

DERLEME / REVIEW

Kronik Hastalıklar ve Umut Terapisi

Chronic Diseases and Hope Therapy

Nermin KILIÇ BARMANPEK¹, Serap PARLAR KILIÇ²¹Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Bingöl, Türkiye.²İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Bölümü, Malatya, Türkiye

Geliş tarihi/Received: 01.03.2021

Kabul tarihi/Accepted: 10.01.2022

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Nermin KILIÇ BARMANPEK, Arş. Gör.
Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi,
Hemşirelik Bölümü, Bingöl, Türkiye.
E-posta: nermin4423.kilic@gmail.com
ORCID: 0000-0003-3985-0662

Serap PARLAR KILIÇ, Prof. Dr.

ORCID: 0000-0003-3721-5083

Bu çalışma, 2. Uluslararası İç Hastalıkları Hemşireliği Kongresi (17-19 Aralık 2020)'nde poster bildirisi olarak sunulmuştur.
(Kılıç N, Parlar Kılıç S. A Therapeutic Vaccine: Hope Therapy (Bir Terapötik Aş: Umut Terapisi). İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi Ocak 2021; 6(1)- Ek Sayı 2: 324-325).

Öz

Bu derleme makalesinin amacı, kronik hastalıklarda umut terapisinin önemini vurgulamak ve bu terapinin hemşirelik bakım hizmetlerinin kalitesinin artırılması açısından kullanılabilirliğini göstermektir. Son yıllarda tanı ve tedavi yöntemlerinde gelişmeler olmasına rağmen kronik hastalıkların insidansında da bir artış görülmektedir. Kronik hastalıkların yarattığı fiziksel, psikolojik ve sosyo-ekonomik sorunlar nedeniyle hastaların yaşam kaliteleri de olumsuz yönde etkilenmektedir. Akut hastalıkların tedavi sürecinde olumlu ya da olumsuz belirgin bir sonuç ortaya çıkması beklenirken, kronik hastalıklar açısından bu süreç çoğu zaman daha az belirgindir. Bu durum, hastaların umut düzeyini azaltmakta ve hastalıkla baş etme becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Kronik hastalıklar, hastaların ve ailelerinin yaşamları üzerinde de çok boyutlu bir etkiye sahiptir. Kronik hastalık süreçleri sürekli adaptasyonlar gerektirdiğinden, bu süreçlerde umudun önemi daha da artmaktadır. Kronik hastaların yaşamında önemli bir unsur olan umudun, hastalığın etkilerine uyum sağlama, yaşam kalitesini artırma ve fizyolojik, emosyonel, mental ve sosyal sağlığı geliştirme açısından hastalara yardımcı olduğu vurgulanmaktadır. Kronik hastalıklar açısından hemşireler, kişiye özel hemşirelik girişimlerini sunarak, hastalıkla baş etme becerilerinin geliştirilmesinde ve sürdürülmesinde önemli rollere sahiptir. Sonuç olarak hemşireler umutsuzluk seviyesini azaltma stratejilerini kullanarak hastaların umutlarını sürdürmelerine yardımcı olabilir ve onlara daha kaliteli bir bakım sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Kronik hastalıklar, umut terapisi, hemşirelik.

Abstract

The aim of the present review article was to highlight the importance of hope therapy in chronic diseases and show the utility of this therapy for improving the quality of nursing care services. Despite the improvements in diagnosis and treatment methods in the recent years, an increase in the incidence of chronic diseases has also been observed. The quality of life of patients is also negatively impacted due to the physical, psychological, and socio-economic issues caused by chronic diseases. While a positive or negative significant result is expected in the treatment process of acute diseases, this process is often less evident for chronic diseases. This situation reduces the hope level of patients and negatively influences their coping skills with illness. Chronic diseases have also a multidimensional impact on the lives of patients and their families. Hope becomes even more important during the chronic disease processes as these processes require continuous adaptations. It is emphasized that hope, which is an important element in the life of chronic patients, helps to patients for adapting to the effects of the disease, for increasing the quality of life, and for improving physiological, emotional, mental, and social health. Regarding chronic diseases, nurses have important roles for developing and maintaining coping skills with the illnesses by delivering tailor made nursing interventions. In conclusion, nurses may help patients to pursue their hopes by using the hopelessness level reduction strategies and may provide them a better-quality care.

Keywords: Chronic diseases, hope therapy, nursing.

1. Giriş

Son yıllarda pozitif psikoloji ve sağlık psikolojisi; optimum güç geliştirmede kişisel güçlerin ve pozitif sosyal sistemlerin rolü ile ilgili mutluluk konularında ve sağlık alanında bilimsel araştırmaların artmasına vurgu yapmaktadır. Olumlu psikolojinin ana temalarından birisi de umutluluktur (1).

