

# *Kronik Hastalıkta Psikososyal Sorunlar*

*Arife KAYGUSUZ*  
*PSİKOLOG*

Dr. Behçet Uz Çocuk Hastanesi  
Hematoloji-Onkoloji  
İZMİR

- Yaşam süresindeki artış ve tedavi yöntemlerinin oluşturduğu olumsuz etkiler çocuk ve ailede süreç içinde oluşabilecek davranışsal ve ruhsal sorunlar ön plana çıkarmıştır.
- Bedensel hastalığa eşlik eden davranışsal ve ruhsal sorunlar hastalığın seyrini olumsuz olarak etkiler.

–Erikson'un ruhsal-toplumsal gelişim kuramına göre her gelişim evresinde temel çatışma yaşanır.

Yaşlılık								Bütünlük <b>X</b> Yılgınlık
Erişkinlik							Üretinilik <b>X</b> Durağanlık	
Genç Erişkinlik						Yatkinlık <b>X</b> Yalnız kalma		
Ergenlik Ve Gençlik	Zaman kavramı <b>X</b> Zaman karmaşası	Kendinden Emin olma <b>X</b> Kendi ile Uğraşma	Rol Deneme <b>X</b> Role Saplanma	Çömezlik <b>X</b> Çalışma Felci	Kimlik <b>X</b> Kimlik Bocalanması	Cinsel Kutuplaşma <b>X</b> Cinsel Bocalama	Önderlik Ardılık <b>X</b> Otorite Kargaşası	İdeoloji Bağlanma <b>X</b> Değerler Kargaşası
Gizlilik Dönemi				İş yapıcılık <b>X</b> Aşalık duyg	Görev belirleme <b>X</b> İşe yaramazlık Duygusu			
Fallik Dönem			Girişim <b>X</b> Suçluluk		R.Sezinlm <b>X</b> R.Ketlenm			
Anal Dönem		Özerklik <b>X</b> Utanç			Kendi olma <b>x</b> K.kuşku			
Oral Dönem	Güven <b>X</b> Güvensizlik				Karşılıklı Benimseme <b>x</b> İçe kapan			
	Umut <b>X</b> İçe dönme	İrade gücü <b>x</b> Zorlantı	Amaç <b>X</b> Ketlenme	Yeterlilik <b>X</b> Atalet	Sadakat <b>X</b> beğenmez	Sevgi <b>X</b> Dışlayıcılık	Bakım verme <b>x</b> reddetme	Bilgelik <b>5 x</b> doğmacılık

# Okul öncesi

- Bu yaş grubundaki çocuklar ben merkezcidir.

**0-3 yaş çocuklarda** duyu yoluyla dış dünyayı algıladığı bu dönemde ,hastalık ve tedaviyi akıllarında tutamaz, ancak ağrı anında sıkıntılı olur.

Anneden ve alışık olduğu ortamdan ayrılmak kaygılandırır.

**3-6 yaş çocuklar** mantıksal olarak sadece tek yönlü olarak düşünürler. Diğer insanların bakış açılarını algılamada zayıftırlar.

Yanlış davranışın cezalandırılacağı inancı vardır. Bu olumsuz zihinsel şemayı değiştirmek gerekli. Bunun içinde en iyi malzeme oyundur.

- Çocukların hayatta yapmaktan en çok keyif aldığı şey nedir?”



# Oyunun İyi Edicilik Niteliği

Enerjisini toplumsal ağıdan kabul edilen bir yolla boşaltma.

- Saldırganlık dürtüsünü boşaltmasına
- Gerilimden kurtulmasını sağlar.
- Sorunlarını oyun yoluyla çözebilirler

# Özgüven

- Özgüven duygusunu ilk 6 yaşına kadar şekillendiği için ebeveynlerin özellikle bu çağda hastalık nedeniyle korumalı fakat kendine güven kazanması da sağlamalı.
- **Ne yapmalıyız**
- Kendi yapacağı işleri kendi yapsın
- İyi şeyleri ödüllendirip olumsuzluklar üzerinde durmayıp soru sormaları konusunda desteklemeliyiz

# Ergenlik

- Çocukluk ve yetişkinlik dönemleri arasında kalan ergenlik **geçiş** dönemi olarak algılanır,
- Ergenlik, ***fiziksel, sosyal, psikolojik*** olgunluk açısından **değişme, büyüme ve dengesizlik** dönemidir.

