

**DEĐİŐTİRİLEMEZ GERÇEKTE ANLAM BULMAK:
VAROLUŐCU LOGOTERAPİNİN MS TANILI BİREYLERDE DEPRESYON, ANKSİYETE, AFFEKTİF KİŞİLİK VE
YAŞAM KALİTESİ DÜZEYLERİNE ETKİŐİ**

**Gülay OĐUZ¹, Saime ÇAĐLI¹, Serap GÜLEÇ KESKİN², Ferhat JACK İÇÖZ³, Murat TERZİ⁴, Servet AKER⁵,
Sedat ŐEN⁵**

ÖZET

Amaç: Bu araştırma varoluőcu felsefeye temellendirilmiş logoterapinin MS tanısı almış kadınlarda depresyon, anksiyete, affektif semptomlar ve yaşam kalitesi üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma deneysel tipte olup, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı MS Polikliniğine kayıtlı MS tanısı almış bireyler ile 01.01.2016 - 01.03.2016 tarihleri arasında özel bir danıőmanlık enstitüsünün grup terapi odasında MS tanısı almış, 18-49 yaş arasında, sözel iletişim engeli olmayan, zihinsel ve organik bulgusu bulunmayan MS tanısı almış 10 kadın ile yürütülmüőtür. Araştırmada beck depresyon ölçeği, beck anksiyete ölçeği, Affektif sinir bilim ölçeği ve kısa form 36 kullanılmıştır.

Bulgular: MS tanısı almış bireylerin logoterapi öncesi ve sonrası depresyon anksiyete, affektif sinir bilim ve yaşam kalitesi puan ortalamaları karşılaştırıldığında, logoterapi sonrası, öncesine göre depresyon ve anksiyete bulguları arasında anlamlı fark belirlenmiştir ($p<0.05$). SF-36 öntest ve son test sonuçlarından fiziksel fonksiyon, ağrı, sosyal fonksiyon ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşmüştür ($p<0.05$). Müdahale öncesi ve sonrası arasında, affektif sinir bilim değerlendirmesinde öfke ve oyun puanlarında anlamlı bir düşüş tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuçlar ve Öneriler: Varoluőcu Logoterapinin MS tanılı kadınlarda depresyon, anksiyete ve öfke ve oyun düzeylerini azalttığı ve yaşam kalitesini arttırdığı belirlenmiştir. Logoterapinin MS tanılı kadınlarda etkili bir yöntem olması nedeniyle tedavi ve bakıma eklenmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Multiple skleroz; Logoterapi; Kadın; Depresyon; Yaşam kalitesi.

Finding True Meaning That Cannot Change:

The Effect of Various Logotherapy on Depression, Anxiety, Affective Personality and Quality of Life In Individuals With MS Diagnosis

Abstract

Objective: This study was conducted to determine the effect of logotherapy based on existential philosophy on depression, anxiety, affective symptoms and quality of life in women with MS.

Method: The study was carried out in the group therapy room of a private counseling institute between 01.01.2016 - 01.03.2016 with in individuals diagnosed with MS whoa reregistered in the MS Polyclinic of Ondokuz Mayıs University Faculty of Medicine, Department of Neurology. The study was conducted with 10 women diagnosed with MS, aged 18-49, without verbal communication impairment, and without mental and organic findings. Beck depression inventory, beck anxiety inventory, Affective neuroscience scale and short form 36 were used in the study.

Results: When depression, anxiety, affekt and life quality scores of individuals diagnosed with MS were compared before and after logotherapy, a significant difference was found between the depression and anxiety symptoms after logotherapy compared to before. From the SF-36 pretest and posttest results, the averages of physical function, pain and social function decreased statistically significantly ($p < 0.05$). Between before and after the intervention, a significant decrease in anger and game scores was found in the assessment ($p < 0.05$).

Conclusion: Existential Logoterpy has been determined to reduce depression, anxiety and anger and game levels, and improve the quality of life in women with MS. logotherapy is an effective method for women with MS, it may be recommended to add it to treatment and care.

Keywords: Multiplesclerosis; Logotherapy; Women; Depression; Life Quality

DOI: 10.47115/jshs.790083

¹Öđrenme Akdemisi, Samsun

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Psikiyatri Hemőireliđi Anabilim Dalı

³Varoluőcu Akademi, İstanbul

⁴Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Nöroloji Sağlığı Anabilim Dalı

⁵Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı

Sorumlu Yazar: Serap GÜLEÇ KESKİN, e-mail: dr.serasps@gmail.com

GİRİŐ

Multipl skleroz (MS) santral sinir sisteminin, otoimmun, inflamatuvar ve dejeneratif hastalığıdır. Genç eriőkin yaőta

