

# HASTALIK VE ENGELLİLİK PSİKOLOJİSİ



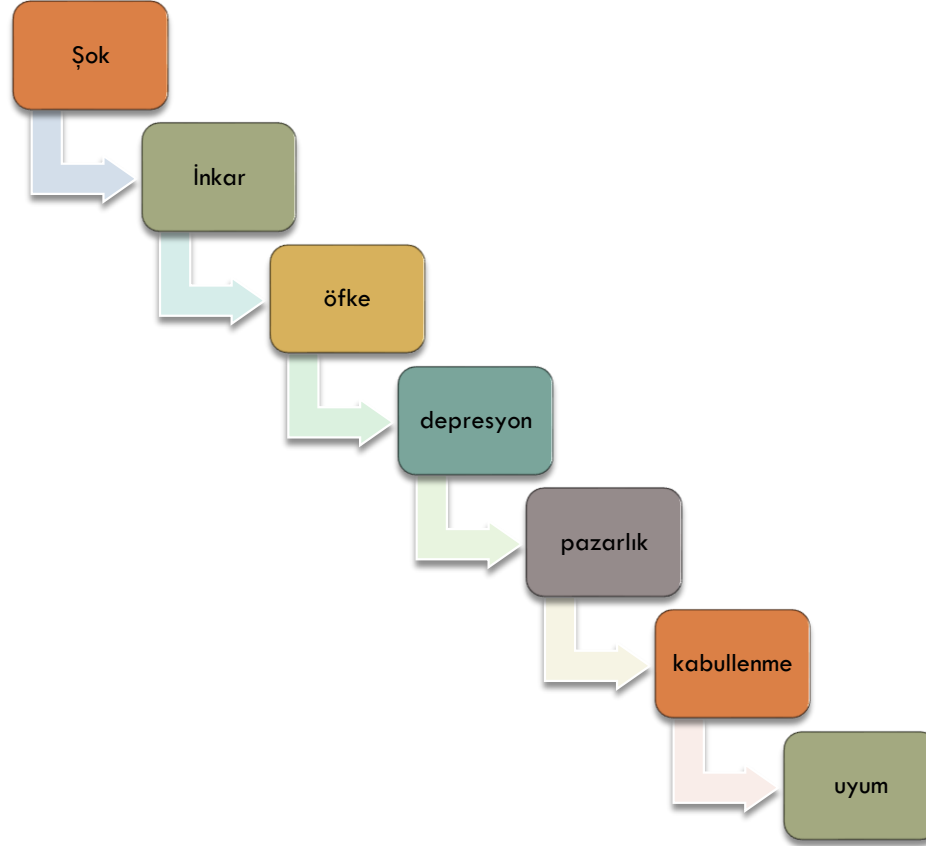
# İçerik

- Hasta olmanın anlamı
- Hastalığın algılanışı
- Hastalığa tepkiler
- Hastalığa karşı savunma mekanizmaları
- Hastalık ve aile, bakım yükü
- Engellilik
  
- Damgalamayla mücadele

# Hasta olmanın anlamı

- **Sağlık kaybı:** Kayıp
- **Belirsizlik:** Kontrol kaybı, bağımlı olma, öfke,kaygı
- Hastalığın ne olabileceğine ilişkin **yorumlar ve yanlış bilgilenmeler:**Korku, güçsüzlük, suçluluk, yalnızlık ve yetersizlik
- **Olumsuz duygular:** Hastalığı kabullenme ve uyum güçlüğü.

