nolte, T. (2026). Mentalizing as a Predictor of Well-Being and Emotion Regulation: Longitudinal Evidence from a Community Sample of Young Adults. *Psychological Reports*, 129(3), 2291–2312. <https://doi.org/10.1177/00332941241261902>
- Schwarzer, N.-H., Nolte, T., Fonagy, P., & Gingelmaier, S. (2021). Mentalizing and emotion regulation: Evidence from a nonclinical sample. *International Forum of Psychoanalysis*, 30(1), 34–45. <https://doi.org/10.1080/0803706X.2021.1873418>
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., & Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1–11.

- Seligowski, A. V., Lee, D. J., Bardeen, J. R., & Orcutt, H. K. (2015). Emotion Regulation and Posttraumatic Stress Symptoms: A Meta-Analysis. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(2), 87–102. <https://doi.org/10.1080/16506073.2014.980753>
- Seong, H., Lim, H., Jang, G.-E., Park, G., Kang, J., & Lee, S. M. (2024). Relationship Between Interpersonal Emotion Regulation and Social Support and Their Effects on Depressive Symptoms in Korean Emerging Adults. *Cognitive Therapy and Research*, 48(4), 661–675. <https://doi.org/10.1007/s10608-024-10470-4>
- Sharp, C., Pane, H., Ha, C., Venta, A., Patel, A. B., Sturek, J., & Fonagy, P. (2011). Theory of Mind and Emotion Regulation Difficulties in Adolescents With Borderline Traits. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 50(6), 563-573.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2011.01.017>
- Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation and Psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11(1), 379–405. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112739>
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269–281. <https://doi.org/10.1080/14616730500245906>
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P. K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 141–163. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.002>
- Sloover, M., van Est, L. A. C., Janssen, P. G. J., Hilbink, M., & van Ee, E. (2022). A meta-analysis of mentalizing in anxiety disorders, obsessive-compulsive and related disorders, and trauma and stressor related disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 92, 102641. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102641>

- Sperber, D., Clément, F., Heintz, C., Mascaro, O., Mercier, H., Origgi, G., & Wilson, D. (2010). Epistemic Vigilance. *Mind & Language*, 25(4), 359–393.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-0017.2010.01394.x>
- Sperber, D., & Wilson, D. (1995). *Relevance: Communication and cognition*. Blackwell Publishing.
- Starr, L. R., & Davila, J. (2008). Excessive reassurance seeking, depression, and interpersonal rejection: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*, 117(4), 762–775. <https://doi.org/10.1037/a0013866>
- Stern, D. N. (2018). *The Interpersonal World of the Infant*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780429482137>
- Stewart, J. G., & Harkness, K. L. (2017). Testing a Revised Interpersonal Theory of Depression Using a Laboratory Measure of Excessive Reassurance Seeking. *Journal of Clinical Psychology*, 73(3), 331–348. <https://doi.org/10.1002/jclp.22338>
- Tabachnick, B. G. ., & Fidell, L. S. . (2019). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Taber, K. S. (2018). The Use of Cronbach’s Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Tamis-LeMonda, C. S., Adolph, K. E., Lobo, S. A., Karasik, L. B., Ishak, S., & Dimitropoulou, K. A. (2008). When infants take mothers’ advice: 18-month-olds integrate perceptual and social information to guide motor action. *Developmental Psychology*, 44(3), 734–746. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.3.734>
- Tanzilli, A., Cibelli, A., Liotti, M., Fiorentino, F., Williams, R., & Lingiardi, V. (2022). Personality, Defenses, Mentalization, and Epistemic Trust Related to Pandemic Containment Strategies and the COVID-19 Vaccine: A Sequential Mediation Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14290. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114290>