görülmesi, ataklarla seyreden ilerleyici bir hastalık olması, fonksiyonel sınırlılık, engellilik oluşturması, bir çok psikososyal sorunu beraberinde getirmesi ile yaşam kalitesinde azalmaya neden olabilen kronik bir hastalıktır (Confavreux, Vukusic&Adeleine, 2003; Ertekin, Özakbaş, İdman&Algun, 2012; Milanlıoğlu ve ark.,2014). MS tanısı almış bireylerin affektif ve kognitif etkilenme oranı %34 ile %65 oranında görülmektedir (Emre ve ark.,2003). Psikososya sorunlar anatomik lezyonlara, nöro endokrin anormalliklere veya fizyolojik değişikliklere bağlı gelişebilmektedir (Karabudak, 2008). MS tanısı almış bireylerde en yaygın görülen psikiyatrik bozukluk depresyondur. Görülme sıklığı %27-54 arasında değişmektedir (Penner ve ark., 2007). Depresyon belirtilerini anksiyete izlemektedir. Depresyon, anksiyete ve affekt belirtilerinin genel nedenleri arasında, i görüsü olan MS tanısı almış bireylerin kendilerinde gördükleri bilişsel, mental ve fonksiyonel kayıpları fark etmeleri, semptomların ve semptomların neden olduğu zorlukların üstesinden gelememe, sosyal kayıplar ile gelen yalnızlık ve yaşamda anlam bulmada zorluk olduğu söylenebilir (Emre ve ark.,2003; Minden, 2000). Tıpkı birçok hastalık sürecinde olduğu gibi, MS tanısı almış bireylerde kaygı kaçınılmaz ve yok edilemezdir. MS tanısı almış bireyler yaşamın tam orta yerinde gelen fiziksel, zihinsel ve sosyal anlamda sınırlayıcı hastalığın giderek artan belirtilerinin yanında bağımlılığın artması ile gerçekleştirdiği ve gerçekleştirmek istediği rollerde kesintiye uğrama yaşamaktadır (İdman, 2004). Bu nedenle bireylerin yaşadığı fiziksel gereksinimleri kadar yaşamda anlam bulmak, sınırlar içinde de olsa özgür olduklarını bilmek ve ne olursa olsun seçim yapabilecekleri gerçeğini hatırlatmak özellikle depresyon, anksiyete ve affektif semptomların azaltılmasında ve buna bağlı olarak yaşam kalitesinin artırılmasında önemli girişimlerdir (Van ve Arnold, 2017).

MS tanısı almış birey yaşadığı hastalık içerisinde, hayatın anlamının ne olduğu, geleceğe dair belirsizlikleri bilip bilemeyeceğini, ölümin anlamını cevaplamaya çalışırken kaygı yaşar. Cevaplayamadığı sorular karşısında oluşan bireyin yaşadığı kaygı birçok varoluşu felsefecinin konusu olmakla birlikte, Victor Frankl gibi felsefeciler bu kaygıyı, kendi yaşam deneyimlerinden yola çıkarak anlamlandırmaya çalışmış, böylece varoluşu felsefeye büyük katkılar sunmuşlardır. (Özakkaş, 2011; Sartre, 2015; Engin, Kaçmaz ve Uğuryol, 2016). Victor Frankl, varoluşu analiz ve logoterapi yirminci yüzyılda geliştirilmiş bir teori, müdahale yaklaşımı ve felsefe bilimidir. Varoluşculuk insan yaşamının anlamının; insanın ürettiği bilgi, malzeme ve ürünlerden öte otantik ve bireysel bir anlam arayışı ile var olabileceğini ortaya koymaktadır.

Araştırmada MS tanısı almış bireylerle depresyon, anksiyete, affektif semptomları azaltmaya ve yaşam kalitesini arttırmaya yönelik logoterapi uygulanmıştır. Logoterapi varoluşu felesefeye temellendirilmiş Victor E. Frankl'in kuramına göre yapılandırılmıştır. Logoterapi, adını Yunanca bir kelime olan "Logos" (Anlam)'tan alan Logoterapi (Logotherapie), ViktorFrankl öncülüğünde kurulmuş yeni bir psikoterapik yaklaşımdır. "Anlam"ı merkez kavram olarak kabul eden bu ekol, "anlam kazandırma yoluyla terapi"yi temel tedavi metodu olarak bilinmektedir (Bahadır, Parlar &Spiteller,2000).

Araştırmanın Amacı

Bu araştırma varoluşu logoterapinin MS tanısı almış bireylerde depresyon, anksiyete, affektif kişilik ve

yaşam kalitesi düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma Hipotezleri

H0. Varoluşu felsefeye temellendirilmiş logoterapi, MS tanısı almış bireylerin depresyon, anksiyete, affektif semptomve yaşam kalitesini etkilemez.

H1. Varoluşu felsefeye temellendirilmiş logoterapi, MS tanısı almış bireylerin depresyon, anksiyete, affektif semptom ve yaşam kalitesini etkiler.

YÖNTEM

Araştırmanın şekli: Varoluşu felsefeye temellendirilmiş logoterapinin MS tanısı almış bireylerde depresyon, anksiyete, affektif kişilik ve yaşam kalitesi düzeylerine etkisini değerlendiren bu çalışma ön test son test girişimsel bir araştırmadır.

Araştırmanın Yeri ve Zamanı: Araştırma, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakóltesi Nöroloji Anabilim Dalı MS Polikliniđine kayıtlı MS tanısı almış bireyler ile 01.01.2016 - 01.03.2016 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırma MS tanısı almış bireyler için hazırlanan özel bir danışmanlık enstitüsünün grup terapi odasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Evren ve Örneklem Seçimi:

Araştırmanın örneklem sayısı, çalışma öncesinde güç analizi yapılarak tespit edilmiştir. Yapılan güç analizinde, ön test-son test %95 güven aralığında, %80 güce ulaşmak için 18-49 yaş aralığında genişletilmiş özürürlük durum ölçeği (EDDS) puanı 5'in altında olmayan en az 10 MS tanısı almış bireyin araştırmaya dahil edilmesine ihtiyaç duyulduğu belirlenmiştir. Araştırma Dahil edilme kriterlerine göre basit rastgele seçilmiş, gönüllü, MS tanısı almış, 18-49 yaş arasında, sözel iletişim engeli olmayan, zihinsel ve organik bulgusu bulunmayan, MS tanısı almış 15 kadın araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırma grup terapisi girişim özelliğine sahip olduğu için kendilerini rahat ifade etmeleri adına sadece kadınlardan oluşmuştur.Araştırmadan 3 birey araştırma sürecinde bireysel nedenlerden dolayı ayrılmıştır. 2 birey logoterapi sürecinde süreklilik gösterememe nedeni ile araştırma dışı bırakılmıştır. Araştırma 10 birey ile tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları: Verilerin toplanmasında tanıtıcı bilgi formu, Beck Depresyon (BDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Affektif Sinir Bilim Ölçeği (ANSP) ve Kısa Form -36 (SF-36) kullanılmıştır.

