

Toplum ve Sosyal Hizmet

ISSN: 2147-3374 / E-ISSN: 2602-280X

Araştırma Makalesi / Research Article

İntihar Riski Olan Bireylerde Varoluşsal Analiz ve Logoterapinin Etkililiği

Effectiveness of Existential Analysis and Logotherapy in Individuals at Suicide Risk

Metin ERDEM¹, Bedrettin KESGİN², Oğuzhan ZENGİN³

¹Dr., Bingöl Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü,
metin.erdem.21@gmail.com,
ORCID: 0000-0002-9192-6102

²Prof., Dr., Yalova Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü,
bedrettink@gmail.com,
ORCID: 0000-0001-9812-8966

³Prof. Dr., Karabük Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü,
oguzen04@gmail.com, ORCID:
0000-0002-2682-0870

Başvuru: 19.08.2023
Kabul: 25.07.2024

Atıf:
Erdem, M., Kesgin, B. ve Zengin, O. (2024). İntihar riski olan bireylerde varoluşsal analiz ve logoterapinin etkililiği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 35(3), 445-465.
DOI: 10.33417/tsh.1346205

ÖZ

Dünya Sağlık Örgütü tarafından halk sağlığını etkileyen bir sorun olarak tanımlanan intihar, genellikle yaşamın anlamını anlamlandıramama ve sonucunda varoluşsal anlamsızlık düşünceleri ve duygularının etkisi altında gerçekleşen bir olgudur. Varoluşsal veya anlamsal bir kriz yaşayan bireyler için logoterapi, anlamın yeniden bulunmasına yardımcı olabileceği düşünülen bir müdahale yöntemidir. Bu nedenle, varoluşsal krizlerle başa çıkma süreçlerinde etkili bir yaklaşım olarak kabul edilmektedir. Bu araştırma, logoterapi müdahalesinin intihar riski taşıyan bireylerin intihar eğilimleri üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu hedef doğrultusunda, deneysel bir yöntem kullanılmış ve çalışma öntest-sontest-kontrol modeline dayanmıştır. Ayrıca, bu çalışma bağlamında anlam kavramını, öznelarası ilişki arasındaki ilişki bağlamında alınmıştır. Bu çalışma, altı müdahale grubunda ve altı kontrol grubunda olmak üzere toplam on iki katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Bu dönem boyunca, katılımcılara öykü alma oturumu dahil olmak üzere 11-14 arasında oturum sunulmuştur. Kontrol grubu ise herhangi bir müdahaleye tabi tutulmamıştır. Müdahale sona erdikten altı hafta sonra bir izlem çalışması gerçekleştirilmiştir. Müdahalenin katılımcılar üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla öntest, sontest ve izleme İntihar Olasılığı Ölçeği ve Yaşamın Anlamı ve Amacı Ölçeği uygulanmıştır. Logoterapi müdahalesinin etkisini test etmek için Mann-Whitney U ve Wilcoxon İşaretli Sıralar Testleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların müdahale öncesi intihar risk düzeyleri benzer bulunmuştur. Ancak, deney grubunda sontest ve izlem ölçümleri anlamlı bir gelişme göstermiştir ($P < .05$). Sonuç olarak, logoterapi müdahalesinin intihar riski taşıyan bireylerde kalıcı bir şekilde intihar riskini azaltma ve yaşamın anlamını artırmada istatistiksel olarak etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: İntihar, logoterapi, deneysel tasarım, logoterapi temelli müdahale

ABSTRACT

Suicide, defined by the World Health Organization as a problem affecting public health, is a phenomenon that usually occurs under the influence of thoughts and feelings of existential meaninglessness as a result of the inability to make sense of the meaning of life. For individuals experiencing an existential or semantic crisis, logotherapy is an intervention method that is thought to help them find meaning again. Therefore, it is recognized as an effective approach in coping with existential crises. This study aims to examine the effect of logotherapy intervention on suicidal tendencies of individuals with existential meaning crisis and suicide risk. In line with this goal, an experimental method was used and the study was based on a pretest-posttest-control model. Furthermore, in the context of this study, the concept of meaning was taken in the context of the relationship between intersubjectivity. This study was conducted with a total of twelve participants, six in the experimental group and six in the control group. The intervention in the experimental group started on December 02, 2020 and ended on July 14, 2021. During this period, a total of 75 sessions, including anamnesis, were presented to the participants. The control group was not subjected to any

intervention. A follow-up study was conducted six weeks after the intervention ended. In order to determine the effectiveness of the intervention on the participants, the Suicide Probability Scale and the Meaning and Purpose of Life Scale were administered during the pretest, posttest and follow-up periods. Mann-Whitney U test was used to test the effect of logotherapy intervention. According to the results of the study, the suicide risk levels of the participants in the experimental and control groups were similar before the intervention. However, posttest and follow-up measurements showed a significant improvement in favor of the experimental group. As a result, it was concluded that logotherapy intervention was effective in permanently reducing suicide risk and increasing the meaning of life in individuals at risk of suicide.

Keywords: *Suicide, logotherapy, experimental design, logotherapy-based intervention*

GİRİŞ

İntihar olgusu, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından bir “halk sağlık sorunu” olarak kabul edilmektedir. Dünya genelinde 1.000.000’e yakın kişi intihar etmektedir (Sartorius, 2021). Aynı zamanda gençler arasında ölüm nedenlerine bakıldığında intiharın dördüncü sırada yer aldığı görülmektedir (DSÖ, 2021). Bunun yanı sıra yaşlıların intihar oranlarına bakıldığında intihar oranlarının gün geçtikçe yükseldiği tespit edilmektedir (Suicide Prevention Resource Center, 2022). Türkiye’de intihar oranlarına bakıldığında yükselen tablolarla karşılaşılmaktadır (Alptekin ve Duyan, 2014: 38). Tüm yaşlarda intihar eyleminin sayısız sebepleri bulunmasına rağmen tüm bu nedenler bir noktaya işaret etmektedir: İnsanın en temel arzusu olan yaşam arzusu kendisi tarafından yok edilmektedir. Bu durumun temel sebeplerinden biri ise, kişinin kendisi ve ötekiyle (tanrı, aile, arkadaş, evren, doğa, iş vb.) olan ilişkisini anlamlandıramamasıdır. Kişinin ötekiyle iletişim kurması için öncelikle kendi olgusallığının farkında olması gerekmektedir. Ancak bu farkındalık duygusunun oluşmasıyla öteki ile anlamlı bir ilişki kurulabilmektedir. Kişinin anlamlı ilişki kurabilmesi ünlü varoluşçu filozof Buber’in (2017) ifadesiyle Ben-Sen ilişkisinin kurulmasıyla mümkün olmaktadır. Ben-Sen ilişkisinde esas olan, “Ben”in özne olarak kabul edilmesi gibi ötekinin (Sen) de özne olarak kabul edilmesinin gerekliliğidir. Bu ilişki anlamlı bir hayatın kurulması için ilk adımdır. Varoluşçu analize göre bu anlam ilişkisi kurulmadığında (öteki veya kendini ben/sen yerine o -nesne- ilişkisi kurulduğunda) kişiler anlam krizine dayanamayarak intihar etmektedir.

