



REDDEDİLMEK; İÇSEL KORKUMUZ

Gamze Vesile ÇOLAK¹, Aslı Enzel KOÇ², Çiçek HOCAOĞLU³

ÖZ

İnsanın en temel ihtiyaçlarından biri başkaları tarafından kabul görme ve onaylanma ihtiyacıdır. Reddedilme duyarlılığı (RD), kişinin başkalarının davranışlarında reddedilme ipuçlarını beklemesine, kolayca algılamasına ve reddedilmeye yoğun şekilde tepki vermesine yol açan bilişsel-duygusal bir bilgi işleme eğilimi olarak açıklanan bir olgudur (De Rubeis vd., 2017; Sommerfeld ve Shechory Bitton, 2020). Bu yazıda reddedilme duyarlılığının tanımı, ilgili kuramlar, reddedilme duyarlılığına neden olan biyolojik, psikolojik ve psikososyal faktörlerin açıklanmasıyla birlikte reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişilerin hissettiği duygular, bunun kişiler arası işleyişe nasıl yansıdığı ve nasıl baş edecekleri incelenmiştir. Toplumun bir parçası olan bireyin psikolojik sağlığının korunmasında ve geliştirilmesinde yapılacak olan çalışmalara zemin hazırlaması açısından önemli görülmektedir. Tanı sınıflanmasındaki yeri ve eş tanılu ruhsal bozuklukların da incelenmesinin ruh sağlığı profesyonellerine, ileride yapılacak bilimsel araştırmalara katkı sağlaması öngörülmektedir. Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireyler düşük olanlara göre ret ve kabulleri farklı şekillerde yorumlamaktadırlar. Kaygılı reddedilme beklentisi olan kişiler, kaygılarını doğrulayan hareketlerde bulunurlar. Aynı zamanda reddedilme duyarlılığı bazı psikopatolojilerle iç içedir.

Anahtar Kelimeler

Reddedilme Duyarlılığı, Korku, Reddedilmek, Psikiyatri

REJECTION; OUR INNER FEAR

ABSTRACT

One of the most basic human needs is the need to be accepted and approved by others. Rejection sensitivity (RD) is a phenomenon described as a cognitive-emotional information processing tendency that causes a person to wait for rejection cues in the behavior of others, perceive easily, and react heavily to rejection (De Rubeis et al., 2017; Sommerfeld ve Shechory Bitton, 2020). In this article, the definition of rejection sensitivity, related theories, and the explanation of the biological psychological and psychosocial factors that cause rejection sensitivity, the emotions felt by people with high rejection sensitivity, how this is reflected in interpersonal functioning and how they will cope are discussed. It is considered important in terms of laying the groundwork for the studies to be carried out in the protection and development of the psychological health of the individual who is a part of the society. It is predicted that its place in the diagnostic classification and its examination in comorbid mental disorders will contribute to mental health professionals and future scientific research. Individuals with high rejection sensitivity interpret their rejection and acceptance differently than those with low rejection. People with anxious anticipation of rejection take actions that validate their anxiety. In addition, rejection sensitivity is intertwined with some psychopathologies.

Key Words

Rejection Sensitivity, Fear, Rejection, Psychiatry

¹Psikolog, Rize Tıp Merkezi, e-mail: gamzevesilecolak@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0744-0626

²Dr., Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, e-mail: sovera972@yahoo.com, ORCID: 0000-0002-9853-745X

³Prof. Dr., Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, e-mail: cicekh@gmail.com, ORCID: 0000-0001-6613-4317

Alıntılama: Çolak, G.V., Koç, A.E., Hocaoğlu, Ç. (2021). Reddedilmek; İçsel korkumuz. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(9), 45-56.

Giriş

Yalnızlık, evrimsel bir temeli olan kişiye ıstırap verici evrensel bir fenomendir. Diğer kişiler ile yakın ilişkiler kurma ve sürdürme; sevilme, değer görülme, kimliklerinin diğerleri tarafından onaylanması ihtiyaçlarının yaşamsal bir önemi de vardır. İlk insanlar hayatta kalmak ve nesillerinin devam etmesi amacı ile küçük gruplar halinde yaşamaktaydılar. İş birlikçi yaşam tarzı enerjilerini korumalarına ve refah halinde yaşam sürmelerine olanak tanıyordu. Gruptan dışlanma, sürgün edilme yani sosyal olarak reddedilme muhtemelen ölüm cezası ile eş anlam taşımaktaydı. Aidiyet ve ait olma ihtiyacı kendini koruyan dişleri, kalın kürkleri ve pençeleri olmayan savunmasız insan türü için büyük bir avantaj sağlamaktadır (DeWall ve Bushman, 2011; Özen ve Güneri, 2018; Rokach, 2004).

Sosyal kabul bireyin kişisel çıkarlarına fayda sağlayabilse de toplum refahı için kişilerin dürtü ve hazlarından vazgeçtiği birçok durum vardır. İstikrarlı ve kalıcı bağlar kurmak insanlığın derin ve güçlü motivasyonlarından biri olarak kabul edilir ve birçok insan davranışının temelini oluşturur (Twenge vd., 2001).

Sosyal reddedilme kişinin veya kişilerin görmezden gelinmesi, gruplara veya ilişkilere dâhil edilmemesi ya da dâhil edilmesi konusunda isteksizlik gösterilmesi olarak tarif edilebilir. Reddedilme ilkel kabileler ve modern kültürlerde, akademik yaşamın her döneminde, iş yerlerinde, sanal ortamda ve kişiler arası ilişkilerde gözlemlenebilir. Aynı zamanda tüm yaşamı kapsar. Oyun dışında tutulan çocukları, çatışmalı ilişkilerden ötürü grup dışına itilen ergenleri görürüz. Yetişkinlerin önemli bir çoğunluğu yaşamlarının bir döneminde reddeden ya da reddedilen kişi olmayı deneyimlediklerini belirtmiştir. Sosyal dışlanma genellikle anksiyete, depresyon, yalnızlık ve izolasyon duyguları gibi olumsuz duygusal deneyimlere yol açar (Williams vd., 2000). Sosyal reddedilmenin birçok farklı yönü vardır. Psikiyatri hastanelerinde uzun süre kalan, bakımevlerinde kalan demanslı yaşlı bireylerin, bazen de sığınmacıların ölü ya da hiç yokmuş gibi muamele görme şekillerini tanımlamak için kullanılan sosyal ölüm bir dışlama şeklidir; ölüm türlerinden biri olarak kabul edilip biyolojik ölümle sıkı ilişki içinde olduğu düşünülmektedir. Sosyal yaşamlarından ve ilişkilerinden uzaklaşan bu kişiler sosyal kimliklerini, aidiyetlerini kaybederler; yaşam kaliteleri bozulur (Borgstrom, 2017).