- Taubner, S., Kessler, H., Buchheim, A., Kächele, H., & Staun, L. (2011). The Role of Mentalization in the Psychoanalytic Treatment of Chronic Depression. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 74(1), 49–57.
<https://doi.org/10.1521/psyc.2011.74.1.49>
- Taubner, S., & Sevecke, K. (2015). Kernmodell der Mentalisierungsbasierten Therapie. *Psychotherapeut*, 60(2), 169–184. <https://doi.org/10.1007/s00278-015-0012-0>
- Taubner, S., Zimmermann, L., Ramberg, A., & Schröder, P. (2016). Mentalization Mediates the Relationship between Early Maltreatment and Potential for Violence in Adolescence. *Psychopathology*, 49(4), 236–246.
<https://doi.org/10.1159/000448053>
- Taylor, A. B., MacKinnon, D. P., & Tein, J.-Y. (2008). Tests of the Three-Path Mediated Effect. *Organizational Research Methods*, 11(2), 241–269.
<https://doi.org/10.1177/1094428107300344>
- Taylor, S. E. (2012). Social Support: A Review. In *The Oxford Handbook of Health Psychology* (pp. 190–214). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195342819.013.0009>
- Thoemmes, F., MacKinnon, D., & Reiser, M. (2010). Power Analysis for Complex Mediation Designs Using Monte Carlo Methods. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 17(3), 510–534.
<https://doi.org/10.1080/10705511.2010.489379>
- Thoits, P. A. (1996). Managing the Emotions of Others. *Symbolic Interaction*, 19(2), 85–109. <https://doi.org/10.1525/si.1996.19.2.85>
- Thomas, N., & Jenkins, H. (2019). The journey from epistemic vigilance to epistemic trust: service-users experiences of a community mentalization- based treatment programme for Anti-Social personality disorder (ASPD). *The Journal of Forensic*

Psychiatry & Psychology, 30(6), 909–938.

<https://doi.org/10.1080/14789949.2019.1670856>

Thompson, R. A. (1994). EMOTION REGULATION: A THEME IN SEARCH OF DEFINITION. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>

Tinsley, H. E. A., & Tinsley, D. J. (1987). Uses of factor analysis in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 34(4), 414–424. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.34.4.414>

Tironi, M., Charpentier Mora, S., Liotti, M., Fiorini Bincoletto, A., Tanzilli, A., Cavanna, D., Lingiardi, V., Speranza, A. M., Giovanardi, G., & Bizzi, F. (2024). Adverse childhood experiences and psychological maladjustment in adolescence: The protective role of epistemic trust, mentalized affectivity, and reflective functioning. *Journal of Clinical Psychology*, 80(11), 2228–2246. <https://doi.org/10.1002/jclp.23733>

Tomei, A., Studer, J., & Gmel, G. (2025). Perceived social support according to the type and number of addictions. *PLOS One*, 20(8), e0329256. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0329256>

Trompetter, H. R., de Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2017). Why Does Positive Mental Health Buffer Against Psychopathology? An Exploratory Study on Self-Compassion as a Resilience Mechanism and Adaptive Emotion Regulation Strategy. *Cognitive Therapy and Research*, 41(3), 459–468. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9774-0>

Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119(3), 488–531. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.119.3.488>

- Uygun, E., Cebeci, R., Özsoy, E., Başar, Ş., Erim, B., & Erkoç, N. (2019). Investigation of the relationship between perceived social support and psychological resilience in bipolar disorder: a cross-sectional study. *Anatolian Journal of Psychiatry*, (0), 1. <https://doi.org/10.5455/apd.44293>
- Vahidi, E., Ghanbari, S., & Behzadpoor, S. (2021). The relationship between mentalization and borderline personality features in adolescents: mediating role of emotion regulation. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 284–293. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.1931376>
- Van Meter, A. R., & Youngstrom, E. A. (2016). Distinct Roles of Emotion Reactivity and Regulation in Depressive and Manic Symptoms Among Euthymic Patients. *Cognitive Therapy and Research*, 40(3), 262–274. <https://doi.org/10.1007/s10608-015-9738-9>
- van Zyl, L. E., & ten Klooster, P. M. (2022). Exploratory Structural Equation Modeling: Practical Guidelines and Tutorial With a Convenient Online Tool for Mplus. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.795672>
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., & Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 18(1), 156. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1736-5>
- Wang, Jichuan., & Wang, Xiaoqian. (2020). *Structural equation modeling : applications using Mplus*. Wiley.
- Weiland, A.-M., Taubner, S., Zettl, M., Bartmann, L. C., Frohn, N., Luginsland, M., & Volkert, J. (2024). Epistemic trust and associations with psychopathology: Validation of the German version of the Epistemic Trust, Mistrust and Credulity-Questionnaire (ETMCQ). *PLOS ONE*, 19(11), e0312995. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0312995>