Beck Depresyon Envanteri (BDÖ): Beck ve arkadaşları tarafından (1961) geliştirilen bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Depresyonun belirtilerini tarama ve değerlendirme alanında kullanılabilir materyal eksikliğinden yola çıkılarak Beck Depresyon Envanteri oluşturulmuştur. Beck Depresyon Envanteri'nin güvenilirliği 0.74, geçerliği 0.75 olarak bulunmuştur. 0-3 arasında puanlanan 21 maddeden oluşan, dörtlü likert tipte bir ölçek halini almıştır. Grup uygulamalarına uygun hale gelmiştir. Formda 0 ile 63 arasında puan alınabilmekte, puanın yükselmesi depresyon belirtisinin şiddetinin arttığını göstermektedir.

Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Beck ve arkadaşları tarafından (1988), kişilerin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik alışmaları Ulusoy (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 21 maddeden oluşmakta ve her bir madde 0-3 arası puanlanmaktadır. Alınan puan arttıka kişinin anksiyete seviyesinin arttığı yönünde yorumlanan bir tür özbidirim ölçeğidir.

Afektif Sinirbilim Kişilik Ölçeği (ANPS), Davis ve arkadaşları tarafından (2003), kişilik çeşitliliğinin büyük oranda beyindeki altı farklı duygudurum sistemdeki kuvvetli yönler veya zayıflıklardan kaynaklandığı hipotezinden hareketle oluşturulmuştur. Ölçek 110 madde ve 7 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçekler oyun, merak, sevgi, öfke, üzüntü, korku ve maneviyat olarak belirtilmiştir. Her maddenin 1 ile 4 arasında puan aldığı dörtlü likert tipte bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması İçöz (2012) tarafından yapılmıştır. Orijinal makalede anlatılan analizler aynı şekilde takip edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin Türkçe formu geçerli ve güvenilir olarak değerlendirilmiştir.

Kısa Form-36 (SF-36): SF-36'nın Türkçe versiyonunun güvenilirlik ve geçerlilik çalışması Koçyiğit ve ark. tarafından yapılmıştır (Koçyiğit ve ark., 1999). Yaşam kalitesini değerlendirmede Türkçe geçerlik çalışması yapılmış olan ve oldukça yaygın kullanılan jenerik bir ölçüttür. Fiziksel fonksiyon, fiziksel rol kısıtlanması, emosyonel rol kısıtlanması, vücut ağrısı, sosyal fonksiyon, mental sağlık, canlılık, genel sağlık olmak üzere sekiz alt bölümde toplam 36 soru içerir. Fiziksel komponent ve mental komponent olmak üzere iki özet bölümü vardır. Yüz üzerinden yapılan skorlamada yüksek skorlar sağlıkta daha iyi bir düzeyi işaret ederken düşük skorlar sağlıktaki bozulmayı göstermektedir.

Verilerin Toplanması: Polikliniğe gelen dahil edilme kriterlerini karşılayan MS tanısı almış kadınlara, araştırma ile ilgili bilgi verilerek gönüllü olan 15 birey oluşturmuştur. Girişim grubuna dahil edilen MS tanılı kadınların 10 haftalık ve 1 saat süren grup terapisinde varoluşçu ve logoterapi yöntemleri kullanılmıştır. Logoterapi prensiplerine göre gerçekleştirilen grup terapilerinde iki amaç planlanmıştır. Birinci amaç girişim grubundaki bireylerin kendi durumlarına dair gerçekçi bir zemin kazanmaları ve seçim, özgürlük ve sorumluluk ekseninde varoluşlarını bütüncül bir şekilde keşfetmeleri iken ikinci amaç mevcut koşulları ile nasıl anlamlı yaşayacaklarını keşfederek psikososyal boyutta iyileşme sağlamaktır. Araştırma planı ve girişimler ayrıntılı olarak açıklanmıştır (Şekil 1). Araştırmada, varoluşçu logoterapist diplomasına sahip 3 terapist tarafından grup terapileri gerçekleştirilmiştir.

Birinci Aşama: Öntest uygulanmıştır.

İkinci Aşama: Varoluşçu felsefeye temellendirilmiş logoterapi bireylere haftada bir gün, 60 dakika ve on hafta süre ile uygulanmıştır. Uygulama süresi konusunda uzman görüşü alınmıştır.

Üçüncü Aşama: Son test uygulanmıştır.