Logoterapi’ye göre insanın en temel gereksinimi hayatı anlamlandırma ihtiyacıdır (Frankl, 2014; Frankl, 2018; Frankl, 2020; Marshall, 2011: 61) ve intihar riski olan bireylerde asıl sorunun kişinin yaşadığı anlam krizidir (Coleman, 1972 akt. Geçtan, 1984; Corsini ve Wedding, 2012; Steger, 2012, Frankl, 2004; Frankl, 2015). Anlam kriziyle baş etmek için Frankl, logoterapi müdahalesini geliştirmiştir. Bu teorinin genel kavramları; anlam istemi, varoluşsal engellenme, varoluşsal boşluk ve nöojenik nevrozdur. Anlam merkezli bir terapi türü olan logoterapi, bu sorunu klinik bağlamda ele almaktadır. Söz konusu klinik bağlama göre anlamlı bir hayat için “dış dünyaya bir şeyler verme, dış dünyadan bir şeyler alma ve dış dünyaya ve hayata ilişkin bakış açısı oluşturma” olmak üzere üç tutum gerekmektedir (Frankl, 2014; Marshall, 2011: 61). Bu söylemin 20. yy. başlarında dile getirilmesi, söylemi oldukça anlamlı kılmaktadır. 20. yy’ın ilk çeyreğinde ruh sağlığında hâkim paradigmayı Freud’un psikanaliz kuramı oluşturmuştur. Psikanalize göre kişinin asıl sorunu libidinal enerjidir ve libidinal dürtülerin cinsellik ve saldırganlık olmak üzere iki temel unsuru bulunmaktadır. Freud, kişinin yaşadığı sorunları kabaca bu iki libidinal dürtü bağlamında açıklar. Hatta Freud’a göre bir insan, hayatın anlamını sorgulamaya başlamışsa o kişi hastadır. Çünkü ona göre hayatın herhangi bir anlamı bulunmamaktadır. Dolayısıyla o dönemde Frankl’in ruh sağlığı alanında hayatın anlamını ifade etmesi önem arz etmektedir (Frankl, 2020).

Suyanti ve ark.’nın (2018: 99-100) yaptıkları klinik çalışmada, logoterapinin öz damgalama, depresyon, kabullenme ve hayatın anlamı üzerinde etkililiği incelenmiştir. Bu araştırmada,

logoterapinin etkililiği öz-damgalamada %18, depresyonda %22,5, kabullenmede %19,3 düşerken hayatın anlamlılığında %19,1 artış göstermiştir. Robotmili ve ark.'nın (2015), üniversite öğrencileri ile yaptığı deneysel grup çalışmasında logoterapinin hayatın anlamı ve depresyon üzerindeki etkisi ölçülmüştür. Araştırmada logoterapinin depresyonu ciddi bir şekilde azaltırken hayatın anlamlılığını arttırdığı tespit edilmiştir. Suwanphahu ve Kaemkate (2016), madde bağımlılığı olan kişiler üzerinde yaptıkları sekiz seanslık logoterapi müdahalesi sonucunda, logoterapinin kişilerin iyilik halini arttırmada etkili olduğunu bulmuşlardır. Kouhpayezadeh ve ark. (2019), yaptıkları araştırmada logoterapiye dayanan eğitimin emekli öğretmenlerin umut ve mutluluğu üzerinde etkili olduğunu aktarmaktadır. Kang ve ark. (2009) yaptıkları klinik araştırmada, logoterapinin terminal dönemdeki kanser hastaları üzerinde oldukça etkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca bu çalışma, logoterapinin kişinin yaşadığı travmayı minimize ederken hayatın anlamlılığını artırdığını göstermektedir.

Türkiye'de yapılan logoterapi ile ilgili deneysel çalışmalar sınırlıdır. Tüm çalışmalar lisansüstü tezlerden (3 doktora ve 2 yüksek lisans) oluşmaktadır. Çolak (2010), yaptığı grup çalışmasında logoterapinin sosyal fobi üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmanın sonucunda logoterapinin sosyal anksiyeteyi düşürmede etkili olduğu aktarılmıştır. Bayraktar (2010) yaptığı vaka çalışmasında kekeme olan kişilerde logoterapi yönelimli çalışma yürütmüştür. Sonuç olarak logoterapinin kekemeliği giderme üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Çolak'ın (2014) yaptığı grup çalışmasında, affetme esnekliğinde logoterapinin etkililiği incelenmiştir. Çalışmada, logoterapinin affetme esnekliği ve diğer alt boyutlarında etkili olduğu görülmüştür. Düşünceli'nin (2015) yaptığı grup çalışmasında logoterapinin travma sonrası hayata küsme bozukluğu üzerindeki etkisini incelenmiştir. Logoterapinin travma sonrası hayata küsme bozukluğunun belirtilerini azaltmada etkili olduğu görülmüştür. Son olarak Şanlı (2016) logoterapinin grup çalışmasında ergenlerin sağlıklı bir kimlik algısı oluşturması üzerinde etkililiğini araştırmıştır. Çalışmada olumsuz kimlik algısı düzeyleri anlamlı ölçüde azalırken olumlu kimlik algısı anlamlı düzeyde artmıştır.

Logoterapi çalışmalarına bakıldığında, intihar sorununa yönelik kanıta dayalı deneysel akademik çalışmanın olmaması bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. İntihar ile ilgili mevcut çalışmalar, çoğunlukla hayatın anlamsızlığı ve intihar düşüncesi arasındaki ilişkiyi inceleyen boylamsal, kesitsel veya tarama çalışmalarından oluşmaktadır (Costanza ve ark., 2019). Yapılan klinik çalışmalarda ise ekseriyetle depresyon teması işlenmiştir. Yalnızca Kamae ve ark. (2014), AIDS'li kadınların intihar düşüncelerine yönelik logoterapinin etkililiğini klinik boyutta incelemiştir. Frankl intihar girişiminde bulunmuş danışanlarla çalışmış olmasına rağmen bu çalışmaları, kanıta dayalı özellikte değildir. Bu çalışmada ise intihar riski olan bireylerde logoterapinin etkililiğinin doğrudan kanıta dayalı olarak incelenmesi araştırmayı özgün kılmaktadır.

Ayrıca intiharın, yakın zamanda sosyal hizmetin önemli konularından biri olacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla sosyal çalışmacılar bu duruma hazırlıklı olmalı ve hazırlık aşamasında logoterapi müdahalesi eğitim seçeneğinin üzerinde durulmalıdır. Ancak Türkiye'de sosyal hizmet alanında klinik çalışmalar -yok denilebilecek kadar- sınırlıdır. Dolayısıyla ruh sağlığı alanında çalışan sosyal

çalışmacılar, sorunu tespit ve müdahale etmede yetersiz kalmaktadır. Bu çalışmanın özellikle klinik alanda çalışan sosyal çalışmacılar için intihar müdahale noktasında rehber olabileceği düşünülmektedir.

Sosyal bilimlerde geliştirilen bir kavramın veya teorinin mevcut zaman, mekân, söylem, düşünce, paradigma ve inançlardan etkilenmemesi mümkün değildir. Frankl'da logoterapiyi geliştirme sürecinde söz konusu faktörlerden etkilenmiştir. Frankl'ın logoterapiyi geliştirdiği dönemde, ruh sağlığında genel alanda modern düşünce özel alanda ise Freud'un psikanaliz yaklaşımı hâkimdi. Psikanaliz yaklaşımda, kişiler yapıların (bilinç dışı/bilinçaltı) etkisi altındadır. Logoterapi her ne kadar psikanalizin ana fikirlerine karşı çıksa da Frankl, logoterapi oluşturma sürecinde psikanalizin etkisi altında kalmaktan kaçmamıştır. Frankl, logoterapi yapısını psikanalizden almış (Allport, 2019; akt. Frankl, 2019) ve Freud gibi nevrotik hastalarla çalışmıştır. Psikanalizle kıyaslandığında logoterapinin tamamen yapıların etkisi altında olmadığı görülmektedir. Çünkü logoterapi psikanalizin aksine anlam bulma sürecini nevrotik olarak yorumlamamakta, aksine bu süreci insanın en temel istenci olarak kabul etmektedir. Hatta kişiyi, anlamını (kişiden bağımsız var olup, keşfedilen bir süreç) seçme kabiliyetine sahip bir varlık olarak görmektedir. Frankl anlam kavramını, somut durumlarda aramanın gerekli olduğunu ifade etmektedir. Ancak genel söyleminden amaçladığı şeyin daha çok meta ve nihai anlamlar olduğu anlaşılmaktadır. Bütün bunları iddia ederken istenilen çıkarım, Frankl dönemi söyleminin artık mevcut dönemde etkisinin azalmış olduğudur.