# Hastalığa uyum tepkisi



# Hastalığa karşı uyumsuz tepkiler

5

- Anksiyete(Bunaltı)
- Depresyon
- Paranoid tepkiler
- Hastalığın reddi
- Hastalıkla aşırı uğraş
- Hasta rolünün kazanç haline gelmesi, kullanılması

# Hastalığa tepkilerde biyopsikososyal faktörler

- Fiziksel sağlık düzeyi
- Hastalığın belirti ve bulguları
- Hastalığın ya da işlev kaybının birey için anlamı,
- Bireyin hastalığı nasıl algıladığı
- Hastalıkla ilgili önceki deneyimler
- Hastalığın yaş dönemi için oluşturduğu tehdit düzeyi
- Destek sistemleri
- Kültür, sağlık inançları
- Kişilik yapısı
- Baş etme gücü ve yeteneği
- Toplumsal destekler, kaynaklar ve algılar(damgalama vb)

# Hastalığın algılanışı

Hastalığın algılanışı baş etme ve iyileşmeyi doğrudan etkiler:

- Sevilmeme ve cezalandırılma
- Çaresizlik
- Benlik değişimi
- Ard düşünce olarak hastalık
- Kayıp duygusu
- İhanete uğrama

# Cezalandırma ve sevilmemeye nedeni olarak hastalık

Birey/aile sevilmediğini ve yaptıklarından dolayı cezalandırıldığını düşünür. Bu durumda depresyon oldukça sık görülür.

“Ne suçum vardı da Tanrı bunu bana/bize yaptı?” sorusu yaygın olarak sorulur



# Çaresizlik yaratan bir süreç olarak hastalık

Kişinin(ailenin) statü, mevki ve bağımsızlığı elinden alınmıştır. Yaşamının kontrolünü kaybettiğini düşünür.

Hastalık sürecinde **kontrolü elde tutmanın anksiyeteyi azalttığı, benlik saygısını arttırdığı ve yaşama amaçlarını olumlu etkilediğini** göstermektedir

# Benlik değişimi olarak hastalık

Hastalık bireyin benliği için bir tehdittir. Bu nedenle benlik sınırları adeta daraltılır ve hastalık benliğin dışında tutulur.

Eęer sağlık personeli bireyin benliğini hastalığının dışında tutarsa, birey yalnız ve izole bir biçimde kendini ifade etmekten kaçınır.

# Ard düşünce olarak hastalık

Artık bireyin/ailenin yaşamında düşünmesi gereken bir "hastalığı" vardır.

Günlük yaşantı, **her türlü planlama hastalığına göre ayarlanmak durumundadır.** Örneğin, enfeksiyon riski olan kişi, kalabalık ortamlara girmekten kaçınmak zorundadır. Ruhsal rahatsızlığı olan çocuk sahibi aile, komşuları davet ederken düşüncecektir

# Kayıp nedeni olarak hastalık

Fonksiyon ve yeti kaybı katlanılması zor bir durumdur.

En zoru da kendi kontrolünü, yaşamını kaybetme ve bundan korkmadır.

Aile için de toplum içindeki rol ve statüsünün kaybı söz konusudur

# İhanete uğrama nedeni olarak hastalık

Birey/aile narsistik düzeyde bir ihanet duygusu yaşar. Neden ben/biz sorusu, öfke duygusu yaygındır. Kişi, "hep spor yaptım, kötü alışkanlıklarım yoktu, neden ben hastalandım" der.

Bu durumda paylaşım ve dinleme öfke duygularının azaltılmasına yardım eder.

# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

**Regresyon:** Bağımlılıktan kaynaklanır. Kişi sürekli yakınmalarına odaklaşırsa bu davranış, çevresindekilerin uzaklaşmasına ve hastanın yalnız kalmasına yol açabilir.

Çocuk gibi olma, kontrolü başkasına bırakmak regresyon işaretidir.

Normal bir tepkidir. Bireyin kontrol alanları artırılıp bağımsızlığı desteklendikçe regresyon azalır.

# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

## **Baskılama ve inkar:**

Hasta, hastalık belirtilerini bilir ancak, taşıyamayacağı bir yük gibi algılar ve enerjisini korumak için duygularını bastırır. Böylece çaresizlik, bağımlılık, ölümcül durum varsa ölümlü hissetmekten kaçır.

# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

**Uzaklaşma, kaçma:** Bireye zarar verici bir baş etmedir. Ağrı, korku, çok arttığıında, hasta apatik bir hal alır, ya da umursamaz gibi görünür.