Araştırmanın Değişkenleri

• **Araştırmanın bağımlı değişkenleri:**

Beck anksiyete ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Affektif Sinir Bilim Ölçeği, Kısaform-36

• **Araştırmanın bağımsız değişkenleri:**

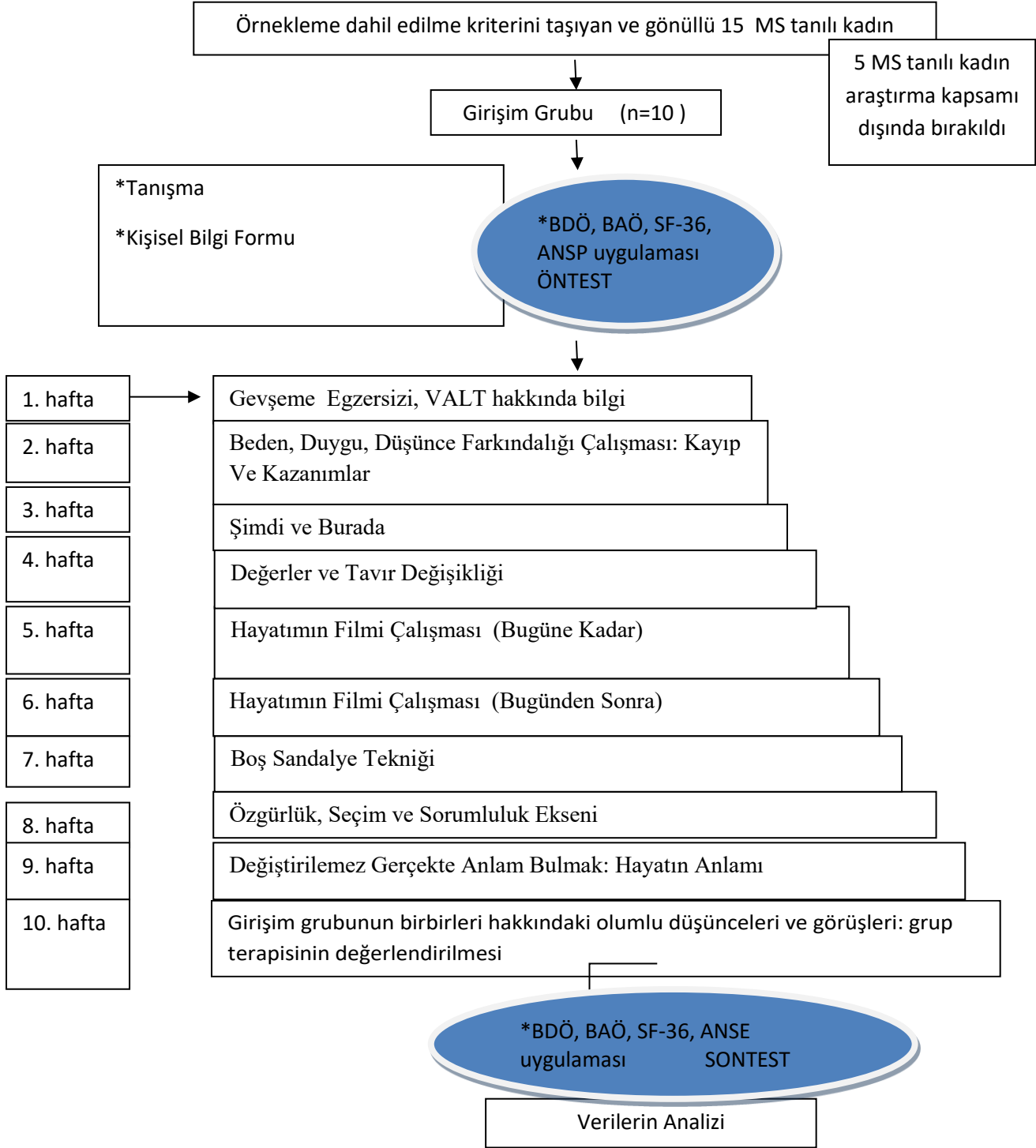
Varoluşçu felsefeye temellendirilmiş logoterapi programı.

DeneySEL Çalışmanın Planı

Araştırmanın ilk aşamasında gerekli izinler alınmıştır. Varoluşçu felsefeye temellendirilmiş logoterapi programının oluşturulması için logoterapi eğitimi almış 3 araştırmacı tarafından literatür incelemesi yapılmış ve 10 oturumdan oluşan içerik planı oluşturulmuştur (Şekil 1). Bu aşamadan sonra, araştırmada kullanılacak veri toplama formları belirlenmiştir. Daha sonra MS tanılı kadınlara ön test ölçümü uygulanmıştır. Öntest çözümleri yaklaşık 40-60 dk sürmüştür. MS tanılı kadınlardan öntest formlarını

doldururken rumuz kullanmaları istenmiş, bu rumuzu son test ölçümlerinde de kullanacakları belirtilmiştir. Ön test ölçümleri tamamlandıktan sonra, MS tanılı kadınlara araştırma içeriği, hedefler ve logoterapi süresince yapılacak uygulamalar hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonrasında eğitimin ilk oturumuna başlanmıştır. Her oturum yaklaşık 60-90 dk sürmüş, Logoterapi yüz yüze, interaktif bir şekilde gerçekleştirilmiştir. Logoterapi akşam 19:00-20:00 arasında yapılmıştır. Logoterapi sırasında MS tanılı kadınlara terapötik iletişim teknikleri kullanılmış ve çift yönlü iletişim kurulmaya özen gösterilmiştir. Şekil 1 de yer alan logoterapi konu başlıkları hakkında eğitim verilmiştir. Logoterapi bittikten sonra son test ölçümleri tamamlanmıştır.

Şekil 1. Araştırma Planı



Araştırmanın İstatistiksel Değerlendirmesi

Araştırmadan elde edilen nicel veriler Statistical Package For Social Science (SPSS) SPSS 22,0 istatistik Tablo1. Araştırmada kullanılan istatistiksel yöntemler.

paket programında uygun istatistiksel yöntemlerle analiz edilmiştir.. Verilerin değerlendirilmesinde kullanılan testler Tablo1'de verilmiştir.