Bu çalışma, bir müdahale biçimi olan logoterapinin intihar riski olan kişilerde intihar eğilimini azaltmada ve anlam düzeylerinin artırmada etkili olup olmayacağının araştırmayı amaçlamaktadır.

Bu çalışmanın önemi iki başlık altında toplanabilir:

1. Artan intihar oranlarına karşı etkili klinik sosyal hizmet müdahale yöntemi geliştirilmesi,
2. Literatürde logoterapinin intiharı önlemeye yönelik daha önce kanıta dayalı çalışmaların olmaması,

YÖNTEM

DeneySEL yöntem kullanılarak hazırlanan bu çalışmada öntest- sontest ve izleme testi ölçümlerine dayalı 2 (deney grubu, kontrol grubu) X 3 (öntest, sontest, izleme) yarı deneysel deseni kullanılmıştır. Bu araştırmada kullanılan desen, öntest, işlem, sontest ve izleme şeklindedir. Öntest- sontest kontrol gruplu araştırma deseninde, her iki gruptan deney öncesinde ve sonrasında ölçümler alınır. Bu desende iki önemli nokta bulunmaktadır: (1) Deney öncesi iki grup arasında anlamlı bir farkın olmaması gerekmektedir. Fakat iki grup arasında anlamlı fark varsa bu konuda önlemler alınmalıdır. (2) Araştırmalarda müdahale sonrası iki grup arasında anlamlı bir fark olması önemlidir (Büyüköztürk, 2016: 19-24; Can, 2018: 246-247). Araştırmanın bağımsız değişkeni logoterapi müdahalesi, bağımlı değişkeni ise danışanların intihar riskidir.

Çalışmanın Hipotezleri

Çalışmada logoterapinin intihar olasılığı ve hayatın anlamı üzerindeki etkisi konusunda hipotezler aşağıdaki gibidir:

H₁: Logoterapi müdahalesi, intihar riski olan bireylerde intihar riskini azaltmada etkilidir.

H₂: Logoterapi müdahalesi, intihar riski olan bireylerde hayatın anlamını ve amacını arttırmada etkilidir.

Müdahale Öncesi Hazırlık

Deneysel çalışmaya başlamadan önce Viktor Frankl Enstitüsü'nden Logoterapi eğitimi alınmıştır. Logoterapi eğitmeni olan terapistlerden intihar müdahalesinde logoterapi müdahalesi süreciyle ilgili görüşler alınmıştır. Bu görüşler sonucunda ana hatlarıyla bireysel logoterapi müdahale süreci hazırlanmıştır (Tablo 1). Ancak müdahale süreci, danışanın sürecine uygun olarak -ana hatlarından sapmama koşuluyla- esnetilmiştir.

Tablo 1: Bireysel müdahale süreci

1. Hafta	2. Hafta	3. Hafta	4. Hafta	5. Hafta	6. Hafta	7. Hafta	8. Hafta
Tanışma	Gevşeme Teknikleri / Yönlendirilmiş İmgelem / Anlam Krizini Tanımlama (aile, arkadaşlıklar, travma, çocukluk, gençlik, güncel, şikâyetin doğduğu çevre)	Gevşeme Teknikleri / Yönlendirilmiş İmgelem / An'da Kalma	Gevşeme Egzersizleri / Yönlendirilmiş İmgelem /An'da Kalma (Beden Taraması)	Gevşeme Egzersizleri / Yönlendirilmiş İmgelem / An'da Kalma	Gevşeme Egzersizleri / Yönlendirilmiş İmgelem / An'da Kalma	Gevşeme Egzersizleri / Yönlendirilmiş İmgelem / An'da Kalma	Gevşeme Egzersizleri / Yönlendirilmiş İmgelem / An'da Kalma (Beden Taraması)
Psikoeğitim	Bu Hafta Ne Yapılacak?	Geçen Hafta Özet	Geçen Hafta Özet	Geçen Hafta Özet	Geçen Hafta Özet	Geçen Hafta Özet	Kişiyi Bitirmeye Hazırlama
Anlam Krizini Tanımlama	Anlam Krizini Neden Çözememiş?	Semptomu Belirlemek	Mektubu Okutmak (septomla mesafe koymak)	Ödevi Ele Alma	Sorumluluk	Sorumluluk Üzerine	Anlam/Anlamlandırma/Anlam Krizinden Neler Öğrendin?
Ümit Dili Kullanma	Ben-Öteki ilişkisi	Elde Kalan Kaynaklar	Hikâye ile Arasına Mesafe Koymak	Ben-Öteki ilişkisi	Anlam Kaynaklarıyla ilişkisini Kurma	Anlam Kaynaklarıyla ilişkisini Kurma	Ölçek Uygulama
Bu Çalışmadan Beklentinin Nedir?	Sokratik Diyalog ile (Güçlü Yönleri)	Geçmiş Anlamlandırma	Aşırı Odaklanmaktan Uzak Durmak	Sorun ile Yaşadığı Sorunu Arasına Mesafe Kazandırmak	Bu Yaşadığın Sorundan Neler Öğrendin?	Bu Kötü Kaderden Neler Öğrendin?	
	Anlam/Amaç Dünyasına Odaklanmak	Ödev (Mektup - Kendine Mektup Yazmak)	Krize Mesafe Koymak	Yeniden/İlk defa Anlamlandırma	Ödev (Yaşamını Hikayeleştirme)		
	Ümit Dili Kullanmak		Ödev (İnsanın Anlam Arayışı kitabı)	Ödev (Sorununa Mektup/Hikâye)			

Katılımcıların Belirlenmesi

Araştırmaya dâhil edilecek danışanların belirlenmesi amacıyla Bingöl Üniversitesinde 2020-2021 eğitim-öğretim yılında öğrenim görmekte olan öğrencilere İntihar Olasılığı Ölçeği uygulanmış ve bu kapsamda 484 öğrenciye ulaşılmıştır. Sonrasında ölçeğin kesim noktası olan 110 esas alınarak uygulamaya katılmayı kabul eden danışanlarla görüşülmüştür. Ancak kesim noktası esas alınarak yapılan görüşmelerde bazılarının intihar riski yüksek çıkması nedeniyle 4'lü kümeleme analizi yapılarak en yüksek iki kümenin katılımcıları belirlenmiştir. Yine de katılımcıların çoğunluğu kesim noktasının üstündedir.

Araştırmaya katılacak danışanların belirlenmesinde dahil etme ve çıkarma kriterleri belirlenmiştir.

Dahil Etme Kriterleri:

1. En az 18 yaşında olmak,
2. İntihar olasılığı ölçeğinde yapılan kümele analizinde en yüksek iki grubun içinde olmak (81 puan ve üzeri),
3. Müdahale sürecinde Bingöl ilinde olma şartı,
4. Çalışmaya katılmada gönüllü olma.

Çıkarma Kriterleri:

1. DSM-5'e göre psikotik tanı kümesi altındaki tanılardan herhangi birisini almamak,
2. Müdahale sürecine devam etme şartı sağlamayan

Tablo 2: Kümeleme analizi

Kümeleler	1	2	3	4
Toplam Puan	49,30	81,82	64,55	107,09

Tablo 2'de görüldüğü gibi yapılan dörtlü kümeleme analizinde katılımcıların aldığı puanlar 107, 81, 64 ve 49 puanları etrafında kümelenmektedir.