Zaki, J., & Williams, W. C. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion, 13*(5), 803–810. <https://doi.org/10.1037/a0033839>

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., & Berkoff, K. A. (1990). Psychometric Characteristics of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment, 55*(3–4), 610–617. <https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674095>



EKLER
EK 2. SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Yaş:

2. Cinsiyet:

3. Yaşadığınız il:

4. Eğitim Durumu:

- İlkokul
- Ortaokul
- Lise
- Üniversite
- Yüksek Lisans veya üzeri

5. Meslek:

- Öğrenci
- Çalışıyor
- Çalışmıyor
- Emekli
- Diğer (Lütfen belirtiniz): _____

6. İlişki durumunuz:

- İlişkisi yok
- İlişkisi var
- Evli
- Boşanmış

EK 3. ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemek için 1'den 7 'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

1 = Kesinlikle hayır; 7 = Kesinlikle evet

	1	2	3	4	5	6	7
1. Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya çalışır.							
2. İhtiyacım olan duygusal yardım ve desteği ailemden (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) alırım.							
3. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.							
4. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.							
5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.							
6. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.							
7. Sorunlarımı ailemle (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) konuşabilirim.							
8. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.							

9. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.							
10. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.							
11. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.							
12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.							

EK 4. GÜVENCE ARAYIŞI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki sorular için aşağıdaki ölçeği kullanarak sizin için en uygun olan rakamı işaretleyiniz.

1 = Hayır, hiç; 2 = Hayır, nadiren; 3 = Pek değil; 4 = Emin değilim; 5 = Evet, bazen; 6 = Evet, sıklıkla; 7 = Evet, çok sık

	1	2	3	4	5	6	7
1) Genel olarak, yakın hissettiğiniz insanlara, sizin hakkınızda <u>gerçekten</u> ne hissettiklerini sorarken kendinizi sık sık yakalar mısınız?							
2) Genel olarak, yakın hissettiğiniz insanlardan sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair sık sık güvence arar mısınız?							
3) Genel olarak, yakın hissettiğiniz kişiler, onların sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair güvence aramanızdan bazen rahatsız olurlar mı?							
4) Genel olarak, yakın hissettiğiniz kişilerin, onların sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair güvence aramanızdan “bıktıkları” olur mu?							

EK 5. KİŞİLERARASI DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ

Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Her ifade, insanların duygularını düzenlemek için etrafındaki diğer kişileri nasıl kullandığını belirtmektedir. Lütfen her ifadeyi okuyunuz ve ardından bu ifade sizin için ne düzeyde geçerliyse ve ne kadar doğruysa 1’den (benim için hiç doğru değil) 5’e (benim için tümüyle doğru) kadar bir puan veriniz. Lütfen bunu her ifade için yapınız. Bu ifadelerin yanlış ya da doğru cevabı yoktur, kendi duygu ve davranışlarınızı düşünerek içtenlikle ve hiçbirini atlamadan yanıt veriniz.

1 = Hiç doğru değil; 2 = Çok az doğru; 3 = Orta düzeyde doğru; 4 = Oldukça doğru; 5 = Tümüyle doğru