Değerlendirilen Özellikler	İstatistiksel Yöntem
Deney grubundaki öğrencilerin tanıtıcı özelliklerinin değerlendirilmesi	Frekans Yüzde
Deney grubundaki öğrencilerin tanıtıcı özelliklerinin normallik dağılımının incelenmesi	Shapiro-Wilk Testi
Deney grubundaki MS tanılı kadınların ön test-son test değerlerinin karşılaştırması	Paired t testi

Araştırmanın Etik Yönü: Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesinden kurum izinleri alındıktan sonra araştırmada gönüllülük ilkesi öncelikli olarak tutulmuş ve bireylere gönüllü olur formları verilerek, araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarını sözlü ve yazılı olarak beyan etmişlerdir. Araştırmaya katılan bireylere araştırma sürecinde ve sonrasında bireysel bilgilerinin gizli tutulacağına ilişkin güvence verilmiştir. Araştırma sürecinde araştırmadan istedikleri zaman ayrılacakları belirtilmiştir. Gerekli izinler ile birlikte araştırma ile 'bilgilendirilmiş onam' alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bulguları sosyodemografik özelliklerine ait bulgular ve logoterapi öncesi ve sonrası ölçek düzeylerinin karşılaştırılmasına ait bulgular olmak üzere 2 bölümde verilmiştir.

Sosyodemografik özelliklere ait bulgular:

Araştırmaya 18-49 yaşları arasında 10 kadın hasta dahil edilmiştir. Hastaların %60'ı (6) evli, % 50'si (5) ev hanımı olup tümünün sağlık güvencesi vardır. Hastalık süresi 2-14 yıl arasında değişmekte olup hastaların tümü halen MS için spesifik bir tedavi kullanmaktadır. Hastaların demografik verileri tablo 2 de verilmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Sosyo-Demografik Özellikler (n=10)

Özellikler	Sayı	%
Yaş Ortalaması		
Hastalık Süre	35,50±2,48 (min20, max:48)	
EDSS	.15±1,52 (min2, max:14)	
	0,55±0,18 (min0, max:1.5)	
Medeni Durum		
Evli	6	60
Bekar	4	40
Çocuk Sayısı		
Yok	4	40
1 tane	1	10
2 tane	4	40
3 tane	1	10
Eğitim Durumu		
İlköğretim	3	30
Ortaöğretim	5	50
Üniversite	2	20
Meslek		
Ev hanımı	5	50
Emekli	4	10
Çalışan	4	40
Toplam	10	100.0

%%: Yüzde, Min: Minimum, Max: Maksimum

Logoterapi Öncesi ve Sonrası Ölçeklerin Karşılaştırılmasına Ait Bulgular

MS tanısı almış bireylerin logoterapi öncesi ve sonrası BDÖ, BAÖ, SF-36 ve ANPS puan ortalamaları karşılaştırıldığında, logoterapi sonrası, öncesine göre depresyon ve anksiyete bulguları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark belirlenmiştir (p<0.05). SF-36 öntest ve sontest sonuçlarından fiziksel fonksiyon, ağrı, sosyal

fonksiyon ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşmüştür ($p<0.05$). Müdahale öncesi ve sonrası arasında, ANPS değerlendirmesinde öfke ve oyun puanlarında

istatistiksel olarak anlamlı bir düşüş tespit edilmiştir($p<0.05$). (Tablo 3).

Tablo 3.Öntest-sontestölçek değerlendirilmesine ait bulgular

Ölçekler	Öntest □±SS	Sontest □±SS	t	p
Beck depresyon ölçeği	15,40±3,19	8,90±1,58	2,55	0,031
Beckanksiyete ölçeği	18,70±2,89	8,00±1,66	4,97	0,001
SF-36				
Fiziksel fonksiyon	27,30±080	24,90±0,91	3,08	0,013
Fiziksel rol güçlüğü	7,30±0,39	7,00±0,49	0,51	0,616
Ağrı	10,69±0,66	8,67±0,66	3,77	0,004
Genel sağlık	18,23±1,03	16,34±1,06	1,50	0,167
Vitalite	17,50±1,04	17,40±1,04	0,91	0,930
Sosyal fonksiyon	9,50±0,61	7,80±0,69	2,37	0,042
Emosyonel rol güçlüğü	5,40±0,22	4,70±0,44	1,56	0,153
Mental sağlık	22,10±1,19	20,90±1,15	0,87	0,405
Affektif sinir bilim ölçeği				
Hastalık	33,50±1,08	29,90±1,40	1,62	0,135
Korku	34,20±1,00	31,00±1,34	2,08	0,067
Bakım	31,90±0,48	29,30±1,54	1,48	0,172
Öfke	36,30±1,08	31,30±1,45	3,30	0,009
Oyun	36,20±0,80	31,90±0,88	3,49	0,007
Üzüntü	33,30±0,93	31,30±1,39	1,52	0,161
Maneviyat	29,90±1,06	28,50±1,54	1,09	0,304

Ortalama, SS: Standart Sapma t: Paired t testi, p: İstatistiksel Önemlilik

TARTIŐMA

TartıŐma varoluŐcu felsefeye temellendirilmiş logoterapi öncesi ve sonrası depresyon, anksiyete, affektif sinirbilim kişilik ve yaşam kalitesi bulgularının tartıŐılmasından oluşmaktadır.