Aristo yaklaşık olarak M.Ö. 300 yıllarında genci şöyle betimlemiştir.

- “Gençler kişilik olarak arzularına kapılmaya ve bunları eyleme dökmeye hazırdırlar. Bedeni arzular içinde en kolay kapıldıkları cinsel arzulardır. Çok değişkendirler; arzuları ateşli olduğu kadar geçicidir. Sevgi olsun nefret olsun her şey de aşırıya kaçarlar.”

## Anna Freud ise;

- Ergenliği huzurlu büyüme sürecinin bozulması veya kesintiye uğraması olarak değerlendirmiş ve ergenlik süreci tutarlı bir dengenin korunmasını “***anormal***” olarak görmüştür.

**Ergenlikte** yaşadığı psikososyal sorunlara göre erken, orta ve geç ergenlik diye ayrılabilir.

- **Erken ergenlik** fiziksel değişime uyum sağlama dönemi. Hastalığın etkisini fiziksel değişime yoğunlaştırır.
- **Orta ergenlik** bağımsız kimlik arayışında, hastalık sekteye uğratar.
- **Geç ergenlik** geleceğe odaklanır. Mesleki, akademik başarı ve aile kurma planlarını hastalık olumsuz etkiler.

**Erişkinlikte ise** Bu sorunlar hastalığa uyum  
abalarından, klinik düzeyde ruhsal bozukluklara  
dek değişebiliyor.

# Uyum çabalarında baş etme yöntemlerinin işe yaramadığı da olmuştur

## Gerileme (regresyon)

Çocuk gibi davranma

Aileye yada sağlık personeline ařırđ bağlanma

## Yansıtma (projeksiyon)

Hastalığın verdiği korku ve endişeyi dışa abartarak yansıtabilir.

## Yadsıma (inkar)

Hasta hastalığına inanmaz yada sağaltım önerilerine uymayabilir. Kontrollere gelmez yada ilaçlarını almaz.



# ANKSİYETE

Anksiyete hastalarımızın sık yaşadığı bir durumdur. Ve genelde hastalığın gidişatı ile ilgili kaygıları içerir.