	1	2	3	4	5
1. Başka insanların duygularıyla nasıl baş ettiklerini öğrenmek, bana daha iyi hissettirir.					
2. Başka insanların, olayların görüldüğü kadar kötü olmadığını göstermeleri üzüntümü hafifletir.					
3. Sevincimi paylaşmak için heyecanlandığımda başka insanların çevremde olması hoşuma gider.					
4. Mutsuz olduğumda, bana şefkat gösterecek insanlar ararım.					
5. Bir sorun nedeniyle endişeye kapıldığımda, diğer insanların o sorunla nasıl başa çıktıklarını duymak bana yardımcı olur.					
6. Mutluyken, belli insanların yanımda olması bana iyi gelir.					
7. Üzgün olduğumda, daha kötü durumdakileri hatırlatan birilerinin olması bana iyi gelir.					
8. İyi hissettiğimde, başka insanlarla birlikte olmayı severim; çünkü birlikte olmak olumlu duyguları artırır.					
9. Üzgün hissetmek, genellikle bana anlayış gösterecek birilerini					

aramama neden olur.					
10. Mutsuz olduğumda, başka insanlar, daha kötülerinin olabileceğini fark ettirerek, bana daha iyi hissettirir.					
11. Hayal kırıklığına uğradığımda, başka insanların aynı durumla nasıl başa çıktığını görmek bana yardımcı olur.					
12. Moralim bozulduğunda, rahatlamak için başka insanlara ihtiyaç duyarım.					
13. Mutlu olduğumda başka insanların yanımda olmasını isterim, çünkü mutluluk bulaşıcıdır.					
14. Sinirlendiğimde, başka insanlar “dert etme” diyerek beni sakinleştirebilir.					
15. Üzgün olduğumda, başka insanların benzer duygularla nasıl baş ettiğini duymak bana yardımcı olur.					
16. Kendimi üzgün hissettiğimde, sırf sevilen biri olduğumu bilmek için başkalarına ihtiyaç duyarım.					
17. Kaygılandığımda, insanların, endişelenecek bir şey olmadığını söylemeleri beni rahatlatır.					
18. Sevinçli olduğumda, başkalarıyla birlikte olarak, onları da mutlu etmek isterim.					
19. Üzgün hissettiğimde teselli için başka insanları ararım.					
20. Keyifsizsem, diğer insanlar benim durumumda olsa ne yaparlardı, bilmek isterim.					

EK 6. YAKIN İLİŞKİDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Hiç
katılmıyorum Kararsızım Tamamen
katılıyorum

	1	2	3	4	5	6	7
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.							
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.							
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.							
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.							
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.							
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak							

konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.							
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedığım kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.							
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.							
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.							
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.							
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.							
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.							
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.							
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.							
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.							
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.							
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.							
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.							
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur							

20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.							
21. Terk edilmekten pek korkmam.							
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.							
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.							
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.							
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.							
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.							
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.							
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.							
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, 'gerçek ben' den hoşlanmayacağından korkarım.							
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.							
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkeler.							
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.							
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım							
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için							

kolaydır.							
35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.							
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.							



EK 7. EPİSTEMİK GÜVEN, GÜVENSİZLİK, İNANIRLIK REVİZE ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyun ve ilgili ifade için görüşünüze ve deneyimlerinize en yakın olan sayıyı seçerek her bir ifadeye katılma derecenizi belirtin.

1 = Kesinlikle katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Biraz katılmıyorum, 4 = Ne

katılıyorum ne katılmıyorum, 5 = Biraz katılıyorum, 6 = Katılıyorum, 7 = Kesinlikle katılıyorum

	1	2	3	4	5	6	7
1. Kişisel bir sorunum olduğunda genellikle başkalarından tavsiye isterim.							
2. Beni iyi tanıyan biri tarafından verilen bilgiye daha kolay güvenir ve benimserim.							
3. Çoğu zaman, insanların ne istediğimi ve neye ihtiyacım olduğunu anlamadığımı düşünürüm.							
4. İnsanların bana söylediği hemen hemen her şeye inandığım için genellikle naif biri olarak görülürüm.							
5. Beni uzun süredir tanıyan insanlarla konuşmak, bazen kendime dair yeni bakış açıları kazanmama yardımcı olur.							
6. Başkalarının paylaştığı tecrübelerden ders çıkarmayı oldukça faydalı bulurum.							
7. İnsanların söylediklerine çok fazla inanırsan, zarar görme ihtimalin yüksektir.							
8. Biri bana bir şey anlattığında, ilk tepkim bunu bana neden anlattığını merak etmek olur.							
9. Sıklıkla yanlış insanlardan tavsiye aldım.							
10. İnsanlar, benim başkalarından çok kolay etkilendiğimi							