AraŐtırmaya katılan bireylerin logoterapi sonrası depresyon düzeylerinde anlamlı derecede azalma olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Azimi ve ark. (2018) MS tanılı kadınlar üzerinde yaptıkları bir çalıŐmada logoterapi sonrası deney grubunun anksiyete, depresyon ve stres semptomlarının ortalamaları kontrol grubu ortalamasından anlamlı olarak farklı bulunmuŐtur. Depresyonun ortaya çıkmasında en önemli faktör yaŐamdaki anlam duygusunu yitirmiŐ olmaktadır. Logoterapinin kelime karŐılıđı anlam terapisiidir. Bu nedenle depresyon semptomlarının düzeltilmesinde logoterapinin etkinliği oldukça fazla olabilir. Logoterapi, bireyin olumsuzlukların ötesine geebileme ve bu olumsuzluklardan bir anlam çıkarabilme becerisini; belli bir ruhsal boyuta ulaŐmasını ve yaŐamındaki yetersizliklerin tüm olumsuz etkilerinin üstesinden gelmesine yardımcı olmayı ifade etmektedir (Ososkie ve Schultz;

2003). Beckner ve ark. (2010) yaptığı bir çalıŐmada telefon ile MS tanılı bireylerde gerçekleŐtirdikleri biliŐsel davranıŐçı terapinin depresyon üzerinde olumlu sonuçlar elde etmişlerdir. ÇalıŐmamızın sonucunda elde ettiğimiz depresyon ölçeğindeki anlamlı farklılık bu durumu destekler niteliktedir.

AraŐtırmaya katılan bireylerin logoterapi sonrası anksiyete düzeylerinde anlamlı derecede azalma olduğu belirlenmiştir ($p<0.001$). Yapılan bir çalıŐmada grup logo terapisinin MS'li hastaların anksiyeteyi azaltmada, benlik saygısını artırmada etkili olduğunu belirtmiŐlerdir (Rasoli, Borjali, 2011). Bir alıŐmada MS tan MS tanısı almış bireylere uygulanan MMPI değerlendirmesinin yapıldığı bir çalıŐmada, psikasteniy ve hipokondriazis leklerinin normal sınırların üzerinde olduğu ve bu kiŐilerin belirgin anksiyete ile birlikte fiziksel yapılarıyla aŐırı ilgi ve kötümser bir yapı sergiledikleri ileri sürülmüŐtür (Emre ve ark.,2003). Talebian ve ark. (2012) yaptıkları bir diğer çalıŐmada grup logoterapisinin anksiyete ve depresyon düzeylerini azalttığı ve kanserli hastalarda yaşam kalitesini artırdığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, yaŐamdaki anlam ve anlam boyutları arasında fiziksel engele karŐı olumlu uyum göstermek arasında pozitif bir ilişki elde edilmiştir. Yukarıda sözü edilen bulgulara göre; fiziksel engeli olan bireyler, yaşamda bir anlam ve yn bulduklarında, kiŐisel bir kimlik ve sorumluluk taŐıdıklarında, kaçınılmaz olan ölümü kabullendiklerinde ve yaşamda yeni zorluklara mücadele etmeye devam ettiklerinde; fiziksel engellerini daha iyi kabul edip bununla daha iyi baŐa çıkmaktadırlar. Bunun tam zıttı olarak ise, bu bireyler yaŐamlarında bir anlamdan, amaçtan ve görevden yoksun olduklarında, yaŐamlarında duygusuzluk, bıkkınlık ve hissizlik hakim olduğunda(varoluŐsal boŐluk) buna bir de fiziksel engel eklendiğinde, kabul etmek ve bu zorluklarla mücadele etmek onlar için daha zor bir hal almaktadır. Kısacası, tüm bu bulgular, Frankl'in (1966,1988), Dunn'in(1994) yaşamın devamlılığının negatif olaylar içinde-fiziksel engel gibi-pozitif anlamlar bulmak ve anlama karŐı tutumlar geliŐtirmeyi içeren görüŐleriyle örtüŐtüđünü göstermektedir. Bu görüŐler kiŐinin negatif deneyimlere karŐı esneklik sahibi olması ve bunlarla daha olumlu baö etme becerisini ortaya koymaktadır. Araştırma sonuçlarımızda depresyon ve

anksiyete düzeylerinin azaldığı ve Frank'in varoluŐcu kuramının temellendiği logoterapinin etkili bir girişim olduğu görülmektedir.

AraŐtırmaya katılan bireylerin affektif sinir bilim leğinin öfke ve oyun parametrelerinde azalma belirlenmiştir. Öfke alt leği kiŐilerin asabi olmak, kolayca sinirlenmek ve hüsrana uğramak, sözel ve fiziksel Őiddet göstermek ve de uzun süre öfkeli kalmak gibi deneyimleri ne sıklıkla yaŐadıklarını araŐtırmaktadır. Bu sonuçlara göre logoterapi sonrası çalıŐmaya katılan bireylerin bu deneyimleri daha az yaŐadıkları söylenebilir. Oyun alt leği ise eğlenmek, mizah, glmek, imkanlarıkefetmek gibi deneyimleri ölçmektedir. Bu sonuç logoterapi sonrası öfke deneyimlerinin azalması ile iliŐkili görülmektedir. Bu iki alt ölçeğin sonuçları kayıp, yas ve gerçekliklerle karŐılaŐmak çapında ele alınabilir. Hastalar "neden ben" fkesini aŐıtka daha az oyuncu hissettikleri bir döneme girmiŐlerdir. Bu, yas sürecinin önemli olan ilk adımlarının atılması ve kiŐilerin buldukları Őartlar içerisinde anlamlı bir hayat inŐa etme yoluna girmeleri olarak yorumlanabilir. Amir ve ark. (2017) yaptığı bir çalıŐmada MS tanılı bireylerde grup logoterapinin algılanan stresi azaltmada etkin bir yöntem olduğunu belirtmiŐlerdir. YaŐamdaki anlamın bireyin ruhsal sağlığını belirleyen önemli bir faktör olduğunu ve varoluŐ kavramının hem bedensel hem de ruhsal sağlık açısından anahtar öneme sahip bir nokta olduğunu ifade edebiliriz.