Tablo kümele analiziyle elde edilen puanlar etrafından kümelenen katılımcı sayısını gösterilmektedir. Verilere göre 107 puan etrafında 53 kişi; 81 puan etrafında 137 kişi; 64 puan etrafında 182 kişi ve 49 puan etrafında 112 kişi kümelenmiştir.

Tablo 3: Gruplara uygulanan müdahale

Gruplar	Öntest	Müdahale	Sontest	İzlem
Deney	İntihar Olasılığı Ölçeği	Logoterapiye Dayalı Müdahale	İntihar Olasılığı Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği
	Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği		Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği
Kontrol	İntihar Olasılığı Ölçeği	Müdahale Yok	İntihar Olasılığı Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği
	Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği		Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği

Deney ve kontrol grubu seçildikten sonra her iki gruba öntest uygulanmıştır. Deney grubundaki kişilere haftada bir olmak üzere 11-14 seans aralığında (kişilerin bitirme durumu esas alınarak belirlenmiştir) logoterapötik müdahalede bulunulmuştur. Kontrol grubundaki kişilere herhangi bir müdahale yapılmamıştır. İşlem aşamasından sonra deney ve kontrol gruplarına sontest uygulanmıştır. Son olarak 6 hafta sonra iki gruba tekrardan izleme ölçekleri uygulanmıştır (Büyüköztürk, vd. 2008:19).

Tablo 4: Katılımcıların demografik özellikleri

Müdahale Grubu				Kontrol Grubu				
Kod	Yaş	Cinsiyet	Puan	Seans Sayısı	Kod	Yaş	Cinsiyet	Puan
D1	22	K	107	13	K1	23	E	104
D2	21	E	104	12	K2	21	K	104
D3	23	K	122	13	K3	22	K	112
D4	22	K	110	14	K4	24	K	125
D5	21	K	98	11	K5	23	K	105
D6	23	K	118	12	K6	24	K	114
Ort.	22		109.8			22.8		110.6

D1-6: Deney grubu katılımcısı; K1-6: Kontrol grubu katılımcısı, E: Erkek, K: Kadın

Görüşmeler sonucunda çalışmaya kabul eden 20 danışan belirlenmiştir. 20 danışanın 10'u deney grubu (6 kadın ve 4 erkek) olurken 10'u kontrol grubu (7 kadın ve 3 erkek) olarak rastgele seçilmiştir. Süreç içinde üç erkek danışan kendi isteğiyle terapiyi bırakmış, bir kadın danışanda ise psikotik belirtiler görülmesi nedeniyle psikiyatrye yönlendirildiği için süreçten ayrılmıştır. Kontrol grubu kişi sayısının deney grubundan örneklem kaybından dolayı kontrol grubundan rastgele dört kişi çıkarılmıştır.

Müdahale Süreci

İntihar riski olan bireylere yönelik uygulanan logoterapi müdahalesi, Bingöl Üniversitesi Kadın ve Aile Araştırma ve Uygulama Merkezinin terapi odasında gerçekleştirilmiştir. Müdahale sürecine 02.12.2020 tarihinde başlanmış, 14.07.2021 tarihinde bitirilmiştir. Görüşmeler her danışan için haftanın bir günü olarak belirlenmiştir. Ancak belirtilen tarih ve saatte danışanın müsait olmaması veya görüşmeye engel başka sebeplerin oluşması durumunda, görüşmeyi hafta içi başka bir güne ertelemek yerine diğer haftaya devam edilmesi tercih edilmiştir. Danışanlarla ön görüşme dahil (her danışanla bir anamnez görüşmesi) toplamda 75 görüşme yapılmıştır. Her görüşme ortalama 50

dakika sürmüştür. Ayrıca etik hassasiyetten dolayı katılımcıların ismi verilmemiştir. Bunun yerine deney ve kontrol grubu katılımcılarının isimleri kodlanmıştır (K1, D1).

Veri Toplama Araçları

İntihar olasılığı ölçeği (İÖÖ)

İntihar Olasılığı Ölçeği, Cull ve Gill (1988) tarafından ergenler ve yetişkinler arasındaki intihar riskini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir ölçektir. Bu ölçek, 36 madde içermekte olup, katılımcıların yanıtlarını 4 dereceli bir Likert tipi ölçek kullanarak ifade etmelerini gerektirir. İntihar riski, ölçekteki puanların artmasıyla artış göstermektedir. Ölçeğin orijinal formu umutsuzluk (12 madde), intihar düşüncesi (8 madde), olumsuz kendilik değerlendirmesi (9 madde) ve düşmanlık (7 madde) olmak üzere toplam 4 faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının .93, test tekrar güvenilirlik katsayısının .92 olduğu belirtilmektedir (Cull ve Gill, 1990; akt. Atlı, 2007).

Bu çalışmada kullanılan ölçek Atlı (2007) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin iç tutarlığının güvenilirliği yüksek derecedir: Tüm ölçek için $\alpha = .89$; alt faktörler için ise düşmanlık $\alpha = .70$; umutsuzluk $\alpha = .78$; olumsuz kendilik değerlendirmesi, $\alpha = .79$ ve intihar düşüncesi ise $\alpha = .84$ aralığında bulunmuştur. Ölçeğin iki yarım güvenilirliği analizi sonucunda, ölçeğin ilk yarısının güvenilirlik katsayısı 0.81; ikinci yarısının güvenilirlik katsayısı 0.85 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin puan aralığı özgün ölçekten farklıdır. Bu ölçekte puanlama 36-144 aralığındadır. Kesme noktası ise 110 puan olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak intihar olasılığı ölçeğinin iç tutarlılık ve iki yarım güvenilirliği yüksek çıktığından klinik örneklemede kullanılabilir niteliği taşımaktadır.

Hayatın anlam ve amacı ölçeği

Hayatın anlam ve amacı ölçeği, Aydın ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 17 madde ve 2 alt boyuttan (Hayatın Anlam ve Amacı ve Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu) oluşmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlık katsayısı Cronbach Alfa .91; test-yarı test katsayısı .81; test-tekrar test katsayısı ise .74 ($p < 0,01$) olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlilik çalışmasında KMO değeri .93; toplam varyansın %55,27'sini açıklamaktadır. Bu psikometrik veriler, ölçeğin çalışmalarda kullanılabilir güvenilirlik ve geçerlilikte olduğunu göstermektedir. Ölçeğin puanlamasında her soru 1-5 arasında değer almaktadır. Dolayısıyla tüm ölçek 17-85 aralığında puanlanırken puan düzeyi yükseldikçe hayatın anlamı düzeyi de yükselmektedir. Sonuç olarak hayatın anlam ve amacı ölçeği, bu araştırmada ölçme aracı olarak kullanılabilir niteliktedir.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen veriler SPSS 22.00 Paket Programı ile analiz edilmiştir. Klinik çalışmalarında katılımcı sayısının az olmasından dolayı parametrik test ölçülerinin yerine non-parametrik (parametrik olmayan) ölçüler kullanılmıştır (Büyüköztürk, vd. 2008:19). İki grup karşılaştırmalarında kullanılan bağımsız örneklem t-testinin non-parametrik alternatifi olan Mann

Whitney U ve Wilcoxon İşaretli Sıralar testleri kullanılmıştır (Balcı, 2013). Araştırmada anlamlılık değeri .05 olarak belirlenmiştir.

Logoterapinin intihar riski olan bireylerde etkililiğini ölçmek için ölçeklerde şu işlem süreci izlenmiştir:

- İki grubun öntest-sontest-izlem puanlarının karşılaştırılması (Mann – Witney U Testi).
- İki grubun kendi içinde öntest-sontest, öntest-izleme ve sontest izleme puanlarının karşılaştırılması (Wilcoxon İşaret Sıralaması Testi).