## Anksiyete nedenleri arasında;

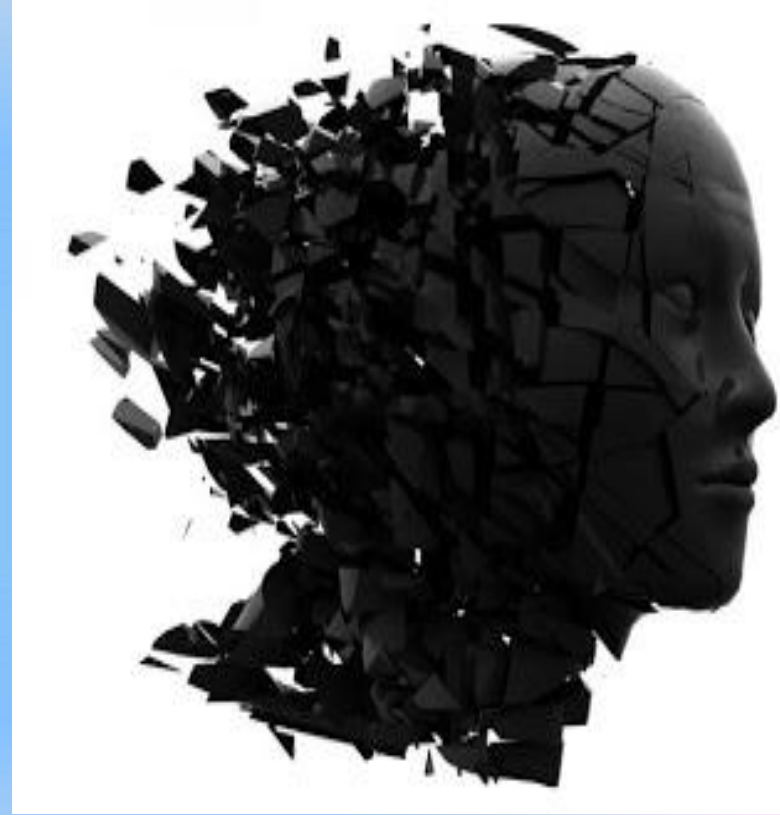
Gelecek korkusu

Yetersizlik

Kontrol edilemeyen ağrılar

Yalnızlık duygusu

İşe yaramama duygusu



- Ağrıyı zayıflık ve başarısızlık olarak görebiliyorlar.
- Kendilerini; sıkıntı veren, sürekli sızlanan biri olduğunu düşünebiliyorlar.

# Hastalık kişinin yaşamında bazı kayıplara yol açar

- Günlük yaşam aktivitelerinin engellenmesi.
- Öz saygının azalması
- Beden imajının bozulması
- Bireyin bağımlılık düzeyinin artması

## Ailede de pek çok kayıp olmakta

Umutların, geleceğe yönelik hayallerin, kardeş kıskançlıklarının evlilikte sarsılmaların yaşaması

# Depresyon

- ***Aşağıdaki durumlar kronik hastalıkla birlikte olan depresyonun tanımlanmasını da engeller:***
  - Bedensel sorun gibi sunma,
  - Hastalık belirtilerinden ayırt edememe,
  - Normalleştirme,
  - Görmezden gelme.

# Depresyon belirtileri

- Mutsuzluk, hüzün, keder, ağlama
- Zevk alamama, ilgisizlik ve isteksizlik
- Değersizlik duyguları, suçluluk düşünceleri, hastalığı kendisine bir ceza gibi algılama başarısızlık ve çaresizlik düşüncesi
- Dikkatin toplayamama, kararsızlık dalgınlık
- Psikomotor yavaşlama ya da ajitasyon
- Uyku sorunları
- İştah sorunu yorgunluk

# Ailenin duygusal tepkileri

- Çocuğun hastalığı ebeveynlerde suçluluk, suçlama ve umutsuzluk duygularına neden olabilir
- Bu olduğunda görev olarak bakıma devam ederler ancak derinlerde çocuğu terk ederler
- Çocukta reddedilmişlik itilmişlik hissi uyanır
- Kardeşlerde ise bu acı ve üzüntüyü bastırmak için ebeveynleri aşırı bir şekilde mutlu etme çabaları başlar

Uyum sağlayan aileler, aile hayatı ile hastanın hayatını dengeleyebilenlerdir.

- Hasta çocuğu merkeze koyanlar kardeşlerin ihtiyaçlarını göremeyip, normal yaşam döngüsü bozulmakta.

# Kardeşler

- Kardeşler 6zellikle hayatı tehdit eden ya da yetersizlik yaratan durumlarda kolaylıkla ihmale uğrayabilirler.
- İlgı almamaya bağlı olarak 6fke ve ardından suçluluk doğuran fanteziler ve bunların gerekleēeęine dair korkular oluőabilir.



## Kardeşler-2-

- Aile içinde ve okulda davranış sorunları ya da kendine güven, girişkenlik, yakınlaşma gibi konularda sorunlar yaşarlar.
- Kardeş uyumunun; **daha birbirine bağlı, duyguların dışa vurulduğu ve annenin sağlıklı olduğu** ailelerde daha iyi olduğu belirtilmekte

# Kardeşler-3-

- Küçük kardeş aslında řu soruların cevabını arar
  - 1)Kardeşim nasıl hastalandı?
  - 2)Buna ben mi sebep oldum?
  - 3)Bu bana ya da önemsediyim kişilere de olur mu?