İntihar girişimi görülebilir, ağrı varsa azaltılması, ümidi artırıcı yaklaşımlarda bulunması, hasta ve yakınlarını cesaretlendirmesi oldukça önemlidir



# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

## **Projeksiyon(Yansıtma)**

Hasta için yıkıcı,olumsuz bir savunmadır.

Hasta kendi kızgınlığını personele yansıtır,bakım verenlerin kızgın olduğunu söyler.

Hastanın anksiyetesine bağlı bu savunmada, hastayı tanıma ve anlama,hasta için stabil ve rahat bir çevre sağlama önemlidir.

# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

## **Depersonalizasyon:**

Hasta olup bitenlerle baş edemez Bu ben değilim der, dünya ve yaşananlar uzak, yabancı gelir.

Hasta için tanıdık ve güvenli bir çevre oluşturulmalıdır.

# Hastalığa karşı gelişen olumlu/olumsuz savunmalar

**Obsesif-Kompulsif savunma:** Özellikle fiziksel hastalıklarda, geliştirilmesi gereken bir savunmadır.

Hasta diyeti, ilaç saatleri, uykusu konusunda rutinlere uyması, kontrol etmesi için desteklenir.

# ENGEL

- fiziksel bir yoksunluk ya da eksiklik
- sosyal,
- kültürel,
- ekonomik,
- psikolojik ya da herhangi bir neden

ENGELLİLİK



SINIRLANDIRILMA

# Tanımlar

## Dünya Sağlık Örgütü (WHO)

- **1. Yetersizlik (Impairment):** Sağlık bakımından psikolojik, fizyolojik ve anatomik (fiziksel) yapı veya fonksiyonlardaki eksikliği ve anormalliyi ifade eder.
- **2. Özürlülük (Disability):** Bir aktiviteyi normal tarzda veya normal kabul edilen sınırlar içinde gerçekleştirmekteki kısıtlılık veya yetersizliktir.
- **3. Engellilik (Handicap):** Bir yetersizlik veya özür nedeni ile yaşa, cinsiyete, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak kişiden beklenen rollerin kısıtlanması veya yerine getirilememesidir.

# Engellilik



***TOPLUMDAKİ «NORMALDEN» FARKLI OLMA!***

# Engelliliğin algılanması

Patoloji

Kısıtlılık

Acizlik

→ önyargı, → aşağılanma → dışlanma → toplumsal yaşama etkin biçimde katılamama

□ Chicago'da 1960'lı yıllarda bir levhada şu yazmaktaydı:

**“Göz zevkini bozan hasta, engelli, kötürüm veya başka bir şekilde bozukluğu olan kişiler sokaklarda gezinemez, şehirdeki kamu alanlarına giremez ve halka kendini teşhir edemez”**

# Sorun olarak engellilik

Sorun, engelli bireyin kendisi ya da engeli değil, toplumdaki ayırıcılık, önyargı ve dışlama nedeniyle yaşama olanaklarının ve biçiminin sınırlanması, engellenmesidir.

1930'larda engelli çocukların açlıktan öldürülmeleri ve öldürücü şırınga ile başlamıştır



# Engellilik türleri

- Görme
  - İşitme
  - Dil, konuşma
  - Ortopedik
  - Zihinsel
  - Ruhsal
- 
- Türkiye'de yaklaşık 13 milyon engelli bulunmakta...