BULGULAR

Bu başlık altında ön test, son test ve izleme yönelik bulgulara yer verilmiştir. Öncelikle deney ve kontrol grupları arasında öntest, sontest ve izleme arasındaki ilişkiye bakılmış, sonrasında ise deney ve kontrol grupları arasında kendi grup içi öntest, sontest ve izleme puanlarına bakılmıştır.

Tablo 5: Deney ve kontrol gruplarının intihar olasılığı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin gruplar arası sonuçları

Testler		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	P
Öntest	Deney Grubu	6	6,33	38,00	17,00	-,161	,937
	Kontrol Grubu	6	6,67	40,00			
Sontest	Deney Grubu	6	3,50	21,00	,000	-2,882	,002
	Kontrol Grubu	6	9,50	57,00			
İzleme	Deney Grubu	6	3,50	21,00	,000	-2,882	,002
	Kontrol Grubu	6	9,50	57,00			

$P < 0.05$

Tablo 5'e bakıldığında, araştırmaya katılan danışanların intihar olasılığı ölçeğinde müdahale öncesi deney ve kontrol gruplarının aldığı puan açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir ($p > .05$). Sontest ve izlemede deney grubunun intihar olasılığı ölçeği puanının, kontrol grubunun puanından anlamlı şekilde farklı olup olmadığını belirlemek amacıyla iki grubun sontest ve izleme puanları karşılaştırılarak istatistiksel analizi verilmiştir. Yapılan analize göre deney grubunun sontest puanları ile kontrol grubunun sontest puanları arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p > .05$). Ayrıca izleme puanlarına da bakıldığında deney grubunun izleme puanları ile kontrol grubunun izleme puanları arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p > .05$). Fark puanlarının sıralamalar toplamına bakıldığında farkın deney grubunun lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara dayanarak logoterapi müdahalesinin intihar olasılığı olan danışanlarda intihar riskini kalıcı olarak azaltmada etkili olduğu yorumu yapılabilir ($p > .05$).

Tablo 6: Deney ve kontrol gruplarının hayatın anlam ve amacı ölçeğe ilişkin gruplar arası sonuçları

Testler		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	P
Öntest	Deney Grubu	6	6,67	40,00	17,00	-,160	,937
	Kontrol Grubu	6	6,33	38,00	0		
Sontest	Deney Grubu	6	9,00	54,00	3,000	-2,402	,015
	Kontrol Grubu	6	4,00	24,00			
İzleme	Deney Grubu	6	9,08	54,50	2,500	-2,491	,009
	Kontrol Grubu	6	3,92	23,50			

$P < 0.05$

Tablo 6'da görüldüğü gibi hayatın anlam ve amaçlılığı ölçeğinin müdahale öncesinde deney ve kontrol grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir ($p > .05$). Sontest ve izlemede deney grubunun hayatın anlam ve amacı ölçeği puanının, kontrol grubunun puanından anlamlı farklılığın olup olmadığını belirlemek amacıyla grupların sontest ve izleme puanları karşılaştırılarak istatistiksel analizi verilmiştir. Yapılan analize göre deney grubunun sontest puanları ile kontrol grubunun sontest puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p > .05$). Ayrıca izleme puanlarına da bakıldığında deney grubunun izleme puanları ile kontrol grubunun izleme puanları arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p > .05$). Fark puanlarının sıralar toplamına bakıldığında farkın deney grubunun lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, logoterapi müdahalesinin hayatın anlam ve amacı sorunu olan danışanlarda hayatın anlam ve amacını kalıcı olarak yükseltmekte etkili olduğu şeklinde yorumlanabilir ($p > .05$).

Tablo 7: Deney grubunun intihar olasılığı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Deney Grubu	Negatif Sıralar	6	3,50	21,00	-2,201	,028
Sontest-Öntest	Pozitif Sıralar	0	0	,00		
	Eşit	0	0			
	Toplam	6				

Tablo 7: Deney grubunun intihar olasılığı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları (Devamı)

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Deney Grubu İzleme- Öntest	Negatif Sıralar	6	3,50	21,00	-2,207	,027
	Pozitif Sıralar	0	,00	,00		
	Eşit	0	0			
	Toplam	6				
Deney Grubu İzleme- Sontest	Negatif Sıralar	0	,00	,00	-2,207	,027
	Pozitif Sıralar	6	3,50	21,00		
	Eşit	0	0			
	Toplam	6				

Tablo 7’de logoterapi müdahalesinin intihar olasılığı bulunan danışanlarda etkili olup olmadığını belirlemek amacıyla deney grubunda, grup içi yaşanan puan farklılığının anlamlılığını belirlemek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testinin sonuçları verilmiştir. Öncelikle deney grubun 456ntest-sontest puanlarının anlamlı olup olmadığını anlamak için puanları arasında karşılaştırma yapılmıştır. Bu karşılaştırmada 456ntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark çıkmıştır ($p>.05$). Fark puanlarının sıralar toplamı dikkate alındığında, farkın sontest lehinde olduğu görülmektedir. Yani kişilerde intihar riskinde bir azalma görülmektedir. Deney grubun 456ntest-izleme puanları farklarının anlamlı olup olmadığını anlamak için karşılaştırma yapılmıştır. Bu karşılaştırmada 456ntest ve izleme puanları arasında anlamlı bir fark çıkmıştır ($p>.05$). Fark puanlarının sıralar toplamı dikkate alındığında, farkın izleme lehinde olduğu görülmektedir. Yani izlemede logoterapinin müdahale grubu üzerinde etkisi devam etmektedir. Son olarak sontest-izleme puanları karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırmada sontest ve izleme arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p>.05$). Fark puanlarının sıralar toplamına dikkate edildiğinde, farkın sontest lehinde olduğu görülmektedir. Bu analizlere dayanarak izlemede puanın anlamlı düşmesine rağmen logoterapi müdahalesinin intihar olasılığı olan kişilerde intihar olasılığını azaltmada kalıcı olarak etkilidir diye ifade edilebilir.

Tablo 8: Kontrol grubunun intihar olasılığı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Kontrol Grubu Sontest- Öntest	Negatif Sıralar	4	3,50	14,00	-1,761	,078
	Pozitif Sıralar	1	1,00	1,00		
	Eşit	1				

Tablo 8: Kontrol grubunun intihar olasılığı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları (Devamı)

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Kontrol Grubu İzleme-Öntest	Negatif Sıralar	4	4,50	18,00	-1,577	,115
	Pozitif Sıralar	2	1,50	3,00		
	Eşit	0				
	Toplam					
Kontrol Grubu İzleme-Sontest	Negatif Sıralar	2	3,50	7,00	-,736	,461
	Pozitif Sıralar	2	1,50	3,00		
	Eşit	2				
	Toplam	6				

P<0.05

Tablo 8'de kontrol grubundaki danışanların intihar olasılıklarının grup içi yaşanan puan farklılığının anlamlılığını belirlemek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testinin sonuçları verilmiştir. Bu analizlere dayanarak kontrol grubunun 457ntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p>.05$); 457ntest – izleme arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p>.05$); sontest ve izleme arasında anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır ($p>.05$). Sonuç olarak kontrol grubundaki danışanların intihar olasılığı puanlarında süreç boyunca anlamlı fark çıkmamıştır.