Sosyal reddedilme, tüm yaş grupları ve farklı kültürler içinde gözlenebilen fiziksel ve ruhsal sağlık üzerinde önemli ölçütte etkisi olan, kişilerde anksiyete, depresyon, yalnızlık, çaresizlik ve izolasyon duyguları gibi olumsuz duygusal deneyimlere yol açmasıyla bir cezalandırma biçimi olarak da tariflenebilir (Williams, 1997).

Reddedilme duyarlılığı (RD), kişinin başkalarının davranışlarında reddedilme ipuçlarını beklemesine, kolayca algılamasına ve reddedilmeye yoğun şekilde tepki vermesine yol açan bilişsel-duygusal bir işleme eğilimi olarak tanımlanabilir (De Rubeis vd., 2017; Sommerfeld ve Shechory Bitton, 2020). Reddedilme duyarlılığı kişinin stresi yorumlayış biçimi ile ilintilidir; bireysel değişkenlik göstermektedir. Reddedilmenin kişiye getirdiği ruhsal yükler reddedilmeye karşı daha duyarlı olan bireyler için daha büyüktür (Feinstein, 2020). Reddedilme deneyimlerinin, sosyal geri çekilmeyi kolaylaştırarak insanın duygu, düşünce, davranışlarını düzenlemesini; öz saygısını ve duruma göre davranışını etkilediği bulunmuştur (De Rubeis vd., 2017). Kişilerde reddedilme duyarlılığı arttıkça reddedildiklerinde veya belirsiz bir davranışla karşılaştıklarında bunu doğrudan reddetme olarak algılamaları ve aşırı tepki gösterme ihtimalleri artar. Nesne ilişkileri dinamik bir şekilde baskın hale geldiğinde, hayatları boyunca karşılaştıkları ilişki ne olursa olsun bu beklentiye genellemeye daha yatkın hale gelebilmektedir (Özen ve Güneri, 2018; Sommerfeld ve Shechory Bitton, 2020).

Yaşam boyu bazı kişiler yaşamlarında çok kere reddedilme deneyimi yaşamış olsalar dahi bu deneyimleri yaşamın olağan akışı içinde doğal, olumlu olarak yorumlarken bazı kişiler ise kendilerine yönelik amaçlı bir davranış olarak yorumlamakta ve fazla tepki gösterebilmektedirler. Kişilerin reddedilmeye karşı ne kadar duyarlı oldukları kişilerin başarılı sosyal ilişkiler kurmasında ve sürdürmesinde etkili olmaktadır (Marston vd., 2010).

Bu yazıda reddedilme duyarlılığının tanımı, ilgili kuramlar, reddedilme duyarlılığına neden olan biyolojik, psikolojik ve psikososyal faktörlerin açıklanmasıyla birlikte reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişilerin hissettiği duygular, bunun kişiler arası işleyişe nasıl yansıdığı ve nasıl baş edecekleri incelenmiştir. Toplum olarak bireyin psikolojik sağlığını korumasında ve iyileştirilmesinde yapılacak olan çalışmalara zemin hazırlaması açısından önemli görülmektedir. Aynı zamanda tanı sınıflanmasındaki yeri ve eş tanılu ruhsal bozukluklarında incelenmesinin ruh sağlığı profesyonellerine ileride yapılacak bilimsel araştırmalara katkı sağlaması öngörülmektedir.

Yöntem

Reddedilme duyarlılığının kuramsal açıdan ele alınarak incelenmesi için yurt içi ve yurtdışı psikiyatri ve psikoloji yazını taranmıştır. Bu amaçla elektronik veri tabanları (PubMed, Google Scholar, elektronik kitaplar ve PsycINFO) gözden geçirilerek taranmıştır. 'Rejection Sensitivity', 'Psychiatry', 'Theories', 'Rejection' anahtar sözcüklerinin farklı birleşimiyle taranmıştır. İncelenen makaleler ve makalelerin kaynakları değerlendirilmiş bu çalışma için uygun olanlar göz önüne alınmıştır.

Reddedilme Duyarlılığı ile İlgili Kuramlar

İnsanın en temel ihtiyaçlarından biri başkaları tarafından kabul görme ve onaylanma ihtiyacıdır (Maslow, 1954). Bağlanma kuramı çerçevesinde reddedilme duyarlılığına bakıldığında, kişiler çocukluklarında reddedilmeyi deneyimledikçe, reddedilme ile karşı karşıya kaldıkça duyarlı hale gelmeye başlarlar. Eğer bu dönemde aradıkları desteği bulamazlarsa reddedileceklerine dair beklentiler geliştirirler ve reddedilmemek için de çaba sarf etmeye başlarlar (Bowbly, 1969). Bu yoğun çaba reddedilmenin psikolojik açısından kaçmak için gösterilir. Aynı zamanda bu çaba kişileri reddedilme ipuçlarını bulmaya yönlendirir. Kişi ipuçlarını bulabilirse kendini reddedilmeye karşı koruyabileceğini düşünür. Bu ipuçlarını bulmaya çalışmak için çaba göstermek önemsiz detayları kişisel olarak algılamalarına ve olumsuz yorumlamalarına sebep olmaktadır (Bozkuş ve Araz, 2015).

Reddedilme duyarlılığı yaşam boyu süren bir süreç olarak görülmektedir ve iki varsayımdan yola çıkılmaktadır. Bunlardan ilki kabul/ret boyutudur. Bu boyutta insanların birbirilerine ihtiyacı olduğunun hayatta kalmaları için önemli olduğu vurgulanmaktadır. İnsanlar arasında kurulan bağlar, kişilerin fiziksel ve zihinsel iyi oluş halini olumlu anlamda etkilemektedir. Bu bağların olmamasını kişiler, olası tehdit olarak görebilmektedirler. Böylelikle kişiler kabulün kazanılmasını ve reddedilmeden kaçınmayı motive edici bir güç olarak görmektedir (Romero-Canyas vd., 2010).

İkincisi ise reddedilme duyarlılığının biyopsikososyal açıdan ele alınışıdır. Bu da kişilerin olası tehdiye karşı deneyimleriyle reddedilmeyi ve kabul edilmeyi öğrendiklerini varsayar. Reddedilme kaygısı ortama özgü olabilmektedir. Kişi belirli gruplardan veya kişilerden örneğin ebeveyni veya akranları tarafından reddedilmeyi beklemeyi öğrenmiş olabilmektedir (Romero-Canyas vd., 2010).