söylerler.							
11. Ne yapacağımı bilemediğimde, ilk aklıma gelen, görüşlerine değer verdiğim birine fikrini sormaktır.							
12. Geçmişte, kime inanmam gerektiğine dair yanlış kararlar verdim ve bu durum kötüye kullanıldı.							
13. Bana söylenenleri anlasam bile, bu söylenenler hakkında ne düşüneceğimi genellikle bilemem.							
14. Başkalarının fikirlerine gerçekten ilgi duyarım.							
15. Biri önemli olduğunu düşündüğü bir konuyu açıklarken, çoğunlukla bu konunun benimle alakasız olduğunu düşünürüm.							
16. Biri bana bir şey anlattığında, genellikle fikirlerini bana dayatıyor gibi hissedirim.							
17. Başkaları ne söylendiğine dair net bir görüşe sahipken, ben genellikle ne düşüneceğimi bilemem.							
18. İnsanlar genellikle söyledikleri şeylerde dürüst olmayı önemsemezler.							

EK 8. KISA SEMPTOM ENVANTERİ

Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir.

Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyunuz. Daha sonra, o belirtinin SİZDE BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAR OLDUĞUNU yandaki bölmede uygun olan yere işaretleyiniz. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendiriniz:

Bu belirtiler son bir haftadır sizde ne kadar var?

0 = Hiç yok; 1 = Biraz var; 2 = Orta derecede var ; 3 = Epey var; 4 = Çok fazla var

	0	1	2	3	4
1. İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali					
2. Baygınlık, baş dönmesi					
3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri					
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu					
5. Olayları hatırlamada güçlük					
6. Çok kolayca kızıp öfkelenme					
7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar					
8. Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu					
9. Yaşamınıza son verme düşünceleri					
10. İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği hissi					
11. İştahta bozukluklar					
12. Hiçbir nedeni olmayan ani korkular					
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları					
14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetmek					

15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek					
16. Yalnızlık hissetmek					
17. Hüzünlü, kederli hissetmek					
18. Hiçbir şeye ilgi duymamak					
19. Ağlamaklı hissetmek					
20. Kolayca incinebilme, kırılmak					
21. İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak					
22. Kendini diğerlerinden daha aşağı görme					
23. Mide bozukluğu, bulantı					
24. Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu					
25. Uykuya dalmada güçlük					
26. Yaptığınız şeyler tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek					
27. Karar vermede güçlükler					
28. Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla					
29. Nefes darlığı, nefessiz kalmak					
30. Sıcak-soğuk basmaları					
31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak					
32. Kafanızın “bomboş” kalması					
33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar					
34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği					
35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları					
36. Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanmak					
37. Bedeninizin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi					

38. Kendini gergin ve tedirgin hissetmek					
39. Ölme ve ölüm üzerine düşünceler					
40. Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği					
41. Bir şeyleri kırma, dökme isteği					
42. Diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak					
43. Kalabalıklarda rahatsızlık duymak					
44. Bir başka insana hiç yakınlık duymamak					
45. Dehşet ve panik nöbetleri					
46. Sık sık tartışmaya girmek					
47. Yalnız bırakıldığında/kalındığında sinirli hissetmek					
48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek					
49. Yerinde duramayacak kadar kendini tedirgin hissetmek					
50. Kendini değersiz görmek					
51. Eğer izin vererseniz insanların sizi sömüreceği duygusu					
52. Suçluluk duyguları					
53. Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri					

EK 9. ZİHİNSELLEŞTİRME ÖLÇEĞİ

Aşağıda kendinizin ve diğerlerinin duygularını anlama becerinizle ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Sizden aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi değerlendirmenizi istiyoruz. Lütfen "katılmıyorum"dan "katılıyorum"a kadar derecelendirilen ölçekteki her bir ifadeyi yanıtlayınız.