Tablo 9: Deney grubunun hayatın anlam ve amacı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Deney Grubu Sontest-Öntest	Negatif Sıralar	0	,00	,00	-2,201	,028
	Pozitif Sıralar	6	3,50	21,00		
	Eşit	0				
	Toplam	6				
Deney Grubu İzleme-Öntest	Negatif Sıralar	0	,00	,00	-2,201	,028
	Pozitif Sıralar	6	3,50	21,00		
	Eşit	6				
	Toplam	6				

Tablo 9: Deney grubunun hayatın anlam ve amacı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları (Devamı)

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Deney Grubu İzleme-Sontest	Negatif Sıralar	5	3,70	18,50	-1,682	,093
	Pozitif Sıralar	1	2,50	2,50		
	Eşit	0				
	Toplam	6				

$P < 0.05$

Tablo 9'da logoterapi müdahalesinin hayatın anlam ve amacını danışanlarda etkili olup olmadığını belirlemek amacıyla deney grubunda, grup içi yaşanan puan farklılığının anlamlılığını belirlemek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testinin sonuçları verilmiştir. Öncelikle deney grubunun öntest-sontest puanlarının anlamlı olup olmadığını anlamak için karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırmada öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark çıkmıştır ($p > .05$). Fark puanlarının sıralar toplamı dikkate alındığında, farkın sontest lehinde olduğu görülmektedir. Deney grubun öntest-izleme puanlarının anlamlı olup olmadığını anlamak için karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırmada öntest ve izleme arasında puanları arasında anlamlı bir fark çıkmıştır ($p > .05$). Fark puanlarının sıralar toplamı dikkate alındığında, farkın izleme lehinde olduğu görülmektedir. Son olarak sontest-izleme puanları karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırmada sontest ve izleme arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Bu analizlere dayanarak logoterapi müdahalesinin hayatın anlam ve amacını yükseltmede etkilidir.

Tablo 10: Kontrol grubunun hayatın anlam ve amacı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Kontrol Grubu Sontest-Öntest	Negatif Sıralar	3	2,83	8,50	-,420	,674
	Pozitif Sıralar	3	4,17	12,50		
	Eşit	0				
	Toplam	6				
Kontrol Grubu İzleme-Öntest	Negatif Sıralar	3	2,83	8,50	-,420	,674
	Pozitif Sıralar	3	4,17	12,50		
	Eşit	0				
	Toplam	6				

Tablo 10: Kontrol grubunun hayatın anlam ve amacı ölçeğinin puan dağılımlarına ilişkin grup içi sonuçları (Devamı)

		N	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	Z	P
Kontrol Grubu İzleme-Sontest	Negatif Sıralar	2	2,50	5,00	-,677	,498
	Pozitif Sıralar	3	3,33	10,00		
	Eşit	1				
	Toplam	6				

$P < 0.05$

Tablo 10'da kontrol grubunda danışanların hayatın anlamı ve amacı grup içi yaşanan puan farklılığının anlamlılığını belirlemek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testinin sonuçları verilmiştir. Bu analizlere dayanarak kontrol grubun öntest-sontest arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p > .05$); öntest-izleme arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p > .05$); sontest ve izleme arasında anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır ($p > .05$). Sonuç olarak kontrol grubundaki danışanların hayatın anlamlı ve amacı puanlarında süreç boyunca anlamlı fark çıkmamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, intihar riski olan bireylerde logoterapi temelli müdahalenin intihar riskini düşürmede etkili olup olmadığını anlamak için yapılmıştır. Bu kapsamda öncesinde müdahale süreci olarak sonrasında ise izleme süreci olarak devam etmiştir. Müdahale öncesinde deney ve kontrol gruplarına öntest uygulanmıştır. Müdahale grubuna müdahalede bulunulmuş iken kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Müdahale bittiğinde deney ve kontrol gruplarına sontest uygulanmıştır. Altı hafta sonunda ise deney ve kontrol gruplarına izleme testi uygulanmıştır. Müdahale öncesinde, deney ve kontrol grubuna uygulanan intihar olasılığı ölçeği ve hayatın anlam ve amacı ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir. İki grup aynı düzeyde intihar riski bulunmaktadır. Müdahale sonrası ise deney ve kontrol gruplarına uygulanan sontest ölçümlerinde, intihar olasılığı ölçeği ve hayatın anlam ve amacı ölçeği arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Yani deney grubunda intihar riski azalmışken, kontrol grubunda herhangi bir değişiklik görülmemektedir. Müdahale sonrası deney ve kontrol gruplarına uygulanan izleme ölçümlerinde, intihar olasılığı ölçeği ve hayatın anlam ve amacı ölçeği arasında anlamlı bir fark görülmüştür. İntihar riskinin azalması süreklilik kazanmıştır. Deney grup içi yapılan öntest-sontest-izleme ölçümlerinde, intihar olasılığı ölçeği ve hayatın anlam ve amacı ölçekleri arasında öntest-sontest ölçümlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür. Kontrol grup içi öntest, sontest ve izleme ölçümlerine, intihar olasılığı ölçeği ve hayatın anlam ve amacı ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir. Bu durumda deney grubu sadece kontrol grubuyla kıyaslanınca bir intihar riskinde azalma görülmemekte aynı zamanda kendi içinde müdahaleden sonra intihar riskinde azalma

görülmekteyken, kontrol grubunda böyle bir durum görülmemektedir. Yani elde edilen verilere bakıldığında, istatistiksel olarak logoterapinin intihar riski olan bireylerde intihar riskini düşürmede ve hayatın anlam düzeylerini yükseltmede etkili olduğu ortaya çıkmaktadır.

Akademik alanda yapılan klinik çalışmalarda logoterapinin etkililiğini ölçen çalışmalar genellikle öntest-sontest çalışmalarından oluşmaktadır. Bu tarzda yapılmasının nedeni, etkililiğin ölçülmesinin öznel olmaktan çıkartılarak nesnel bir ölçüm hâle getirme isteğidir. Dolayısıyla yapılan çalışmaların danışanlar üzerinde etkililiğini öğrenmek ancak bu çalışmalarla mümkündür (Lantz, 2004). Klinik çalışmalarda logoterapinin hangi konularda çalışıldığı ve bu konularda logoterapinin etkililiği açıklanmıştır. Esalati ve ark. (2019a), kız öğrencilerin iyi olma durumunun depresyonla ilişkisi ve bağımlılık üzerindeki etkilerini incelediği çalışmada logoterapinin bağımlılık potansiyelini azaltma ve psikolojik refahı artırmada oldukça önemli etkisinin bulunduğu ifade etmektedir. Esalati ve ark (2019b), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, logoterapinin kişinin iyi olma ve kendine şefkati artırma halini tetiklediği gözlenmiştir. Amirifard ve Yahyayie (2017), çalışmalarında logoterapinin menopozdaki kadınların yaşam kalitesini artırmada önemli değişimler yarattığını belirtmişlerdir. Sheykhi ve ark. (2019), hemşirelerin yaşadığı ölüm kaygısı ($p<0.05$) ve tükenmişlik ($p<0.05$) üzerine yaptığı logoterapötik çalışmada, logoterapi sayesinde hemşirelerin ölüm kaygısı ve tükenmişliğinin anlamlı şekilde azaldığı bulunmuştur. Mohammadi ve ark. (2014) depresyondaki kadınların logoterapi uygulamasından sonra depresyon düzeylerinin ($p<0.05$) azaldığı, hayata bağlılık ve umudun ($p<0.05$) arttığını aktarmaktadır. Ghorbani ve ark.'nın (2015), multipl skleroz üzerine yaptığı çalışmada logoterapinin ruh sağlığını iyileştirmede oldukça etkili olduğu görülmüştür. Çalışmada logoterapinin %43 oranında ruh sağlığını, %14 oranında fiziksel bozukluğu, %28 oranında anksiyeteyi, %23 sosyal işlevselliği ve %23 oranında depresyonu olumlu yönde değiştirdiği bulunmuştur. Shahabi (2016), kanser hastalarıyla yaptığı logoterapi temelli çalışmada etki değerinin iyimser yönelim üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Logoterapinin kanser hastalarının hayata karşı tutumlarını değiştirmede ve iyimserlik arttırmada etkili olduğu ifade edilebilir. Koulaee (2018), yaptığı deneysel çalışmada logoterapinin kanser hastalıklarında depresyonu azaltmada etkili olduğu aktarılmıştır. Ayrıca çalışmada logoterapinin etkisini artırmak için seans sayısının artırılması gerektiği de ifade edilmiştir. Arzani (2016), madde bağımlısı bireylerin yaşadığı depresyon durumu üzerine yaptığı deneysel çalışmada logoterapinin madde bağımlısı bireylerin yaşadığı depresyonu (40.4'ten 32.7: $p<0.05$) azalttığını ortaya çıkarmıştır. Tavakkoli ve Poorebrahim (2018), yaptığı çalışmada logoterapi obsesif düşünceyi ($p<0.05$) azaltmada etkili olduğu bulunmuştur. Çalışmada logoterapinin mükemmeliyetçiliği ve davranış kontrolüne yönelik düşünmenin azaltılması üzerine etkili olduğu ifade edilmektedir. Baran Oladi ve ark (2018), yaptığı çalışmada sekiz seanslık logoterapinin omurilik yaralanması yaşayan kişilerde umutlu olmanın artırılmasında etkili olduğu görülmektedir. Famarzi ve Bavali (2016), engelli çocuklara sahip anneler üzerine yaptığı deneysel çalışmada logoterapinin kişinin iyilik halini ($p<0.05$) artırmada oldukça etkili olduğu görülmüştür. Julom ve de Guzmán (2013)'ün felçli hastalarla yaptığı çalışmalarında logoterapinin kişinin hayata anlam, amaç ($p<0.05$) ve perspektif ($p<0.05$) vermesinde