# Engelli bireylere ilişkin temel noktalar

- Engelliler diğer insanlarla eşit haklara sahiptir
- Engel türüne göre gereksinim alanlarının belirlenmesi, uygun destek, bakım ve tedavi uygulanması gerekir
- Engelliler için uygun çevre ve yaşam alanları oluşturulması sosyal bir haktır
- Engelliye yaklaşım özel eğitim gerektirir
- Engellilerin korunması ve haklarının savunulmasında özel yasalara gereksinim vardır

# Hastalık, engellilik ve Damgalama/Stigma

- Damgalama, bir kişinin, ruhsal hastalık, etnik grup, ilaç kötüye kullanımı veya fiziksel yetersizlik gibi özelliklerine dayanarak kusurlu veya gözden düşmüş olarak olumsuz değerlendirilmesidir
- Damgalamanın amacı ve sonucu: **ayırarak ve dışlamaktır.**

# Damgalamanın sonuçları

- bireylerin engelliğe uyumu güçleşmekte
- ailede ve engelli bireyde toplumun bakışı nedeniyle engelliliği kabul sorunları yaşanmakta,
- hastaların ve yakınlarının yaşam kalitesini bozmakta
- tedavisi geç başlayabilmektedir.

# Damgalama/Stigmanın nedenleri

- Tutumlar erken yaşta öğrenilmektedir.
- Yetişkin olduğunda edinilen doğru ve yanlışlar, toplumların doğru yanlışlarıdır
- Toplumdaki olumsuz tutumun kaynağı bilgi eksikliği ve ön yargılardır
- Damgalama (stigma) eğilimi değerler toplumunda değil, korku kültürünün egemen olduğu toplumlarda gelişmektedir (Cüceloğlu, değerler kültürünü, aile, eğitim, iş yaşamı ve devlet yönetiminin temeline yerleştirmek gerektiğini belirtmektedir)

# Türkiye, ruh sağlığı, gençler, stigma

- Gençlerin tutumu ile ilgili olarak sadece tıp ve hemşirelik öğrencileriyle yapılmış çalışmalar bulunmaktadır
- Sağlık yüksekokulu öğrencileri, şizofreninin nedeni, öncelikle kişilik zayıflığından kaynaklanmaktadır(Taşkın ve ark.,2003)
- Tıp fakültesi öğrencileri ve dershaneye giden öğrenciler, şizofreniye karşı olumsuz tutumlar(Akdede, 2004)
- Tıp fakültesi öğrencileri(Yanık ve ark.,2006), depresyon, kişilik yapısının zayıflığından kaynaklanmaktadır
- Hemşirelik ve tıp öğrencilerinin tutumlar açısından birbirinden farklı değil ve sağlık eğitimi alan öğrencilerde damgalayıcı tutumların küçümsenmeyecek seviyededir(Ersoy ve ark., (2008).

# Damgalama/Stigma ile mücadele

Corrigan(2002) damgalama ile mücadele programlarında;

- Damgalama ve ayrımcılığı protesto etme
- Ruhsal hastalıklar/engellilik hakkında halka eğitim verme
- Halkın **ruhsal hastalığı/engeli olan bireylerle temas etmesinin** sağlanması etkili bulunmuştur
- Medya ile işbirliği yapma
- Toplumda odak gruplarla çalışma

# İçselleştirilmiş damgalama

- Bireye ruhsal bozukluk tanısı konduktan sonra, açık bir ayrımcılık ya da kötü davranışa maruz kalmasalar bile kendilerini damgalanmış olarak hissetmektedirler.
- Utanma, yetersizlik duyguları, olumsuz otomatik düşüncelerde artma, sosyal ilişkilerden kaçınma, kendilik değerinde düşme ortaya çıkmakta, tanının damgalayıcı içeriği ne kadar fazla ise bu belirtilerin şiddeti de o kadar fazla olmaktadır.



# İçselleştirilmiş damgalama , mücadele

- Bireye, hastalık/engeli hakkında bilgi verilmesi
- Hastalığı/engelliliği kabullenmesine yardım
- Tedavi, prognoz, yaşamı hakkında kaygılarını dile getirmelerine olanak sağlama
- İşlevselliğini azaltan etkenlerde yardımcı olma
- Aile ve çevre desteğini sağlama
- İyileşme kavramını açıklama,
- Aileyi de ele alma
- Psikososyal beceri eğitimi
- Sağlık çalışanlarının içselleştirilmiş damgalamaya yönelik hizmeti