

## KRİZE MÜDAHALE MERKEZİNE BAŞVURAN VE BAŞVURMAYAN BİREYLERİN YAŞAM OLAYLARININ KARŞILAŞTIRMASI

Semra AZIZOĞLU\*, Selim HOVARDAOĞLU\*\*

**Özet:** Yaşam olayları kriz kavramının ortaya çıkışında önemli kuramsal kaynaklardan biri olarak gösterilmektedir. Bazen bireyin bildiği tüm başa çıkma mekanizmaları yaşam değişikliğinin yarattığı strese ilişkin rahatsızlığı ortadan kaldırmakta yetersiz kalabilir. Bu tür durumlar genellikle geçici bozgun ve karmaşa halinde kriz merkezine başvuran ve psikiyatrik bir tanı almamış 50 denekten oluşan kriz grubu ile kriz grubuna benzer sosyodemografik özellikte olan ve son 1 yıl içerisinde herhangi bir psikolojik yardım almamış 50 denekten fark olup olmadığının bakılmıştır.

Holmes Rahe'nin Sosyal Uyumu Ölçme Listesi (The Social Readjustment Rating Scale - SRRS) uygulanarak elde edilen bulgular bazı maddeler açısından gruplar arasında anlamlı farklar olduğunu ortaya koymuştur.

### GİRİŞ

Yaşam olayları, kişinin yaşamında kendisi açısından önemli bir değişikliği algılamasına yol açacak olayları açıklamak için kullanılan bir kavramdır. Algılanan bu değişikliğin yeniden uyumu (readjustment) gerektirdiği ve bunun da stres verici bir yaşantı olduğu öngörülmektedir (Slaikeu - 1983).

Stresi çevresel uyarıcılar ve/veya bunlara gösterilen tepkiler olarak değerlendiren Canon (1932) ve Selye (1950)'nin görüşleri stres verici olaylar konusunda psikolojik süreçleri dikkate almaması ile eleştirilmiştir (Taylor 1986)

Stresle ilgili diğer bir yaklaşım, bireyin stres veren olaylara ilişkin değerlendirme ve algısını vurgulamaktadır. Lazarus ve Folkman (1984) modeli olarak bilinen bu yaklaşımda, nesnel bir stres kaynağı olabilecek olayları (örneğin; sevilen birinin kaybedilmesi, ağır hastalık, savaş gibi) bireyin, stres verici olara algılayıp algılamadığı dikkate alınmaktadır. Bu yaklaşıma göre stres sürecini açıklamada hem çevresel "nesnel" stres kaynakları (uyarıcılar) hem de bireyin buna ilişkin algıları önemli rol oynamaktadır.

Lazarus ve Folkman (1984) modelinde yaşam olayları ya da değişikliğine ilişkin birincil değerlendirme, olayın olumsuz, zarar veren, tehdit eden ve mücadele gerektiren yanlarının bulunup bulunmadığına karar verme süreci olarak tanımlanmıştır. İkincil değerlendirme ise bireyin başa çıkma davranışlarını ortaya çıkartmaktadır. Başa çıkma davranışları, temelde, stresin azaltılması ya da ortadan kaldırılmasını amaçlamaktadır. Bununla birlikte, başa çıkma davranışlarının her zaman başarılı olduğu söylenemez. Bazen bireyin bildiği tüm başa çıkma mekanizmaları, yaşam değişikliğinin yarattığı strese ilişkin rahatsızlığı ortadan kaldırmakta yetersiz kalabilir. Bu tür durumlar genellikle geçici bir bozgun ve karmaşa haliyle sonuçlanmaktadır. Bu

\* Uzm. Psk. A.Ü. Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi

\*\* Doç. Dr. A.Ü. Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Psikoloji Bölümü

geçici bozgun ve karmaşa haline kriz adı verilmektedir (Slaikeu 1983).

Moos (1976) kriz kavramının ortaya çıkmasında önemli olan dört kuramsal kaynaktan birinin yaşam olayları olduğunu bildirmiştir. Genel olarak ifade edilirse, stres verici yaşam olayları, kriz halinin ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamaktadır.

Bu öneri çerçevesinde ele alınırsa, Holmes ve Rahe (1976)'nin geliştirmiş oldukları sosyal uyumu ölçme listesinde, (The Social Readjustment Rating Scale - SRRS) kriz merkezine başvuran bireyler ile başvurmeyen bireyler arasında fark beklenebilir. Bu araştırmanın amacı da, bu iki grup arasında yaşam olayları yönünden fark olup olmadığını belirlemektir.