	1	2	3	4	5
1. Eleştirileceğimi ya da rencide edileceğimi düşünürsem korkum gittikçe artar.					
2. Başkalarının açıklamaları, kendi hislerimi anlamamda çok az yardımcı olur.					
3. Bazen hisler benim için tehlikeli olur.					
4. Birinin beni gerçekten çok sevdiğine, yeterince gerçekçi kanıt (örn; randevu, hediye ya da sarılma gibi) varsa inanabilirim.					
5. Çoğu zaman hiçbir şey hissetmemek daha iyidir.					
6. Çoğunlukla hislerimi kontrol edemiyorum.					
7. İlişkilerin değişebileceğine inanmak benim için zordur.					
8. Fiziksel bir gerginlik ya da rahatsızlık hissini, tüm dikkatimi çekene kadar görmezden gelme eğilimindeyimdir.					
9. Hisler hakkında konuşmak, onların daha da güçlenmesine neden olur.					
10. Bazen duygularımı sadece geriye dönüp baktığımda fark edebiliyorum.					
11. Çoğu zaman duygularımı tüm yoğunluğuyla hissetmek benim için zordur.					
12. Çoğunlukla birinin beni eleştireceği ya da rencide edeceği					

düşüncesiyle tehdit altında hissederim.					
13. Biri yanımda esnerse, bu benimle birlikteyken sıkıldığının sağlam bir işaretidir.					
14. Çoğu zaman başkalarıyla ne hissettiğim ya da düşündüğümle ilgili konuşmak istemem.					
15. Çoğu zaman iç dünyamda ne olduğunu bilmem bile.					



EK 10. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın Gönüllü,

Ankara Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı doktora öğrencisi Güler Beril Kumpasoğlu'nun, Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün danışmanlığında planlanmış olan doktora tezi kapsamındaki araştırmaya katılmak üzere davet edildiğinizi bildirmek isteriz. Araştırmaya katılmadan önce, araştırmanın amaçlarını anlamanız ve bu bilgilendirme çerçevesinde kararınızı özgürce vermeniz gerekmektedir.

Bu çalışmanın amacı, bireylerin sosyal yolla edindikleri bilgilere yönelik tutumlarının incelendiği bir ölçeği Türkçe'ye uyarlamak ve bu tutumların çeşitli bireysel ve ilişkisel faktörlerle olan ilişkisini incelemektir. Çalışmaya 18 yaş üstü herkes katılabilir. Çalışma kapsamında sizden, verilen ölçek maddelerine eksiksiz bir biçimde size uygun yanıtlar vermeniz beklenmektedir. Araştırma kapsamında doldurulacak ölçeklerin tamamlanma süresi yaklaşık olarak 20 dakikadır. Dolduracağınız ölçekler genellikle bireysel anlamda rahatsızlık verecek sorular veya uygulamalar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi bir başka nedenden dolayı kendinizi rahatsız hissederseniz anketi yarıda bırakıp çıkabilirsiniz.

Bu araştırmanın sonuçları bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacak, araştırma yayınlandığında ise varsa kimlik bilgilerinizin gizliliği korunacaktır. Araştırma gönüllülük esasına dayanmaktadır; araştırma kapsamında size herhangi bir ücret verilmeyecek veya herhangi bir ücret talep edilmeyecektir.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak ve sorularınız için çalışma yürütücüsü Güler Beril Kumpasoğlu'na ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllülere verilmesi gereken bilgileri içeren metni okudum. Araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla

sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

Evet ☐

Hayır ☐



EK 10. ETİK KURUL ONAYI

ANKARA ÜNİVERSİTESİ ALT ETİK KURULU KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi : 15.11.2024
Toplantı Sayısı : 20
Karar Sayısı : 317

317- Üniversitemiz Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi öğretim üyelerinden Prof.Dr.Ayşegül DURAK BATIGÜN'ün danışmanlığını yaptığı, Güler Beril KUMPASOĞLU'nun "Çocukluk Çağı Travmaları, Epistemik Güven ve Zihinselleştirme Becerisinin Kişilerarası Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji ile İlişkisi" başlıklı doktora tezi ile ilgili 25.10.2024 tarihli "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelendi.