AraŐtırmaya katılan bireylerin logoterapi sonrası SF-36 parametrelerinden fiziksel fonksiyon, ağrı ve sosyal fonksiyon alt parametrelerinde logoterapi ile artan yaşam kalitesi durumunu ortaya koymuŐtur ($p<0.001$). Mardanivalendani ve Ghafari (2015) bir teknik olarak logoterapinin, artan sorumluluk, hastanın yaŐamla ilgili inançlarının dnŐm ve yaşam beklentisinin artması ile MS'li hastalarda fiziksel ve psikolojik boyutlarda yaşam kalitesinin artmasına neden olduğunu belirtmektedirler. Yapılan bir çalıŐmada MS tanısı almış bireylerin fiziksel ve biliŐsel sağlık bileŐenlerinin önemli bir bölümünde problemler olduğu bulunmuŐtur. Yapılan bir diğer çalıŐmada SF-36 testi ile hastalık progresyonu ve disabilite ile iliŐkili bulunmuŐ ve EDSS ile iliŐkisi ortaya konulmuŐtur (Baumstarck, 2013). Zibaei ve ark. (2013) yaptığı bir çalıŐmada MS tanılı bireylerde grup logoterapisinin algılanan stresi azaltmada ve yaşam beklentisinin artmasında etkili olduğu bulunmuŐtur. MS hastalarında algılanan stresi azaltmada ve yaşam beklentisinin artmasında logo terapisinin etkinliğini gösteren elde edilen sonuçlar göz önüne alındığında, bu çalıŐma yaşam kalitesini arttırmada yardımcı olduğu söylenebilir. Kronik hastalıklardan biri olan MS çok boyutlu olduğu ve yaşamın tüm boyutlarını etkileme olasılığı bulunduğu için bireylerin bir bütün olarak ele alınması gerekmektedir.Sadece fiziksel faktörlerin değil, bireyi etkileyen diğer faktörlerinde değerlendirilmesi ile bütüncül bir yaklaŐım sergilenmektedir. Bütüncül bir yaklaŐım fiziksel, psikospiritel ve sosyal boyutlarda iyileşme sağlayarak yaşam kalitesinin arttığı söylenebilir.

Araştırma amaçları MS tanısı almış bireylerde, depresyon, anksiyete, affektifite ve yaşam kalitesi üzerinde etili olabilecek kanıtlanmış potansiyel yolları keŐfedebilmektir. Frankl Logoterapinin etkisini aıkladırken, MS tanılı bireylerde yaŐamdan anlam bulmada ve hastalığın getirdiği yaşam zorlukları karşısında dahi seçim olasılığını görmede, yaşam üzerinde kontrolü olduğu duygunu yerleŐtirmede etkili olabildiği ve bu sayede hissedilen depresyon, anksiyete ve affektif semptomların azalabildiği

ve yaşam kalitesinin arttığı görülmektedir. Her gün kendi takvimine korku ve üzüntüyle bakan bir kişi, bu takvimi her gün çevirmeye devam ettikçe, en sonunda yaşama karşı üzüntü ve kötümser bir bakış açısı geliştirecektir. Fakat yaşamı daha aktif bir perspektiften gören bir kişi, sadece bu sayfaları çevirmekle kalmayacak her takvim yaprağının arkasına da önemli bir not yazacaktır. Yaşamın son noktasına kadar sürecek olan, kişinin yaptıklarından yapmak istediklerine kadar giden bir yolu adım adım takip edecektir. Ancak böyle bir kişi yaşamda aktif bir role sahip olabilecek, mutlu ve doyumlu bir yaşam sürebilecektir. Tüm bunlar da bireyde yaşam kalitesinin artmasını sağlayacaktır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuçlar

MS tanılı kadınların varoluşu felsefeye temellendirilmiş logoterapi sonrası depresyon, anksiyete, affektif sinir bilim leği alt boyutlarından öfke ve oyun düzeylerinin ve yaşam kalitesinin fiziksel fonksiyon, sosyal fonksiyon, ağrı düzeylerinin anlamlı düzeyde azaldığı belirlenmiştir.

neriler

1. MS tanılı kadınlarda görülen depresyon, anksiyete, affektif semptom belirtilerini azaltmada ve yaşam kalitesini arttırmada logoterapinin etkili bir yöntem olarak tedavi ve bakıma katılması önerilebilir.

2. Gelecek araştırmalarda MS tanılı bireylerin uyum sürecinde yaşamdaki anlamın önemine odaklanan çalışmaların artmasıyla, fiziksel engele ve psikosozyal kayıplara karşı pozitif duyguların oluşmasını sağlayacak daha geniş grupları içeren kontrollü çalışmalar yapılması önerilebilir.

KAYNAKLAR

Amir F., Ahadi H., Nikkiah K., Mohammadreza Seirafi M. (2017). The Effectiveness of Acceptance and Commitment Group Therapy and Group Logotherapy in Reducing Perceived Stress among MS Patients. *Caspian.J.Neurol.Sci*, 3(4), 175-184

Azimi A., Makvandhoseini S., Najafi M., Rafieenia P. (2018) . A comparative study on effectiveness of acceptance and commitment therapy and logotherapy on symptoms of depression, anxiety and stress of women suffering relapsing remitting multiple sclerosis: A randomized controlled trial study. *Koomesh Journal*, 20(4), 612-619.