#### YÖNTEM

Denekler: araştırmanın kriz grubunu Ekim 1991 - Mayıs 1992 tarihleri arasında A.Ü. Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezine başvuran ve psikiyatrik bir tanı almamış 50 denek oluşturmuştur. Karşılaştırma grubu ise, kriz grubuna benzer sosyodemografik özellikte olan ve son 1 yıl içerisinde bir kuruma ya da merkeze ruhsal sorunu nedeniyle başvuruda bulunmamış, psikiyatrik bir tanı almamış 50 denek oluşturmuştur. Araştırmaya katılan toplam 100 deneye ait sosyodemografik özellikler Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.** Araştırmaya katılan tüm deneklerin sosyo - demografik özellikleri

Sosyo - Demografik Özellikler	Kriz Grubu	Karşılaştırma Grubu
Yaş $\bar{x}$	26.34	27.12
Cinsiyet K	38 (% 66)	38 (% 66)
E	12 (% 24)	12 (% 24)
Evi	14 (% 28)	14 (% 28)
Medeni Bekar	32 (% 64)	32 (% 64)
Durum Dul	2 (% 04)	2 (% 04)
Boşanmış	2 (% 04)	2 (% 04)
Çalışan	22 (% 44)	22 (% 44)
Çalışmayan	28 (% 56)	28 (% 56)

Tablo 1'de görüldüğü gibi kriz grubundaki deneklerin yaş ortalaması 26.34, karşılaştırma grubundaki deneklerin yaş ortalaması 27.12'dir. Her iki grup medeni durum, cinsiyet, çalışıp-çalışmama değişkenleri açısından benzer gruplardır.

#### VERİ TOPLAMA ARACI:

Sosyal uyum ölçme listesi (The Social Readjustment Rating Scale - SRRS) Holmes ve Rahe'nin (1967) geliştirdiği 43 maddeden oluşan bu liste ABD yaşam biçimi ve normlarına göre düzenlenmiştir.

Türkiye'de ilk kez Birsöz (1980) ve Sorias (1982)'in kullandığını gördüğümüz SRRS ülkemizde çok sık kullanılmakla birlikte kapsamlı geçerlik, güvenilirlik çalışmasına rastlanmamıştır. Bu çalışmada ölçek, deneklerin, orjinal sıralanmasıyla verilen listede, son bir aylarını dikkate alarak işaretledikleri yaşam olaylarının sayısını belirlemek yoluyla iki grubu her bir yaşam olayı için karşılaştırmak amacıyla kullanılmıştır.

#### BULGULAR VE TARTIŞMA

Tablo 2'ye genel olarak bakıldığında kriz merkezine başvuran deneklere ait yaşam olayları sayısının karşılaştırma grubundan fazla olduğu görülmektedir. İki grup yaşam olayları yönünden anlamlı farklılık göstermektedir (ortalamalar sırasıyla 5.60 ve 2.68;  $t = 3.83$ ;  $p < .05$ ). Bu bulgu, yaşam olaylarının sayısındaki artışın diğer bir deyişle birikmenin, kriz durumunun gözlenmesinde önemli bir rol oynayacağına işaret eden görüş ve çalışmalarla desteklenmektedir (Roberts 1990; Slaikeu 1983). Bu görüş ve çalışmalara göre, stres verici yaşam olaylarının sayısındaki artış, başa çıkma mekanizmalarının yetersiz kalmasına dolayısıyla da kriz durumunun ortaya çıkmasına yol açmaktadır.

İki grubun her bir yaşam olayı açısından karşılaştırılması sonucu elde edilen bulgulara göre, Tablo 2'de de görüldüğü gibi 3,7,11,13,19,26,35,38 ve 40. Maddeler açısından iki grup arasında anlamlı farklılıklar gözlenmektedir. Bu maddelerden yalnızca 26. Madde de karşılaştırma grubu lehine bir artış tespit edilmiştir. Her iki grup için farklılık gösteren bu maddelere genel olarak bakıldığında, çoğunluğunun eş ya da aile ile ilgili sorunları içerdiği gözlenmektedir. Bu bulgu kriz merkezine başvuru-