oldukça etkili olduğu görülmüştür. Razaei (2016), yaptığı araştırmada logoterapinin görme engelli bireyler üzerinde varoluşsal anksiyete azaltmada ve kişinin anlamlılık artırmada oldukça etkili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak bakıldığında logoterapi temelli müdahale çalışmalarda birçok ruhsal bozukluk ve kişinin sosyal ilişkilerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda, çalışmamıza benzer sonuçlar olduğu göstermektedir.

Böylelikle logoterapinin ruh sağlığı üzerinde etkili söylenebilmektedir. Peki bu etki tam olarak nasıl olmaktadır? Bu sorunun cevabını ararken son dönemlerde öznelerarası kavramı önemli bir yer tutmaktadır. Bu kavramla anlamın içsel deneyim süreci anlaşılabilir. Öznelerarası kavramına bakıldığında en önemli argümanı “yalıtılmış zihin” kavramına çıkararak zihnin etkileşim ve ilişki içerisinde olduğu kavramdır. Bu cümlelerin mahiyetini anlamak için tarihsel sürece bakılmalıdır. Öznelerarası kavramının gelişim sürecine bakıldığında Fairbairn (1994), Klein (2015), Winnicott (2021), Kohut (2018), Mitchell (2018), Stolorow ve Atwood (2013) yaptığı çalışmalar görülmektedir. Bu çalışmalar Freud’un savunduğu “yalıtılmış zihin” efsanesini yıkmaya yönelik önemli kilometre taşlarıdır. Yalıtılmış zihin ile kastedilen şey kişilerin yaşadığı sorunların kaynağının zihin olduğu düşüncesidir (Stolorow ve Atwood, 2013; Mitchell, 2018; Stolorow, Brandchaft ve Atwood, 2013). Freud’un çalışmalarına bakıldığında patolojinin kaynağı olan zihin kendisine ait yapılarda (id, ego, süpereo) ve fantezilerinden ortaya çıkmaktadır. Öznelerarası bakışa göre, “yalıtılmış zihin” bir efsaneden ibarettir (Stolorow ve Atwood, 2013). İnsanın en temel özelliği ilişkidir. İnsan bir ilişki bağlamı içinde doğar ve her an bir ilişki aramakta ve bu süreç yaşamın sonuna kadar devam etmedir. Kişilerin yaşadığı sorunun nedeni ise erken dönemlerinde ve sonrasında bir bütün olarak ilişki örüntülerinin olmamasıdır (Mitchell, 2018; Stolorow, Brandchaft ve Atwood, 2013; Stolorow ve Atwood, 2013; Aron, 2015; Aron, 2019).

Anlam ve öznelerarası ilişkisi iki boyutta incelenebilir: anlamın oluşma biçimi ve terapist ve danışan ilişkisi. Frankl’ın (2014; 2018) çalışmalarına bakıldığında anlamın ortaya çıkma biçimi kendini üç farklı biçimde göstermektedir. Hayata bir şeyler verme (sanat, eylem vb., hayattan bir şeyler alma (deneyim, öğrenme vb.) ve tutum geliştirme olarak değerlendirilir. Ama bir bütün olarak anlamın insanda içkin olarak var olduğunu ve kişinin bu anlamı ortaya çıkarması veya keşfetmesi gerektiğini ifade etmektedir. Ancak bu ifadelerin “yalıtılmış zihin” tanımlanmasına benzerdir. Oysa anlamın oluşma biçimine bakıldığında, kişi doğduğu anda bir bağlamsalın içine var olur ve hayatı boyunca ötekilerle ilişki kurmaktadır. Yani kişi kendisinde olmayan bir anlamın içine doğar ve ötekiyle kurduğu ilişkide karşılıklı bir anlam dünyası yaratarak bunu içsel olarak deneyimlemektedir. Aynı durum klinik pratikte de kendini göstermektedir. Frankl (2019; 2018; 2014) klinik pratikte terapistin görevi danışanda mevcut var olan anlamı ortaya çıkarmaktır. Ancak az önce belirtildiği gibi anlam, öznelerarası alanın içsel deneyimlenmesidir. Bu durum terapi odasında kendini göstermektedir. Terapi odasında terapist, danışanda mevcut bulunan bir anlamı ortaya çıkarmadan ziyade terapist ve danışan arasında oluşan öznelerarası alanın danışan tarafından içsel olarak deneyimlenmesidir.

Bu çalışmada bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Çalışılan grubun intihar riski taşıyan birey olması nedeniyle kişilere ulaşmakta zorluklar yaşandı. Dolayısıyla küçük bir gruba çalışmak zorunda kalındı. Aynı zamanda bu sınırlılığa bağlı olarak çalışma randomize kontrollü bir çalışma olmaması çalışmayı sınırlandırmaktadır. Ama bütün bunlara rağmen alanda buna yönelik bir çalışma olmaması çalışmamızın önemini göstermektedir. Dolayısıyla konuyla ilgili sonradan yapılacak çalışmalara şunlar önerilmektedir:

- Araştırmacılara daha uzun süreli ve randomize edilmiş çalışmaların etkililiğinin incelenmesi önerilmektedir.
- Bu çalışmada, intihar olasılığı bulunan gençlere yönelik bir süreç yürütülmüştür. Son dönemlerde yaşlı intiharları ile ilgili de ciddi artış yaşanmaktadır. Konuyla ilgili çalışan araştırmacılara, klinik düzeyde intihar riski bulunan yaşlılarla logoterapi müdahalesi temelli deneysel çalışma tavsiye edilmektedir.
- Bu çalışmada, intihar riski olan bireylerle bireysel müdahale yapılmıştır. Alanda çalışan ruh sağlığı çalışanlarına intihar riski olan bireylerle logoterapi temelli grup çalışmasının yapılması, logoterapinin intihara yönelik etkililiği grup çalışması üzerindeki etkililiğini ölçülmesi tavsiye edilmektedir.

Sonuç olarak elde edilen verilere bakıldığında, her iki ölçek bağlamında müdahale ve kontrol grupları arasında müdahale sonrasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Dolayısıyla istatistiksel olarak logoterapinin intihar riski olan bireylerde intihar riskini düşürmede ve hayatın anlam düzeylerini yükseltmede etkili olduğu ortaya çıkmaktadır.

ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN ETİK BİLGİLER

İnsan katılımcıları içeren çalışmalarda uygulanan tüm prosedürler Bingöl Üniversitesi Kurumsal İnceleme Kurulu'nun etik standartlarına uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI

Yazarlar çalışmaya eşit oranda katkı sağlamıştır.

ÇATIŞMA BEYANI

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Alptekin, K. ve Duyan, V. (2014). *İntihar ve İntihar Girişimi Kavramlar, Yaygınlık, Müdahale, Önleme ve Öyküler(Birinci Baskı)*. İstanbul: Yeni İnsan Yayınevi.
- Aron, L. (2015). *İlişkisel psikanalize giriş*. Atölye Çalışma Metinleri. Kocaeli. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Aron, L. (2019). *Zihinlerin Buluşması: Psikanalizde müştereklik*. (Çev. Büşra Helvacıoğlu). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Kocaeli.
- Atlı Z. (2007). İntihar Olasılığı Ölçeği (İÖÖ)'nin Klinik Örneklemdeki Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması

- (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi), Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Aydın, C., Mevlüt, K., ve Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (38), 39-55.
- Balcı, A. (2013). *Sosyal Bilimlerde Araştırma. Yöntem, Teknik ve İlkeler*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Bayraktar, B. (2010). Logoterapi Yönelimli Sağaltım Programının Konuşma Bozukluklarından Kekemelik Üzerindeki Etkisi: Vaka Çalışması. (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Buber, M. (2017). *Ben ve Sen* (1.Basım) (çev. İnci Palsay). İstanbul. Kopernik Yayınevi.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *DeneySEL Desenler: Öntest Sontest Kontrol Gruplu Desen ve Veri Analizi*. Pegem Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem yayınları.
- Can, A. (2018). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. Pegem Yayınları. Ankara.
- Ceyhun, A. G., & Ceyhun, B. (2003). Lise ve üniversite öğrencilerinde intihar olasılığının değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri*, 6(2), 217-224.
- Corsini, R.J. ve Wedding, D. (2012). *Modern Psikoterapiler*. İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Costanza, A., Prelati, M., & Pompili, M. (2019). The meaning in life in suicidal patients: the presence and the search for constructs. A Systematic Review. *Medicina*, 55(8), 465.
- Cull, J. G ve Gill, W. S. (1988). Suicide Probability Scale (SPS), Western Psychological Services, Los Angeles.
- Çolak, T. S. (2010). Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Sosyal Fobi Üzerindeki Etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Çolak, T. S. (2014). Affetme Esnekliği Kazandırmada Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Etkliliği. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Dünya Sağlık Örgütü (2021). Suicide worldwide in 2019: global health estimates.
- Düşünceli, B. (2016). Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Travma Sonrası Hayata Küsme Bozukluğu Üzerindeki Etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya
- Esalati, P., Arab, A., & Mehdinezhad, V. (2019a). Effectiveness of Frankl's Logotherapy on Health (decreasing addiction potential and increasing psychological well-being) of Students with Depression. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*, 7(1), 84-92.
- Esalati, P., Arab, A., & Mehdinezhad, V. (2019b). Effect of Frankl's Logotherapy on Psychological Well-being and Self-compassion of Students. *Iranian Journal of Rehabilitation Research*, 5(3), 1-7.
- Fairbairn, W. R. D. (1994). *Psychoanalytic Studies of The Personality*. Routledge.
- Frankl, V. E. (2004). *An Introduction to Logotherapy and Existential Analyses*. (J. M. Dubois, Çev.)

- New York: Brunner Routledge.
- Frankl, V.E. (2014). *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*. (Birinci baskı) (Çev. Veysel Ataman). İstanbul: Say Yayınları.
- Frankl, V.E. (2018). *Anlam İstenci: Logoterapinin Temelleri ve Logoterapi Uygulamaları*. İstanbul. Öteki Yayınları.
- Frankl, V. (2019). *İnsanın Anlam Arayışı* (Çev., S.Budak), Öteki Psikoloji Dizisi, 8. Basım, İstanbul.
- Frankl, V.E. (2020). *Yaşamak İçin Bir Nedeni Olan: Hayatın Anlamı ve Direnç*. İstanbul. Totem Yayınları.
- Geçtan, E. (1984). *Çağdaş Yaşam ve Normaldışı Davranışlar*. Ankara: Maya Yayınları.
- Julom, A. M., & de Guzmán, R. (2013). The effectiveness of logotherapy program in alleviating the sense of meaninglessness of paralyzed in-patients. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13(3), 357-371.
- Kamae, A., Weisani, M., & Sadatizadeh, S. (2014). Logo Therapy effect on life expectancy & suicidal thoughts among women with AIDS, community of values revival. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences (Online)*, 4(S3), 1309-1316.
- Klein, M. (2015). *Çocuk Psikanalizi* (Ayşegül Demir, çev). İstanbul. Pinhan Yayınları.
- Kohut, H. (2018). *Psikanaliz Nasıl Sağaltır*. (FB Helvacioğlu, çev.). Kocaeli: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Koulaee, A. J., Khenarinezhad, F., Abutalebi, M., & Bagheri-Nesami, M. (2018). The Effect of Logotherapy on Depression in Cancer Patients: A Systematic Review Study. *World Cancer Res J*, 5, 1-6.
- Lantz, J. (2004). Research and Evaluation Issues in Existential Psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 34(4), 331-340.
- Marshall, M. (2011). *Prism of Meaning: Guide to the Fundamental Principles of Viktor E. Frankl's Logotherapy*.
- Mitchell, S. A. (2018). *Psikanalizde İlişkisel Kavramlar Bir Bütünleşme*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Mohammadi, F., Fard, F. D., & Heidari, H. (2014). Effectiveness of Logo Therapy in Hope of Life in The Women Depression. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 643-646.
- Razaei, F. (2016). A Review of the impact of logotherapy on life expectancy among sightless and visually impaired individuals. *International Journal Of Humanities And Cultural Studies*.1470-1477.
- Robotmili, S., Sohrabi, F., Shahrak, M. A., Talepasand, S., Nokani, M., & Hasani, M. (2015). The Effect of Group Logotherapy on Meaning in Life and Depression Levels of Iranian Students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(1), 54-62.
- Sartorius, N. (2021). *Suicidology and Suicide Intervention* (Foreword). Wasserman, D. (Ed.). (2021). Oxford textbook of suicidology and suicide prevention. Oxford University Press.
- Steger, M.F. (2012). *Experiencing Meaning in Life: Optimal Functioning at the Nexus of Well Being*,

- Psychopathology, and Spirituality. In P.T.P. Wong (Eds.), *The Human Quest for Meaning: Theories, Research and Applications* (p.165-184). New York, NY: Taylor & Francis Group.
- Stolorow, R., & Atwood, G. (2013). *Buluttaki Yüzler; Kişilik Kuramında Öznelerarasılık* (çev. Özgür Gelbal). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Kocaeli.
- Stolorow, R., Brandchaft, B., & Atwood, G. (2013). *Psikanalitik Tedavi* (çev. Özgür Gelbal). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, Kocaeli.
- Suyanti, T. S., Keliat, B. A., & Daulima, N. H. C. (2018). Effect of Logo-Therapy, acceptance, commitment therapy, family psychoeducation on self-stigma, and depression on housewives living with HIV/AIDS. *Enfermeria clinica*, 28, 98-101.
- Şanlı, E. (2017). Logoterapiye Dayalı Psikoeğitim Programının Ergenlerin Sağlıklı Bir Kimlik Algısı Oluşturmasına Etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Samsun.
- Winnicott, D. W. (2021). *Oyun ve Gerçeklik* (Tuncay Birkan, çev.). İstanbul. Metis yayınları.