Bahadir, M., Parlar, H., Spiteller, M. (2000). SpringerUmweltlexikon. Heidelberg: Springer.

Baumstarck, K.,Butzkueven, H., Fernández, O., Flachenecker, P., Stecchi, S., Idiman, E., Pelletier, J.,Boucekine, M., Auquier, P.(2013). ResponsivenessofTheMultipleSclerosis International Qualityof Life QuestionNairetoDisabilityChange: A Longitudinalstudy. *HealthQual Life Outcomes*, 29,111-127.

Beck, A. T.,Steer, R. A. (1984). Internalconsistencies of theoriginalandrevisedBeckDepression Inventory. *Journal of ClinicalPsychology*, 40(6), 1365-1367.

Beck, A. T.,Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. andErbaugh, J. (1961). An inventoryformeasuringdepression. *Archives of General Psychiatry*, 4(6), 561-571.

Beckner V., Howard I., Vella L., David C., Mohr J. (2010). Telephone-administered psychotherapy for

depression in MS patients: moderating role of social support. *Behavioral Medicine Resach*, 33,47-59. doi: 10.1007/s10865-009-9235-2

Confavreux, C.,Vukusic, S., Adeleine, P. (2003). EarlyClinicalPredictorsandProgression of IrreversiblDiability in MultipleSclerosis: An AmnesicProcess. *Brain*, (126): 770-782.

Davis, K. L., Panksepp, J. and Normansell, L. (2003). The affective neuro science personality scales: Normative data and implications. *Neuro psychoanalysis*, 5(1), 57-69.

Dunn, D. S. (1996).Well-Being Follow in Gamputation: Salutary Effects of Positive meaning, Optimism and Control. *Rehabilitation Psychology*, 41, 285-302.

Emre, U., Ergn, U., Yıldız, H., oşkun, ., İnan, L. (2003). Multipl Skleroz ve Psikiyatrik Hastalıklar Dşnen Adam, 16(1): 46-49.

Engin, E., Kamaz, ED., Uğuryol, M. (2016). Türkiye'de Hemşire Olma Kaygısı: Varoluşu Felsefe Bakış Açısıyla Bir Gözden Geçirme. *IJSR*, 9(43): 1226-31.

Ertekin, .,zakbaş, S., İdiman, E., Algun, C. (2012). Qualityof Life, FatigueandBalanceImprovementsAfter Home-BasedExercise Program in MultipleSclerosisPatients. *Nöro Psikiyatı Arş*, (49): 33-38.

Frankl, V. E. (1966). Self-Transcendence as a Human phenomenon. *Journal of Humanistic Psychology*, 6, 97-106.

Frankl, V. E. (1988). Thewilltomeaning: Foundationsandapplications of Logotherapy. New York: Meridian.

İdiman, E. (2004). MultiplSkleroz'unİmmunopatogenezi. *Türkiye Klinikleri*, 2, 171-17.

Karabudak, R. (2008). Multipl Skleroz: Bilimsel Araştırmalardan Multipl Sklerozda Yeni Yönelimler. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 39(3), 115-120.

Koçyiğit H, Aydemir , Fisek G ve ark. "Kısa Form-36'nın Türkçe Versiyonunun Güvenilirliği ve Geçerliliği", İlaç ve Tedavi Dergisi, 1999.

Mardanivalendani M., Ghafari Z. (2015). The Effectiveness of Logotherapy on Quality of Life Among MS Patients in Shahrekord. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*,23(5),47-56.

Milanlıoğlu, A., zdemir, G., ilingir, V., Güleç, ., Aydın, N., Tombul, T. (2014). CopingStrategiesandMoodProfiles in PatientswithMultipleSclerosis, *ArqNeuropsikiyatı*, 72(7), 490-495.

Minden, S. (2000). MoodDisorders in MultipleSclerosis: DiagnosisandTreatment. *Journal of Neurovirology*, 6(2), 160-167.

Ososkie, J. N.,Schultz, J. C. (2003). DisabilityAcceptanceTheoriesAndLogotherapy. *International Forum forLo-Gotherapy*,26, 21-26.

Özakkaş, T. (2008). Bütüncül Psikoterapi. İstanbul: Litera Yayınevi.

Penner, IK, Bechtel, N.,Raselli, C., Stcklin, M., Opwis, K., Kappos, L.,Calabrese, P. (2007). Multipl Sklerozda Yorgunluk: Depresyon, Fiziksel Bozukluk, Kişilik ve HRasolı I., Borjalı A. (2011). The Efficiency of Group Logotherapy in Decreasing Anxiety and Increasing Self Esteem in Patients With Multiple Cclerosis. *Clinical*

Psychology Studies, 1(3) ,43-56. hareket Kontrolü İle İlişki. Multipl Skleroz Dergisi, 13 (9), 1161-1167.

Sartre, J.P. (2012). Varoluşçuluk. İstanbul: Say Yayınları.

Talebian, L., Mehrabizadeh Honarmand, M., Yavari, A.H. (2012). The Effectiveness of The therapy on Depression, Anxiety and quality of Life of Cancer patients, the Journal of Psychological Achievement Smartyr Chamran University, 4(2), 244-199.

Van, D.E., Arnold, B.C. (2017). Existential Perspectives on Human Issues: A

Handbook for Therapeutic Practice: United Kingdom: Macmillan Education.

Zibaei FG., Dehkordi MA., Alipour A., Mohtashami T. (2013). Efficacy of Group Logo Therapy in the Perceived Stress and Life Expectancy in Ms Patients. Goals and Priorities of Journal of Research in psychological Health ,6(4).