- Ebeveynler genellikle kardeşin de üzülmesini önlemek için konuşmamayı tercih ederler
- Direkt ve açık bilgi vermek ve destek telkini sağlıklı kardeş için en iyi koruyucudur

- Kardeş suçluluğu önlenemezse, öfkesini kontrol edemeyip birini öldürme ve zarar verme korkularına dönüşebilir
- Ya da ceza görme ihtiyacı ile kendine ve çevreye zarar verici davranışlara neden olabilir
- Kardeşte dışlanmışlık ve önemsenmemenin doğurduğu öfkeyi önleyebilmek için ailenin özellikle geniş aileden destek almaya ihtiyaçları vardır

- Büyük kardeşlerde bakım veren rolünü paylaşmak, engellenmişliğe ve öfkeye neden olur

Eğer hasta kaybedilirse; diğer kardeşin yerini tamamlama ve kurtarıcı kahraman rolünü almak ağır bir yük ve öfke nedeni olabilir

- Hastalık yaşamın bir parçası haline gelir hasta ve ailesi onunla birlikte yaşamayı öğrenmek zorundadır.
- Sağlıklı çocuklar gibi başarılı ve tatmin edici yaşam sürebileceği inancını vermek gerek.

- Kronik hastalıkların bakım vericilerinin yaşam kalitesi olumsuz yönde etkilenmektedir. Bakım vericilere verilen sosyal destek arttıkça yaşam kalitesi de artmaktadır.

**KRONİK HASTALIĞI OLAN BİREYE BAKIM VERENLERDE YAŞAM KALİTESİ VE SOSYAL DESTEK ARASINDAKİ İLİŞKİ**  
*Mukadder MOLLAOĞLU<sup>1</sup>, Fatma ÖZKAN TUNCAY<sup>1</sup>, Tülay KARS FERTELLİ<sup>1</sup>, Gürcan SOLMAZ<sup>1</sup>,  
Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü-SİVAS,*

# Ailenin kazanması gereken temel beceriler

- Çocuğun gelişmekte olan otonomisine ve buna bağlı olan ihtiyacıyla ilgili çatışmaları, çocuğu güvende tutarak düzenleyebilmesi
- Çocuğun kendi yaş grubu ile kaynaşabilmesi, kabul edilebilir oyunlar oynayabilmesi
- Kendine bakım konusunda artan oranda desteklenmesi gerekir.



# Ailenin kazanması gereken temel beceriler

- Ailenin işlevselliği korunabilmeli
- Çocuğun geleceğe umut ve özgüvenle bakabilmesinin sağlanmalı
- Aile, özel durumdaki çocuğuyla ilgili, okulda, iş yerinde, hukuki sistemde düzenlemeler yapabilmeli

# Kontrol ve yönetim konuları

- Hastalığın ortaya çıkışıyla ebeveynler çocuklarını zarar görmekten ve acı çekmekten koruyabilme kontrollerini kaybederler ve bununla başa çıkmak zorundadırlar.
- Çocuğun hastaneye yatışıyla kontrol sağlık ekibine geçmiş olur.
- Aile kendisini yetersiz ve yardım edemedi duygusuna kapılır.
- Sağlık ekibinin ebeveynlere bu duygularına saygı göstermeleri ve bakımla ilgili sorumluluklar vermeleri, onların karşı koyma ve çekilme olasılıklarını azaltır.

# iletişim

- Kapalı iletişim çocukta artmış izolasyona neden olmaktadır.
- Gizlilik çocukların ürkütücü fantezilerini destekleyebilir.
- Hastalığı hakkındaki bilgi seviyesi bilişsel olgunluk düzeyine göre değişir.

# Problem çözme

- 1) Problemi belirleme
- 2) Doğru kişilerle problemi tartışma
- 3) Olası çözümler geliştirme
- 4) Dinlemek
- 5) Eşduyum –empati
- 6) İlgilenebilmek
- 7) Yargılamamak ve Esnek olmak

## Sonuç olarak

### Neler yapmalı

Karşılıklı duyguları dinlemeli

Destek ve güven vermeli

Üzgün ve kızgın hissetmenin normal olduğu belirtilmeli

Destek gruplarına yönlendirmeli

### Neler yapmamalı

Konuşmaya hazır olmayana zorlamak,

Depresif kişiye neşelen demek

Duyguları içinde tutma demek,

Mantıklı açıklama yapmak



**Yaşam;**

**Fırtınanın geçmesini beklemek  
değildir.**

**Yaşam;**

**Yağmurda dans etmeyi öğrenmektir!...**

**(Osho)**