Üniversitemiz Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi öğretim üyelerinden Prof.Dr.Ayşegül DURAK BATIGÜN'ün danışmanlığını yaptığı, Güler Beril KUMPASOĞLU'nun "Çocukluk Çağı Travmaları, Epistemik Güven ve Zihinselleştirme Becerisinin Kişilerarası Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji ile İlişkisi" başlıklı doktora tezi ile ilgili araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

ÖZET

Bu tez çalışmasının amacı, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumların ve ilişkisel süreçlerin rollerini incelemektir. Tez kapsamında iki çalışma yürütülmüştür. İlk çalışmada, Epistemik Güven, Güvensizlik ve İnanırlık Ölçeği–Revize Formu’nun Türkçe uyarlaması yapılmış ve ölçeğin psikometrik özellikleri değerlendirilmiştir. Bulgular, ölçeğin epistemik güven, epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlık olmak üzere üç faktörlü yapısını genel olarak koruduğunu; alt boyutların kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılık gösterdiğini ve kuramsal olarak beklenen değişkenlerle anlamlı ilişkiler sergilediğini ortaya koymuştur.

İkinci çalışmada, zihinselleştirme güçlükleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkide epistemik tutumlar, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri, aşırı güvence arayışı ve algılanan sosyal desteğin aracı rolleri incelenmiştir. Bulgular, zihinselleştirme güçlüklerinin psikopatoloji belirti düzeyiyle güçlü biçimde ilişkili olduğunu göstermiştir. Epistemik güvensizlik ve epistemik inanırlığın bu ilişkide kısmi aracı rol oynadığı, epistemik güvenin ise doğrudan aracı rol üstlenmediği bulunmuştur. Seri aracılık analizlerinde, kişilerarası duygu düzenleme stratejileri içinde yalnızca yatıştırılmanın anlamlı rol oynadığı; bu yolun epistemik güven ve epistemik inanırlık üzerinden ortaya çıktığı görülmüştür. Aşırı güvence arayışının ise yalnızca epistemik inanırlık üzerinden anlamlı bir aracı rol üstlendiği belirlenmiştir. Algılanan sosyal destek aracılığıyla kurulan anlamlı yol ise yalnızca epistemik güven üzerinden ortaya çıkmıştır.

Elde edilen bulgular, zihinselleştirme yaklaşımına ve tanılarüstü psikopatoloji perspektifine katkı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Zihinselleştirme, epistemik güven, psikopatoloji, kişilerarası duygu düzenleme, aşırı güvence arayışı, algılanan sosyal destek

ABSTRACT

The aim of this thesis was to examine the roles of epistemic stances and relational processes in the association between mentalizing difficulties and psychopathology. Two studies were conducted. In the first study, the Epistemic Trust, Mistrust and Credulity Questionnaire–Revised Form was adapted into Turkish, and its psychometric properties were evaluated. The findings showed that the scale generally retained its three-factor structure, consisting of epistemic trust, epistemic mistrust, and epistemic credulity. The subscales demonstrated acceptable internal consistency and showed significant associations with theoretically relevant variables.

In the second study, the mediating roles of epistemic stances, interpersonal emotion regulation strategies, excessive reassurance seeking, and perceived social support in the relationship between mentalizing difficulties and psychopathology were examined. The findings showed that mentalizing difficulties were strongly associated with psychopathological symptom severity. Epistemic mistrust and epistemic credulity partially mediated this relationship, whereas epistemic trust did not have a direct mediating role. Serial mediation analyses indicated that, among interpersonal emotion regulation strategies, only soothing played a significant role; this pathway emerged through epistemic trust and epistemic credulity. Excessive reassurance seeking showed a significant mediating role only through epistemic credulity. The significant pathway involving perceived social support emerged only through epistemic trust.

Overall, the findings contribute to mentalizing approach and to the transdiagnostic perspective on psychopathology by highlighting the importance of epistemic and relational processes in understanding psychological symptoms.

Keywords: Mentalizing, epistemic trust, psychopathology, interpersonal emotion regulation, excessive reassurance seeking, perceived social support.