**Tablo 2:** Kriz ve karşılaştırma grubunun yaşam olaylarına ait frekans, yüzde ve Z değerleri

MADDELER	n = 50		n = 50		Z	P
	KRİZ GRUBU	KARŞILAŞTIRMA GRUBU	f	(%)		
1 Eşin Ölümü	1	(02)	-	-	1 01	-
2 Boşanma	2	(04)	-	-	1 44	-
3 Eşle ayrı yaşamak	5	(10)↑	-	-	2 36	05
4 Hapsedilmek	1	(02)	-	-	1 01	-
5 Aileden yakın birinin ölümü	5	(10)	5	(10)	0 00	-
6 Önemli bir kişisel yaralanma ve hastalık	7	(14)	3	(06)	1 35	-
7 Evlilik	4	(08)↑	-	-	2 08	05
8 İşten atılmak	1	(02)	-	-	1 01	-
9 Eş ile barışmak	3	(06)	-	-	1 79	-
10 Emekli olma	-	-	-	-	0 00	-
11 Bir aile üyesinin sağlığında davranışların da önemli bir değişiklik	15	(30)↑	4	(08)	2 92	05
12 Hamilelik	3	(06)	1	(02)	1 03	-
13 Cinsel Problemler	10	(20)↑	1	(02)	3 00	05
14 Aileye yeni birinin katılması (doğum, evlat edinme, büyüklerin eve yerleşmesi )	2	(04)	2	(04)	0 00	-
15 İş açısından önemli bir yeniden uyum dönemi (iş yönetenleri değişmesi bir başka kurum veya işletmeyle birleşme yeni bir organizasyon, iflas)	7	(14)	4	(08)	0 96	-
16 Ekonomik durumda önemli bir değişiklik (suregelenden çok daha kötü veya çok daha iyi)	13	(26)	11	(22)	0 42	-
17 Yakın bir arkadaşın ölümü	3	(06)	-	-	1 79	-
18 İşte farklı bir bölüme geçmek	4	(08)	2	(04)	0 84	-
19 Eşle olan tartışmalarda bir artış (çocuk yetiştirme, kişisel alışkanlıklar gibi konularda alışılmıştan daha farklı yaklaşımlar)	9	(08)	2	(04)	2 30	05
20 Büyük miktarda borçlanmak (ev almak, iş-kurmak,vb sebepler)	-	-	3	(06)	1 79	-
21 İpotek veya ikrazda mala veya paraya el konulması	-	-	-	-	0 00	-
22 İş sorumluluklarında önemli değişiklikler (terfi, statü kaybı, bir başka işe geçiş vb )	5	(10)	2	(04)	1 18	-
23 Erkek veya kız çocuğunun evden ayrılması (evlilik, yüksek tahsil, yatılı okul vb sebeplerle)	3	(06)	3	(06)	0 00	-
24 Polis veya kanunla ilgili problemler	2	(04)	-	-	1 44	-

MADELER	n = 50		n = 50			
	KRİZ GRUBU		KARŞILAŞTIRMA GRUBU			
	f	(%)	f	(%)	Z	P
25 Önemli bir kişisel başarı	4		1	(02)	1.39	-
26 Kadının ev dışında çalışmaya başlaması veya işten ayrılması	-	-	4	(08)↑	2.08	.05
27 Resmî olarak eğitime başlamak veya bırakmak	3	(06)	1	(02)	1.03	-
28 Yaşam şartlarında büyük değişiklik (yeni bir ev kurmak, yeniden döşemek, daha kötü bir ev veya semte taşınmak)	6	(12)	4	(08)	0.67	-
29 Kişisel alışkanlıklarda değişiklikler (giyim tarzı ilişkiler vb.)	14	(28)	9	(18)	1.2	-
30 Patron veya amirle problem	3	(06)	3	(06)	0	-
31 İş saatleri ve saatlerinde büyük değişiklik	4	(08)	3	(06)	0.39	-
32 Başka bir yere taşınmak	6	(12)	6	(12)	0	-
33 Yeni bir okula başlamak	1	02	-	-	1.01	-
34 Alışılmış tipinizde yeni bir değişiklik	7	(14)	4	(04)	1.77	-
35 Dini alışkanlıklar veya uygulamalarda önemli bir değişiklik	4	(08)↑	-	-	2.08	.05
36 Sosyal faaliyetlerde önemli bir değişiklik (klup, kahve, sinema, ziyaret vb.)	12	(24)	7	(14)	1.29	-
37 Çok büyük olmayan miktarlarda borçlanmak (araba, renkli TV, Video veya ev eşyaları almak için)	10	(20) (06)	6	(12)	1.1	-
38 Uyku alışkanlığında önemli bir değişiklik (daha çok veya az uyumak veya uyku saatinde bir değişiklik)	31	(62)↑	21	(42)	2.04	.05
39 Aile bireylerinin bir araya geliş sıklığında önemli bir değişiklik	9	(18)	7	(14)	0.55	-
40 Yeme alışkanlığında önemli bir değişiklik (daha fazla veya az yemek veya yemek saatlerinin değişmesi)	26	(52)↑	14	(28)	2.52	.05
41 Tatil	9	(18)	7	(14)	0.55	-
42 Yılbaşı	6	(12)	6	(12)	0	-
43 Yasalara karşı işlenmiş suçlar (Trafik cezaları vb.)	-		1	(02)	1.01	-

ranların sorun alanlarını belirleyen çalışmaların bulgularıyla tutarlık göstermektedir (Palabıykoğlu 1992, Ceyhun ve Ark. 1993).

