

BÖLÜM 6

Obsesif Kompulsif Bozukluk ve EMDR

Burçak ERİTMEN YEŞİLTAŞ¹

Obsesif Kompulsif Bozukluk Nedir?

Işıkları kapattım mı, saymadan duramıyorum, ben yapmak istemesem de içimden bir ses yapmazsan başın belaya girer diyor... Hepimizin hemen her gün tekrar tekrar yaptığı davranışlar, rutinler, ritüeller vardır. Hem çocuklar hem de yetişkinler kontrolde kalmak ve güvende olmak adına bu rutinleri sürdürmeye devam ederiz. Bu yaptıklarımızı aşırı uçlarda yaşamadığımız müddetçe aslında bizi tedbirli bir biçimde hayatta tutar. Bu davranışlar takıntılı bir mücadeleye ve engelleyici bir role dönüşmedikçe işlevsel kalmaya devam eder. Tüm bunlar günlük yaşantımızı aksatmaya ve engellemeye, beynimizi rahatsızlık verir biçimde meşgul etmeye, gerçekleşmediğinde yoğun kaygı hissettirmeye, gelişimimizi sekteye uğratmaya başladığında işte o zaman planlı olmamıza yardımcı olan günlük rutinlerden çıkıp obsesif kompulsif bozukluktan (OKB) söz etmeye başlayabiliriz.

OKB iki ayrı semptom ile tanımlanır; obsesyonlar (takıntılar) ve kompulsiyonlar. Sıklıkla tekrar eden obsesif düşünceler ve kompulsif davranışlar ile kendini gösteren kaygı temelli bir durumdur. Kişinin günlük yaşamını aksatmasına ve işlevselliğini engellemesine sebep olan kaygılar ile baş etmeye çalıştığı yoğunlukla sıkışık hissetmesine sebep olur. Obsesyonlar tekrarlayan ve kalıcı düşünceler olarak tanımlanırken, kompulsiyonlar da var olan kaygı ile baş etmek için

¹ Uzm. Psikolog, burcakeritmen@hotmail.com, ORCID ID: 0000-0001-8969-5643

Kaynaklar

1. Bayraktar, E. (1997). Obsesif kompulsif bozukluk. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 25-32.
2. Hanna GL. Demographic and clinical features of obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *J. Am. Acad. Child Adolesc. Psychiatry* 1995; 34: 19-27.
3. Köroğlu, E. (2001). Amerikan psikiyatri birliği: psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması el kitabı, yeniden gözden geçirilmiş 4. Baskı (*Dsm-Iv-Tr*). (Köroğlu, E, Çev.). Ankara: Hekimler.
4. Karno, M., Golding, J. M., Sorenson, S. B., & Burnam, M. A. (1988). The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in five US communities. *Archives of general psychiatry*, 45(12), 1094-1099.
5. Öner, P., & Aysev, A. (2001). Çocuk ve ergenlerde obsesif kompulsif bozukluk. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 10(11), 409-411.
6. Geller, D. A. (2006). Obsessive-compulsive and spectrum disorders in children and adolescents. *Psychiatric Clinics*, 29(2), 353-370.
7. Lenane, M. C., Swedo, S. E., Leonard, H., Pauls, D. L., Sceery, W., & Rapoport, J. L. (1990). Psychiatric disorders in first degree relatives of children and adolescents with obsessive compulsive disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 29(3), 407-412.
8. van Grootheest, D. S., Bartels, M., Cath, D. C., Beekman, A. T., Hudziak, J. J., & Bomsma, D. I. (2007). Genetic and environmental contributions underlying stability in childhood obsessive-compulsive behavior. *Biological psychiatry*, 61(3), 308-315.
9. Alonso, P., Menchón, J. M., Mataix-Cols, D., Pifarré, J., Urretavizcaya, M., Crespo, J. M., ... & Vallejo, J. (2004). Perceived parental rearing style in obsessive-compulsive disorder: relation to symptom dimensions. *Psychiatry research*, 127(3), 267-278.
10. Liakopoulou, Magda, et al. (2010). The psychopathology of parents of children and adolescents with obsessive-compulsive disorder. *Psychopathology* 43 (4), 209-215.
11. Evans, D. W., Gray, F. L., & Leckman, J. F. (1999). The rituals, fears and phobias of young children: Insights from development, psychopathology and neurobiology. *Child psychiatry and human development*, 29, 261-276.
12. Briggs, E. S., & Price, I. R. (2009). The relationship between adverse childhood experience and obsessive-compulsive symptoms and beliefs: the role of anxiety, depression, and experiential avoidance. *Journal of anxiety disorders*, 23(8), 1037-1046.
13. Marr, J. (2012). Obsesif-Kompulsif Bozukluğu 'nun Tedavisinde EMDR Terapisi: Ön Araştırma. *EMDR Uygulama ve Araştırma Dergisi* 6(1), pp. 2-15.
14. Böhm, K., & Voderholzer, U. (2010). Use of EMDR in the treatment of obsessive-compulsive disorders: A case series. *Verhaltenstherapie*, 20, 175-181.
15. Valleni-Basile, L. A., Garrison, C. Z., Jackson, K. L., Waller, J. L., McKEOWN, R. E., Addy, C. L., & Cuffe, S. P. (1994). Frequency of obsessive-compulsive disorder in a community sample of young adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 782-791.
16. Rapaport JL, Inoff G. (2000). Practitioner review: Treatment of obsessive-compulsive disorder in children and adolescents. *J. Child Psychol Psychiatr*, 41: 419-431.
17. Freud, A. (2000). Çocuklukta normallik ve patoloji. *Basım. AN Babaoğlu (çev.)*, İstanbul: Metis Yayınları. (orijinal baskı tarihi 1965).