İnsanların kabul veya reddedilmeye dair deneyimleri ve bilgileri işlemeleri farklılık göstermektedir (Romero-Canyas vd., 2010). Buradan hareketle reddedilme duyarlılığı bilişsel ve duygusal bilgi işleme sürecinden geçmektedir. Bilişsel-duygusal işleme sistemi olarak adlandırılan bu sistem, reddedilme duyarlılığının anlamlandırılması ve kişiler arası farklılıkları vurgulaması açısından önemli olarak görülmektedir (Mischel ve Shoda, 1995). Bilişsel duygusal işleme sisteminde kişilerin bilgileri nasıl işlediğine yönelik beş öğeden bahsedilmiştir ve her bilişsel nitelik kişinin çevreyle nasıl etkileşime gireceğini açıklamaktadır. Öğeler kişiler arası farklılık göstermektedir (Mischel ve Shoda, 1995).

Kodlama: Bilginin nasıl işlendiğini, nasıl kullanıldığını ve depolandığını açıklar. Beklentiler/İnançlar: Kişi, başkalarının davranışlarından nasıl sonuçlar çıkardığını açıklar. Değerler: Kişinin yaşamdaki hedefleri ve davranışlarının ödüllendirilmesiyle ilgili olan öğedir. Duygu: Kişinin duygusal olarak nasıl tepki verdiğini açıklayan öğedir. Yetenekler/Öz-düzenleme: Kişinin zekâsı, bilgisi ve yetenekleridir.

Feldman ve Downey (1994) duygusal ve bilişsel faktörlerin ilişkileri nasıl etkilediğini görmek amacıyla reddedilme duyarlılığı modelini ortaya atmışlardır. Reddedilme duyarlılığı modeli aslında sosyal öğrenme ve bağlanmayı birlikte ele almış bir modeldir (Downey, Lebolt ve Rincon, 1998). Bu düşünce çerçevesinden bakıldığında reddedilme duyarlılığının ebeveyn-çocuk etkileşimi ile ilişkili olması beklenmektedir. Demokratik anne baba tutumuna maruz kaldıklarını bildiren bir grup üniversite öğrencisinin reddedilme duyarlılığı, diğer öğrencilerden daha düşük bulunmuştur (Sarıçam,2011). Yüksek reddedilme duyarlılığı (RD) olan bireylerin reddedilme deneyimlerinin RD'si olmayan bireylerden daha fazla olduğu gösterilmiştir; deneyimlerin RD'nin oluşmasında etkili olabildiği düşünülmüştür (Lou ve Li, 2017).

Reddedilme duyarlılığı modeline göre reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişiler, yaşamlarında başkaları ile olan ilişkisinde reddedileceklerine dair beklenti içinde olduklarından önemsiz ipuçlarını yorumlayarak reddedilme olarak algırlar (Downey ve Feldman, 1996). Kişide reddedilmeye dair beklentinin olması reddedileceğine dair algıları kolaylaştırır ve böylelikle bu algılar da kişinin beklentilerini pekiştirir (Downey, Feldman ve Ayduk, 2000). Kişi beklentilerini pekiştirmesinden dolayı ise tatmin edici bir ilişki kuramamaktadır. Bu kişiler reddedilme durumu ile karşı karşıya kalmamak için her türlü ilişkiden ve ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar. Reddedilme duyarlılığı sonucunda iki duygusal tepki meydana gelebilir. Bunlardan biri öfkeli reddedilme duyarlılığı diğer ise kaygılı beklenti içinde reddedilme duyarlılığıdır (Downey ve Feldman, 1996).

Öfkeli reddedilme duyarlılığında kişi buldukları ipucu ile karşı karşıya geldiğinde fazla tepki göstererek sinirlenir, saldırgan davranış gösterebilir veya düşmanca duygular hissedebilir. Kaygılı beklenti içinde reddedileceğini bekleyen kişi ise kişiliklerine yerleştirerek sürekli kendilerini doğrulayıcı şekildedirler. Bu iki duygusal tepki ayrı ayrı görülebileceği gibi kişide ikisinin de aynı anda görülmesi mümkün olabilmektedir. İlk olarak karşı taraftaki kişinin davranışlarının reddedici olduğunu yorumlar kendini yalnız hisseder ve bunun sonucunda bu duruma fazla tepki göstererek kabul aramaya başlar (Downey ve Feldman, 1996).

Downey ve arkadaşları (2004) reddedilme duyarlılığını bir savunma motivasyon sistemi olarak ele almıştır. Daha önce de belirtildiği gibi kaygılı reddedilme beklentisi olan kişiler, kaygılarını doğrulayan hareketlerde bulunurlar. Downey ve arkadaşları (2004) reddedilme duyarlılığı dinamiklerinin başka insanlardan veya gruplardan gelebilecek olası rötuşlara karşı kendini korumak için hareket ettiğini belirtir.

Davranışın nasıl organize edildiğine yönelik çalışmalar iki temel sisteme atıfta bulunur. Bunlardan birincisi teşvik edici sistem olarak adlandırılan olumlu uyarılara (ödül) verilen yanıtlardır. İkincisi ise savunma motivasyon sistemi olarak adlandırılan olumsuz uyarılara (tehdit, ceza) verilen yanıtlardır. Savunma motivasyon sistemi kişinin savaş veya kaçma durumlarında harekete geçmesi ve kaçmasıdır. Bu iki sistemden hangi sistemin etkinleştirileceği, algılanan duruma bağlıdır. Olumsuz bir durumla karşılaşıldığında kendini koruma amacıyla savunma motivasyon sistemi devreye girer. Reddedilme duyarlılığı sistemi savunma motivasyon sistemine paraleldir. Yüksek reddedilme duyarlılığına sahip olanlar reddedileceğine dair yaşadığı bir ortamda bireyler tehditleri tespit eder ve savunma motivasyon sistemini otomatik olarak devreye sokar (Lang vd., 2000). Diğer yandan, reddedilme hassasiyeti düşük olanlar aynı ortamda savunma motivasyon sistemini nadiren etkinleştirirler; çünkü bu kişiler reddedilme olasılıkları hakkında çok az düşünürler.