Bu maddelerden 2 tanesinin (38 ve 40). Kriz grubunda daha fazla olmakla birlikte, her iki grupta sayısal olarak artış göstermesi de dikkat çekicidir. Bu durum, depresif belirtiler olarak da kabul edilebilecek bu iki maddenin denekler tarafından yaşam olaylarına karşı verilen fizyolojik bir tepki olarak mı yoksa diğer maddeler gibi yalnızca yaşam olayları olarak mı değerlendirildiği biçiminde yoruma açık soruları akla getirmektedir.

Depresif belirtiler açısından kriz merkezine başvuranlarla başvurmayanları karşılaştıran bir başka çalışmanın bulgularına göre iki grup arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmektedir (ortalamalar sırasıyla; 23.54 ve 12.74;  $t = 6.54$ ;  $p < .05$ ) (Azizoğlu 1993).

Bu bulgu, 38. ve 40. Maddeler açısından her iki grup arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir.

ren bizim bulgularımızla tutarlılık göstermektedir. Bu bulgunun yaşam olaylarına ait maddelerin denekler tarafından nasıl algılandığı ile ilgili sorumuza da cevap oluşturacağı düşünülmektedir.

Böyence deneklerin yaşam olayları ile ilgili maddeleri içinde buldukları durumda varolan veya olmayan özellikler olarak düşündükleri yorumu yapılabılır. Yorumumuzun, özellikle 38. ve 40. Maddelerin ölçeğin orjinal sıralamasında son sıralarda yer almasına rağmen bizim çalışmamızda her iki grupta da bu iki maddenin sayısal olarak en fazla oluşu ile desteklendiği düşünülebilir.

Sonuç olarak iki grubu yalnızca yaşam olaylarının sayısı açısından yani niceliksel olarak karşılaştırma yoluyla elde edilen bulgular, yaşam olayları sayısının kriz durumunu yordamada önemli olduğuna işaret etmektedir. Bu araştırma iki grubu ölçek maddelerinin sayısı açısından karşılaştırdığı için tek tek maddelerin yordama gücünü araştıran başka bir çalışmanın yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

## KAYNAKLAR

AZIZOĞLU, S (1993) Psikolojik Yardım Aramaya Yönelen ve Yonelmeyen Bireylerde Stres, Kontrol Odağı İnancı, Yalnızlık Algısı ve Psikolojik Belirti Gösterme Düzeyi Arasındaki İlişki yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: A U Sosyal Bilimler Ens Psikoloji A B D Ankara

BIRSOZ, S (1980) Hastalık Öncesi Yaşam Değişimleri ve Ruhsal Sonuçları Üzerine Bir İnceleme Yayınlanmamış Doçentlik Tezi H U Tıp Fak Psikiyatri Bİ Ankara

CEYHUN, B, ERGİN G, DURAN, A (1993) Krize Müdahale Merkezine Başvuranlarda Yaşam Olaylarının Değerlendirilmesi Kriz Dergisi, 1/2, 51-55

CANON, W B (1932) The Wisdom of the Body (2nd ed) New York Norton

HOLMES, T H ve RAHE (1967) The Social Readjustment Rating Scale Journal of Psychosomatic Research, 11 213 - 218

LAZARUS, R S ve FOLKMAN, S (1984) Stress, Appraisal and Coping New York Springer

MOOS, R H (1976) Human Adaptation Coping with Life Crises Lexington, Mass D C Healt & Co (Bhs) SLAIKEU, K A (1983) Crisis Intervention A Hand Book for Practice and Research

PALABIYIKOĞLU, R (1992) Krize Müdahale Merkezi Çalışmalarının Bir Yıllık Değerlendirilmesi Kriz Dergisi, 1/1, 13 - 17

ROBERTS, AR (1990) Crisis Intervention Handbook Assessment, Treatment and Research Wadsworth Publishing Company Belmont California

SELYE, H (1950) The Physiology and Pathology of Exposure to Stress Montreal Acta

SLAIKEU, K A (1983) Crisis Intervention A Handbook for Practice and Research Boston Allyn and Bacon, Inc

SORIAS, S (1982) Hasta ve Normallerde Yaşam Olaylarının Stres Verici Etiketlerinin Araştırılması Yayınlanmamış Doçentlik Tezi Ege Üniversitesi Tıp Fak Psikiyatri Bİ İzmir

TAYLOR, S E (1986) Healt Psychology Y New York Random House