Horney, kişinin kendisine kötü davranılacağına ilişkin endişesinin erken reddedilme deneyimleriyle geliştiğini ve insanları ne kadar önemsiz olursa olsun herhangi bir reddedilmeye karşı acı verici bir duyarlılığa yatkın hale getirdiğini öne sürdü. Horney, reddedilme duyarlılığını kişinin kaygısından kurtulması için bilinçsizce geliştirmiş olduğu nevrotik kişilik eğilimi olarak tanımlamıştır. Kişi kendini güvenceye aldığı düşünse de aslolan tam tersidir. Kişi reddedilme duyarlılığı yüzünden sosyal ilişkilerinde sorunlar meydana getirir (Horney, 2007). Duyarlılık sonucunda öfkenin ortaya çıkmasının sebebi ise reddedilmenin içerisinde aşağılanmayı barındırmasıdır (Horney, 1991). Kişi öfkesini pasif agresif davranışlarla gösterebilir ve sonucunda da bu davranışlar kaçınmayı beraberinde getirir (Horney, 2007).

Reddedilme duyarlılığında yalnızca kişinin beklentisinin tek sorun olarak görülmemesi gerektiği üzerinde durulmuştur (Ayduk, 1999). Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireyler düşük olanlara göre ret ve kabulleri farklı şekillerde yorumlamaktadırlar. Önemli olanın kişinin durumları yorumlama biçimi olduğu söylenmiştir. Ebeveyn kabul ret kuramının yorumlama biçimini bireyde hangi noktada şekillendiğini açıklamaktadır. Çocukluk çağında açık veya örtük ret olarak algılanmalar reddedilme duyarlılığı olarak çocuklar içselleştirmektedir (Feldman ve Downey, 1994). Ebeveyn kabul-reddi ile psikolojik belirtiler arasında reddedilme duyarlılığı önemli görülmektedir.

Bir başka kuram düzenleyici odaklar kuramıdır. Aynı zamanda reddedilme duyarlılığında bir baş etme stratejisi olarak görülmektedir (Higgins, 1997). Bu kuram bireylerin güdüsel yönelimlerini iki öz düzenleme mekanizmasına dayandırmaktadır. İlki yönelimci düzenleyici odaklı ikincisi ise kaçınmacı düzenleyici odaklı sistemdir. Hedeflenen neticelere ulaşmak için kazanımların maksimize edilmesini sağlayan yaklaşma stratejisi yönelimci düzenleyici odak iken; arzulanmayan sonuçlardan uzaklaşmak için kayıpların minimum düzeye indirilmesini sağlayan kaçınma stratejisi ise kaçınmacı düzenleyici odak sistemidir (Higgins, 1997).

Etiyoloji

Reddedilme duyarlılığının etiyojisinde erken dönem yaşantılarının önemli bir yeri vardır. Sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkisinde güven duygusunun varlığı önemlidir. Günlük yaşamında birçok reddedilme deneyimini yaşayan insan için reddedilme deneyiminden sonra kişiyi yoğun zihinsel uğraştan koruyan, sosyal ilişkilerini bozabilecek duygusal sonuçlardan koruyan bir faktör olarak temel güven ilişkisi öne sürülmüştür. Güvenli bağlanma gösteren çocuk; tutarlı, ulaşılabilir, ihtiyaçlarına duyarlı annesi yanından ayrıldığında yaşadığı stresin geçici olduğunu, annesinin yanında olduğu ya da olacağından emin olabilen çocuktur. Yakın kişilerarası ilişkilerde reddedilmenin, sonraki ilişkilerde reddedilmeye yönelik savunmacı beklentilere yol açacak şemaların oluşmasına yol açabilmektedir. Bowlby (1969, 1973), kişilikteki temel bir unsurun, bireyin kişiler arası deneyimlerine bir tepki olarak var olduğunu öne sürmüştür. Ebeveynleri tarafından sözel/fiziksel şiddete, duygusal ihmale sert disiplinler tutumlara maruz kalan, koşullu sevgi içinde yetişen bireylerin ebeveynlerine güven duygusu azalmakta, kaçınan ya da kaygılı bağlanma stillerinin gelişmesine eğilim oluşturmaktadır. Bağlanma stillerinin savunmacı doğasına bir örnek verirse kayıtsız bağlanma biçiminde kişi yakın ilişkilerden kaçınarak, hayal kırıklıklarına karşı kendini korur ve incitilmemiş olur. Aynı şekilde kaygılı/kaçınanlar diğerleriyle yakın ilişki kurmak amacıyla olmalarına rağmen, incinebilecekleriyle ilgili kaygılarından dolayı ilişkilerinde aşırı yakın olmaktan uzak dururlar (Baldwin ve Kay, 2003; Godleski vd., 2019; Kesebir vd., 2011; Romero-Canyas vd., 2010).

İnsanlarda fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme çalışmalarında sosyal reddedilme deneyimleri ile beyin bölgelerinden olan dorsal anterior singulat korteks ve anterior singulatta aktivite artışı olduğu bunun aynı zamanda yapılan bir çalışmada kişilerin kaybettikleri sevdiklerinin fotoğraflarına bakarken aynı beyin bölgelerinde aktivite artışı saptanmıştır (DeWall vd., 2010; Eisenberger, Lieberman ve Williams, 2003). Sosyal reddedilme ya da algılanan ret tehdidi stres hormonu kortizol salınımında; proinflatuar sitokinlerin üretiminde artışa sebebiyet vermektedir. Duygudurum değişikliklerinden etkilenebilen bir hormon olan progesteronda stres oluşturan bu durumdan etkilenebilmektedir (DeWall ve Bushman, 2011).

Risk Faktörleri

Ebeveynlerin çocuğu istismarı, ihmali, çocuğa koşullu sevgi sunması, tutarsız davranması, aşırı kontrolcülüğü, soğuk, sert ve katı tutumları ebeveyn-çocuk ilişkisi çerçevesinde reddedilme ile ilişkilendirilebilmekte ve reddedilme duyarlılığının oluşmasında risk oluşturmaktadır. Özellikle çocuğu kontrol eden, kısıtlayan, tehdit eden, suçluluk uyandıran manipülatif ebeveyn davranışları riski artırmaktadır. Bunun yanında aile içi iletişim sorunları, ebeveynler arasındaki sorunlara tanıklık, ebeveyn psikopatolojisi özellikle ebeveynin alkol madde kullanımının olması, şiddetle sonuçlanması, depresyonun eşlik etmesi nedeni ile, ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz

etkileyebildiğinden risk etmenlerindedir (Godleski vd., 2019). Bebeklik döneminde anne depresyonu, oyun çağında annenin buyurucu, sert ve katı tutumları çocuğun ergenlik yıllarında reddedilme ile ilgili endişeli beklentilerin oluşumunda önemlidir. Erken dönemde annenin katı tutumları, ilkökul çağı dönemlerindeki aile içi sorunlar ve aşırı kontrolcü anne, ergenlik döneminde daha yüksek öfke beklentileri ile ilişkilendirilmiştir. Kısaca erken çocukluktaki anne kontrolcülüğünün endişeli ancak öfkeli olmayan; daha ilkökul çağı dönemlerindeki anne kontrolcülüğünün öfkeli ancak endişeli olmayan reddedilme duyarlılığı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Godleski vd., 2019). Çocuklukta karşılaşılan bir çeşit akran reddi olan zorbalığa uğrama deneyimlerinin, çocuğun sonraki dönemlerinde reddedilme duyarlılığı geliştirmesi yönünde predispozan bir faktör olabileceği belirtilmektedir (Özen ve Güneri, 2018).

Reddedilme duyarlılığı, demografik değişkenler açısından incelendiğinde cinsiyet ile ilgili tutarlı sonuçlar bulunamamıştır. Erözkan (2004) kadınların reddedilme duyarlılığı puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğunu bulurken bu bilgiden farklı olarak İbrahim ve arkadaşları (2015) cinsiyetler arasında anlamlı fark olmadığını bulmuşlardır. Başka bir çalışmada ise erkeklerin kadınlara göre reddedilmeye daha duyarlı oldukları bulunmuştur (Sarıçam, 2011). Ebeveyn eğitim düzeyinin düşüklüğü reddedilme duyarlılığının artması ile ilişkili bulunmuştur (Sarıçam, 2011).

Reddedilme Duyarlılığı ve Eş Tanılı Ruhsal Bozukluklar

Erken dönemde algılanan ebeveyn reddinin ergenlik ve yetişkinlikte depresif belirtilerin gelişimini öngördüğü; özellikle babanın etkisinin depresyon gelişiminde daha önemli olabildiği gösterilmiştir (Erözkan, 2004; Rohner ve Britner, 2002). Reddedilme kaygısı olan ve aynı zamanda reddedilmeyi deneyimlemiş kişilerin, reddedilme kaygısı olan ancak deneyimi olmayan kişiler ve reddedilmeyi kaygısı olmayan ancak reddedilmeyi deneyimlemiş kişilere kıyasla gelecekte depresif belirti ortaya çıkarma riskinin daha fazla olduğu gösterilmiştir. Endişeli reddedilme beklentisi, olumsuz bilişlere yol açabilmektedir. Endişeli reddedilme beklentisi ile depresyon arasında hem kesitsel hem de uzunlamasına bir ilişki olduğu gösterilmiştir (Normansell ve Wisco, 2017). Reddedilme duyarlılığının varlığı depresyonun prognozunu etkileyebilir. Depresyonda kişinin çevresini, kendisini algılama şekli değişmekte, olumsuz ara inançlar kişinin günlük yaşamına hâkim olmaktadır. Majör depresyonu olan bireylerde reddedilme duyarlılığının zaten olumsuz algıları olan kişide tabloya eklenmesi daha sık, daha şiddetli ve uzun süren depresif atakları öngörmesi beklenen bir sonuçtur (Weinstein vd., 2016). İki uçlu duygudurum bozukluğunda ise reddedilme duyarlılığı varlığı artmış depresif nöbetlerle ilişkilendirilmiş; manik dönemlerle ilişki gösterilememiştir. Reddedilme duyarlılığı aynı zamanda iki uçlu ya da tek uçlu depresyonda somatik ağrılarla ilişkilendirilmiştir. (Weinstein vd., 2016).

İnternette oyun oynama bozukluğu olan bireyler arasında yüksek reddedilme duyarlılığının olduğu, yüksek reddedilme duyarlılığı olan bireylerin internet kullanımının gerçek hayattan dolayısı ile ilişkilerde reddedilme olasılığından bir kaçış olarak oluşabildiği düşünülmüştür (Weinstein vd., 2016).

Erken dönem ebeveyn reddinin madde ile ilişkili bozukluklar ve davranış bozuklukları ile yaş, cinsiyet, çatışmalı aile ortamı gibi değişkenlerden bağımsız güçlü ilişki içindedir. Babanın reddedici tutumlarının bu bozuklukların gelişiminde daha belirleyici olduğu gösterilmiştir (Rohner ve Britner, 2002).

Kaçıngan kişilik bozukluğu, sosyal fobi, borderline kişilik bozukluğu gibi çeşitli psikiyatrik bozuklukların karakteristik özellikleri içerisinde reddedilme duyarlılığı ve reddedilme tehdidi altındayken yoğun stres hissetme yer almaktadır. Özellikle kişilik örgütlenmesinde sorunlar olan ergenlerde yüksek reddedilme duyarlılığının davranış sorunlarının oluşmasına zemin hazırladığı gösterilmiştir (Poggi vd., 2019). Ruhsal bozuklukların tanıs ve sayımsal sınıflandırma el kitabının 5. basımı (DSM-5)'te borderline (sınırdaki) kişilik bozukluğunun tanı kriterlerinden biri terk edilmekten kaçınmak için çılgınca çaba gösterme olup reddedilme duyarlılığı ile arasında güçlü bir ilişki vardır (Poggi vd., 2019).

Etiyolojisinde ebeveynleri tarafından ihtiyaçların karşılanmaması, ebeveynin yatıştırıcı özelliğinin içselleştirilememesi yer alan sınırdaki kişilik bozukluğunda (SKB) kişi sürekli karşı tarafın (yakınlık kurulmak istenen) yakınlığını kontrol etme ihtiyacı hisseder. Terkedilme ve reddedilme endişesi taşır; sosyal reddi kolayca algılayabilir, tehlike algıladığında dağılır ve uyumsuz davranışlar gösterir. Sınırdaki kişilik bozukluğunda dürtüsellik, reddedilme korkusu ile beraber görüldüğünde şiddet içeren davranışlarda artış gözlenmektedir (Kutlu, 2018). Reddedilme duyarlılığının SKB gelişimi için bir risk faktörü olabileceği de ileri sürülmüştür (Poggi vd., 2019). Preödüpal dönemde ebeveyn tarafından reddin etiolojisinde rol oynayabildiği, tutarlı, kabul eden, dengeli bir dış dünyası olmadığından libidinal yatırımı kendiliğine yapan narsistin reddedilmeye yönelik tepkisinde şiddet ve saldırganlığın sık olduğu gözlenebilmektedir (Poggi vd., 2019).

Reddedilme Duyarlılığının Kişilerarası İşleyiş Etkisi

Freud (1930)'a göre toplumun değerlerini gözetebilmek için kişisel isteklerin engellenmesi süperego'nun bir işlevi olup medeni yaşam için varlığı temel bir ön koşuldur. Sosyal kabulün yazılı olmayan hükümleri gereği gruba dâhil edilen bireyin dürtülerini, davranışlarını kontrol edebiliyor olması, arzularının bir kısmından vazgeçebiliyor olması gerekmektedir. Sosyal reddin saldırganlıkla ilişkilendirilebildiği, karşılıklı olarak birbirini etkilediği düşünülmektedir (DeWall vd., 2009; Leary vd., 2003). Saldırgan davranışlarda bulunan çocuklar akranları tarafından dışlanırlar; saldırgan erişkinler toplumdan izole edilip hapse atılırlar (DeWall vd., 2009). Dışlanan, yalnızlaştırılan kişilerin de paradoksal olarak etrafa yönelik olumsuz, düşmanca bilmiş ve algıları oluşur; bu da saldırganlığa zemin hazırlar (DeWall vd., 2009). Yüksek reddedilme duyarlılığı, uyumsuz kişilerarası etkileşimlere yol açmaktadır. Reddedilme duyarlılığı diğer faktörlerden ve eş tanılardan bağımsız ilişkilerde bir önem arz edebilirken ilişkilerinden süregelen sorunlar gözlenen kişilik bozukluklarında reddedilme duyarlılığı, başkaları ile iletişim kurmada anahtar rol oynayabilmektedir (Poggi vd., 2019).

Kişinin, bağlılık ve yakınlık hissettiği kişiler tarafından reddedilmesi başka diğerlerinin reddetmelerine kıyasla kişiye daha fazla acı vermektedir. Bu da bu kişilere karşı çelişkili düşüncelerin, duyguların ve davranışların ortaya çıkmasına sebebiyet verir. Yüksek RD'li kişilerde reddedilmeden önce aşırı uyumlu davranışlar, ilişkiyi kurtarmaya yönelik uğraşlar gözlemlenebilir; romantik ilişkiler söz konusu olduğunda ilk buluşmada kişi dikkatli davranarak kendisi hakkında karşı tarafın takdir edemeyeceği gerçekleri saklayarak reddedilmekten kaçınmaya çalışabilir. Reddedilme ile beraber doğrudan yoğun öfke ya da alaycı yorumlar gibi dolaylı öfke biçimleri ile karşılaşılabilir. İlerleyen dönemlerde bu kişiler, reddedilmekten kaçınmak amacıyla romantik ilişkilerden kaçınabilir (Romero-Canyas vd., 2010). Yüksek RD'li bireylerde yakın ilişkilerden uzak durma, ilişkiye az yatırım yapma, temkinli davranma ve ilişkiyi devam ettirmek için yoğun çaba harcama, fazla yatırım yapma şeklinde iki farklı yaklaşım olduğu şeklinde açıklanabilir. İkinci yaklaşımda kişi partnerini kontrol etmek, belirsizlikleri ortadan kaldırmak isterken şiddete eğilim gösterebilir (Özen ve Güneri, 2018). Kişiler arası işleyişin gözlenebileceği işyerlerinde reddedilmeden korkan birey onay arama çabası içinde, kaygılı gözlenebilir (Hill ve Shackelford, 2020).

Reddedilme Duyarlılığı ile Baş Etme

Reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişilerin beklentileri neticesinde olumsuz deneyimler yaşaması çalışmalar ile desteklenmiştir. Nitekim reddedilme duyarlılığı olan kişilerin hepsi kişilerarası problem yaşamamaktadır ve bu duyarlılıktan etkilenme dereceleri farklıdır. Bu farklılığın sebebi yapılan bir çalışmada bireylerin kendilerini kontrol etme becerilerine sahip olup veya olmaması gösterilmiştir (Ayduk vd., 2000). Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bir kişi öz düzenleme yöntemi ile reddedilmenin olumsuz deneyimleriyle baş edebilmektedir. Etkili öz düzenleme yöntemi ile tepkisel davranışlar göstermekten kaçınmaktadır. Çocukluktaki hazzı erteleme davranışı öz düzenlemenin önemli göstergelerinden kabul edilir. Hazzı erteleme kapasitesine sahip reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişiler diğerlerine göre daha kontrollü davrandıkları bildirilmiştir. Aynı zamanda bunun neticesi olarak

da kendilik kavramlarının ve sosyal ilişkilerinin daha olumlu olduğu bulunmuştur (Ayduk vd., 2000).

Düzenleyici odaklar kuramı literatürde yer alan başka bir baş etme stratejisi olarak görülmektedir (Higgins, 1997). Bu kuram bireylerin güdüsel yönelimlerini iki öz düzenleme mekanizmasına dayanmaktadır. İlki yönelimci düzenleyici odaklı ikincisi ise kaçınmacı düzenleyici odaklı sistemdir. Hedeflenen neticelere ulaşmak için kazanımların maksimize edilmesini sağlayan yaklaşma stratejisi yönelimci düzenleyici odak iken; arzulanmayan sonuçlardan uzaklaşmak için kayıpların minimum düzeye indirilmesini sağlayan kaçınma stratejisi ise kaçınmacı düzenleyici odak sistemidir (Higgins, 1997). Bu kuramdan hareketle reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişiler kaçınmacı düzenleyici odaklı sistemi kullanmaktadırlar. Böylelikle kendilerini reddedilmenin olası olumsuz sonuçlarından koruyabildiklerini düşünürler.

Yüksek reddedilme duyarlılığına sahip kişilerin kaçınmacı düzenleyici odaklı stratejisini kullanarak sözel düşmanlık, anlaşmazlık gibi negatif duyguları göstermekten kaçındıkları öne sürülmüştür (Ayduk vd., 2003). Reddedilme ile başa çıkarken gizli stratejiler kullanırlar. Kaçınmacı stratejiye sahip bireyler reddedilmenin olası negatif durumlarından kaçınmak için ilişkilerinde mesafeli ve soğuk davranırlar. Bir konu üzerinde düşüncelerini belli etmekten ziyade konu ile ilgili susmayı tercih ederler. Bu stratejiye sahip kişiler daha az açık düşmanlık gösterirler (Ayduk vd., 2003). Öz düzenleme yöntemi reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişiler için önemli görülmektedir. Reddedilme duyarlılığının olumsuz etkilerini azaltmak için haz erteleme yeteneği ve öz düzenleme stratejileri öne sürülmüştür. Yüksek haz erteleme yeteneğine sahip kişiler ve kaçınmacı düzenleyici odaklı stratejileri kullanmak reddedilmenin olumsuz sonuçlarını azaltan faktörler olarak görülmektedir. Özellikle bir din için geçerli olmaksızın sosyal ilişkilerde reddedilen kişilerin reddedilmeyenlere kıyasla daha fazla dini faaliyetlerde bulunduğu, dinin sosyal reddedilme ile baş etmede kullanılabildiği düşünülmüştür (DeWall ve Bushman, 2011).

Tartışma ve Sonuç

Sosyal iletişime ihtiyaç duyan insan için reddedilme duyarlılığı kişilerarası ilişkilerde sosyal geri çekilmeyi kolaylaştırarak kişide duygusal bilişsel davranışsal ve biyolojik açıdan farklılıklar meydana getirmektedir. Reddedilme duyarlılığının bir dizi ruhsal hastalıkla ilişkili olduğu gösterilmiştir. DSM-IV'e (1994) göre reddedilme duyarlılığı, duygudurumda tepkisellikle beraber atipik özellikli majör depresif bozukluğun tanı ölçütleri içerisinde yer alır. Sosyal anksiyete bozukluğu veya sınırda kişilik bozukluğu olan bireyler, olumsuz değerlendirilmeye ve reddedilmeye karşı çok duyarlıdır. Yüksek reddedilme duyarlılığı aynı zamanda depresyon, diğer anksiyete bozuklukları, yalnızlık ve vücut dismorfik bozukluk ile de anlamlı ve orta derecede ilişkili bulunmuştur (Gao vd., 2017). Bilişsel duygusal işleme modeli yüksek reddedilme duyarlılığına sahip bireylerin, başkalarının eylemlerini yanlış yorumlayabileceğini ve çarpıtılabileceğini, bu da kişide öfke, yalnızlık veya depresyon duygularına yol açabileceğini belirtir. Genel anlamda bu model insanların davranışlarının durumlara göre neden ve nasıl istikrarlı bir şekilde değiştiğini, belirli kişi ve durum etkileşimlerinde kişilik süreçlerinin nasıl ortaya çıktığını açıklar (Ayduk ve Gyurak, 2008).

Erken dönem kişilerarası travmanın daha sonraki psikopatoloji üzerinde uzun vadeli etkileri olduğu bildirilmiştir. Benzer şekilde reddedilme duyarlılığı etiolojisinde de potansiyel bir mekanizma olarak yer almaktadır. Çocukluk döneminde doğru olmayan ebeveyn tutumlarına maruz kalan, istekleri ve ihtiyaçları göz ardı edilen kişilerin kaygılı reddedilme beklentilerini ileriki yaşamlarına aktarması söz konusu olabilmektedir (Downey, Khouri ve Feldman, 1997). Buradan hareketle ebeveyn-bebek bağlanması üzerine eğitimlerle ebeveynlere yönelik eğitimlerin sağlanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Boyce ve Park (1989), reddedilme duyarlılığına benzer bir kavram olan ve başkalarının davranış ve duygularına yönelik aşırı duyarlılık olarak tanımladıkları kişilerarası duyarlılığı incelemiştir. Kişilerarası duyarlılığı yüksek bireyler, algılanan veya fiili eleştiri veya reddedilme durumlarıyla meşgul, başkalarının

davranış ve duygularına karşı tetikte ve herhangi bir kişilerarası etkileşimdeki sorunlara aşırı duyarlıdır. Erözkan (2004) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada reddedilme duyarlılığı ve kişiler arası duyarlılık arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur. Bireylerin kişiler arası duyarlılık yapısını açıklamada ruh hallerine duyarlılık önemli görülse de kişiler arası reddedilme duyarlılığı daha kalıcı bir kişilik özelliğini yansıtmaktadır (Harb vd., 2002). Boyce ve Parker'e (1989) göre kişilerarası duyarlılık yapısı ve reddedilme duyarlılığı depresyon gelişimi için risk faktörü olması yönünden önemli görülmektedir. Reddedilme duyarlılığı kaygılı reddedilme beklentilerini içine dâhil eden ve ilişkilerde zorluklar meydana getiren aşırı, yersiz duyarlılıklar sergileyerek kişilerarası ilişkileri bozan süreçlerdir. Bu tarz duyarlılıkları olan kişiler saptanarak bu kişilere sosyal destek sağlamak amacıyla psikoterapi hizmeti verilebilir. Bu bağlamda bilişsel davranışçı terapi ekolünü takip ederek bir tedavi planı oluşturulabilir. Reddedilme duyarlılığının ilişkilerde problemler meydana getirmesinin önemi vurgulanarak literatür oluşturularak deneysel ve betimsel araştırmalar yapılarak önemli sonuçlar ortaya koyacak çalışmalar ve araştırmalar yapılabilir.

Reddedilme duyarlılığı yabancı kaynaklarda üzerinde durulan bir konu iken ülkemizde bu konuda sınırlı sayıda çalışma ve literatür taraması olduğu gözlenmektedir. Bu literatür taraması ile birçok kişilerarası ilişkide ilişkiyi bozan bir yapısının olmasından ötürü reddedilme duyarlılığı hakkında farkındalık kazandırılmasına yardımcı olacaktır. Toplum olarak bireyin psikolojik sağlığını korumasında ve iyileştirilmesinde yapılacak olan çalışmalara zemin hazırlaması açısından bu çalışma önemli görülmektedir. Aynı zamanda bu alanda çalışma yapacak bireylere ve ileride yapılacak bilimsel araştırmalara katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Kaynakça

- Algaç Kutlu, M. (2018). Borderline kişilik bozukluğu: Bir gözden geçirme. *Medeniyet Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 11-20.
- Ayduk, Ö.N. (1999). Impact of self-control strategies on the link between rejection sensitivity and hostility: Risk negotiation through strategic control. *The Sciences & Engineering*, 60(1-B), 04-01.
- Ayduk, Ö.N., Downey, G. & Feldman, S. (2000). Regulating the interpersonal self strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 776-792.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., Higgins, E.T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Pers Soc Psychol Bull*, 29, 435-448.
- Ayduk, Ö., & Gyurak, A. (2008). Applying the cognitive-affective processing systems approach to conceptualizing rejection sensitivity. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 2016-2033.
- Baldwin, M.W., & Kay, A.C. (2003). Adult attachment and the inhibition of rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(3), 275-293.
- Baumeister, R.F., & Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Berenson, K.R., Gyurak, A., Ayduk, Ö., Downey, G., Garner, M.J., Mogg, K., ... & Pine, D. S. (2009). Rejection sensitivity and disruption of attention by social threat cues. *Journal of Research in Personality*, 43(6), 1064-1072.
- Boyce, P., Parker, G. (1989). Development of a Scale to Measure Interpersonal Sensitivity. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 23, 341-351.
- Borgstrom, E. (2016). Social Death. *QJM*, 110(1), 5-7.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Vol. III. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bozkuş, O. & Araz, A. (2015). Narsisizm ve evlilik uyumu ilişkisinde reddedilme duyarlılığı ve olumlu yanılsamaların aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 3(6), 29- 54.
- De Rubeis, J., Lugo, R.G., Witthöft, M., Sütterlin, S., Pawelzik, M.R., & Vögele, C. (2017). Rejection sensitivity as a vulnerability marker for depressive symptom deterioration in men. *PloS one*, 12(10), e0185802.
- DeWall, C.N., Twenge, J.M., Gitter, S.A., & Baumeister, R.F. (2009). It's the thought that counts: The role of hostile cognition in shaping aggressive responses to social exclusion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(1), 45-59.
- DeWall, C.N., MacDonald, G., Webster, G.D., Masten, C.L., Baumeister, R.F., Powell, C., Eisenberger, N.I. (2010). Acetaminophen reduces social pain. *Psychological Science*, 21(7), 931-937.
- DeWall, C.N., & Bushman, B.J. (2011). Social acceptance and rejection: The sweet and the bitter. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 256-260.
- Downey, G. & Feldman, S.I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Downey, G., Khouri, H., & Feldman, S. I. (1997). *Early interpersonal trauma and later adjustment: The mediational role of rejection sensitivity*. In D. Cicchetti & S. L. Toth (Eds.), Rochester symposium on developmental psychology, Vol. 8. Developmental perspectives on trauma: Theory, research, and intervention (p.85-114). University of Rochester Press.
- Downey, G., Lebolt, A., Rincón, C., & Freitas, A.L. (1998). Rejection sensitivity and children's interpersonal difficulties. *Child Development*, 69(4), 1074-1091.

- Downey, G., Mougious, V., Ayduk, O., London, B.E., Shoda, Y. (2004). Rejection sensitivity and the defensive motivational system: Insights from the startle response to rejection cues. *Psychol Sci*, 15, 668-673.
- Erözkan, A. (2004). The analysis of university student's interpersonal sensitiveness and rejection sensitiveness. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 85-98.
- Erozkan, A. (2009). Rejection sensitivity levels with respect to attachment styles, gender, and parenting styles: A study with Turkish students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(1), 1-14.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
- Feinstein, B.A. (2020). The rejection sensitivity model as a framework for understanding sexual minority mental health. *Arch Sex Behav* 49, 2247-2258.
- Gao, S., Assink, M., Cipriani, A., & Lin, K. (2017). Associations between rejection sensitivity and mental health outcomes: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 59-74.
- Godleski, S.A., Eiden, R.D., Kachadourian, L., & Lucke, J.F. (2019). Etiological pathways to rejection sensitivity in a high-risk sample. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(5), 715-727.
- Harb, G. C., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Scheiner, F. R & Liebowitz, M. R. (2002). The Psychometric Properties of Interpersonal Sensitivity Measure in Social Anxiety Disorder. *Behavior Research and Therapy*, 40, 961-979.
- Higgins, E.T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52(12), 1280-1300.
- Hill, V.Z., & Shackelford, T.K. (2020). *Encyclopedia of personality and individual differences*. Springer International Publishing.
- Horney, K. (1991). *Kendi kendine psikanaliz*. (Selçuk, B.Çev.). Ankara: Öteki Yayınları.
- Horney, K. (2007). *Çağımızın nevrotik kişiliği*. (Selma, K.Çev.). İstanbul: Doruk Yayınları.
- İbrahim, D.M., Rohner, R.P., Smith, R.L., & Flannery, K.M. (2015). Adults' remembrances of parental acceptance-rejection in childhood predict current rejection sensitivity in adulthood. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 44(1), 51-62.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S., Üstündağ, M. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Lang, P.S., Davis, M., Ohman, A. (2000). Fear and anxiety: Animal and human cognitive psychophysiology. *J Affect Disord*, 61, 137-159.
- Leary, M.R., Kowalski, R.M., Smith, L., & Phillips, S. (2003). Teasing, rejection, and violence: Case studies of the school shootings. *Aggressive Behavior*, 29(3), 202-214.
- Lou, N.M., & Li, L.M.W. (2017). Interpersonal relationship mindsets and rejection sensitivity across cultures: The role of relational mobility. *Personality and Individual Differences*, 108, 200-206.
- Marston, E.G., Hare, A., Allen, J.P. (2010). Rejection sensitivity in late adolescence: Social and emotional sequelae. *J Res Adolesc*, 20(4), 959-982.
- Mischel, W., & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure. *Psychological Review*, 102(2), 246-268.
- Normansell, K.M., & Wisco, B.E. (2016). Negative interpretation bias as a mechanism of the relationship between rejection sensitivity and depressive symptoms. *Cognition and Emotion*, 31(5), 950-962.

- Özen, D.Ş., & Güneri, F.K. (2018). Basic determinant of success of interpersonal relationship: Rejection sensitivity. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(4), 444-459.
- Pietrzak, J., Downey, G., & Ayduk, O. (2005). *Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability*. Interpersonal Cognition. The Guilford Press.
- Poggi, A., Richetin, J., & Preti, E. (2019). Trust and rejection sensitivity in personality disorders. *Current Psychiatry Reports*, 21(8), 1-9.
- Rohner, R.P., & Britner, P.A. (2002). Worldwide mental health correlates of parental acceptance-rejection: Review of cross-cultural and intracultural evidence. *Cross-Cultural Research*, 36(1), 16-47.
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current Psychology*, 23(1), 24-40.
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N.J. (2010). Rejection sensitivity and the rejection-hostility link in romantic relationships. *Journal of Personality*, 78(1), 119-148.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Set, Z. (2019). Potential regulatory elements between attachment styles and psychopathology: Rejection sensitivity and self-esteem. *Archives of Neuropsychiatry*, 56(3), 205-212.
- Sommerfeld, E., & Shechory Bitton, M. (2020). Rejection sensitivity, self-compassion, and aggressive behavior: The role of borderline features as a mediator. *Frontiers in Psychology*, 11, 44-51.
- Twenge, J.M., Baumeister, R.F., Tice, D.M., & Stucke, T.S. (2001). If you can't join them, beat them: Effects of social exclusion on aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(6), 1058-1069.
- Weinstein, A., Abu, H.B., Timor, A., & Mama, Y. (2016). Delay discounting, risk-taking, and rejection sensitivity among individuals with internet and video gaming disorders. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 674-682.
- Williams, K.D. (1997). Social ostracism. In R. Kowalski (Ed.), *Aversive interpersonal behaviors*. New York: Plenum.
- Williams, K.D., Cheung, C.K.T., & Choi, W. (2000). Cyberostracism: Effects of being ignored over the Internet. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 748-762.