Umut, insanın temel psikolojik ihtiyaçlarından birisidir ve zor yaşam koşullarındaki sorunlara çözüm bulmak için bir anahtardır (2,3). Umut, psikolojik iyilik hallerini ve değer duygusunu artırır; daha fazla destek ve daha iyi mental sağlık için sosyal ilişkiler kurmaya yardımcı olur; anlamlı bir durum yaratır, koşullara uyum sağlamak için zor durumda olan bir kişiye zorluklarla baş etmenin bir yolunu sunar (3).

Umut, bilişsel ve emosyonel iki unsurdan oluşur. Bilişsel bileşen gelecekte gerçekleşmesi beklenen olayları içerir, emosyonel bileşen ise bu olayları etkili ve olumlu sonuçlar olarak olumlu bir biçimde değerlendirir. Emosyonel bileşen, gelecekteki olumlu olayların bir tahmincisidir ve sonuç olarak da yaşamın anlamını artırır. Yüksek düzeyde umuttan yararlanan kişiler, hayata destek ve güven kaynağı olarak bakarlar. Ayrıca, yaşamlarında zorluklarla karşılaştıklarında daha fazla uyum sağlayabileceklerine, daha fazla mutluluk deneyimleyebileceklerine ve yaşamlarının daha anlamlı olacaklarına inanırlar (4,5).

Bu derlemedeki amaç, kronik hastalığı olan bireylerde umudu artırabilecek bir yöntem olan umut terapisinin önemini belirtmek ve hemşirelikte kullanımı ile sunulan hemşirelik bakım hizmetinin kalitesinin artırılmasını sağlamaktır.

1.1. Umut ve Umut Teorisi

Umut temelli tedavi teorisinin kurucusu olan Snyder, umudu; engelleri kullanmak için motive edici veya engelleyici faktörlere rağmen plan yapma kabiliyetinin istenen hedeflere geçmesini sağlayan bir yapı olarak tanımlamaktadır (4). Çok boyutlu, dinamik, olumlu ve öznel bir motivasyon hali ile güçlü bir iyileştirme faktörü olarak umut, bireyin, hedeflerine ulaşması için çeşitli yollar oluşturması ve bu yolları izlemeye yönelik algılanan zihinsel yeteneğidir (6-9). Ayrıca umut, yaşamı zenginleştirebilen ve hastaların mevcut durumlarından daha uzak bir perspektife sahip olmalarını sağlayan içsel bir güçtür (10) ve hastalıklara uyum sürecinde hastalığın getirdiği sorunlarla başa çıkma stratejilerinden biri olarak kabul edilmektedir (7,8,11,12). Snyder, bilişsel-davranışsal grup terapilerinden olan umut teorisinde, umudun, yalnızca yaşamın en karanlık anlarında meydana gelen pasif bir duygu olmadığını, bireylerin aktif olarak hedeflerini gerçekleştirdikleri bilişsel bir süreç olduğunu da belirtmektedir (13). Daha görünür hedefleri kavramsallaştırmak, hedefe ulaşmak için sayısız yollar oluşturmak, hedefleri takip etmek için zihinsel enerjiyi harekete geçirmek ve çözümlenemeyen engelleri, aşılması gereken problemleri çerçevelemek için Snyder'ın teorisi ve bilişsel-davranışçı terapidenden elde edilen fikirlerle umut teorisi önerilmiştir (1).

1.1.1. Kronik Hastalıklarda Umut

Kronik hastalığa sahip bireyler; umudun, özgüvenin, ösayingının, aile içi statünün ve bağımsızlığın yitirilmesi, kabul edilmeme, fizyolojik durumda ve işlevsel yeteneklerde bozulmalar, sorunları çözememe, geçmişte hastalıkla ilgili

yaşanan olumsuz deneyimler, beden imajında değişiklik, komplikasyonlar ve tedavi ile ilgili yaşanan sorunlar gibi bireyi umutsuzluğa iten faktörlerle kişisel ve duygusal kayıplara uğrayarak umutsuzluk duygusu yaşamaktadırlar (14). Kronik hastalığı olan bireyin dengesini yeniden kurabilmesi, sağlığı ile ilgili sorunlarını çözümlenebilmesi ve yeniden otonomi kazanabilmesi için desteklenmeye, kabullenilmeye, anlaşılmaya ve anlamlı açıklamalara daha çok gereksinimi vardır. Özellikle, umutsuzluk yaşayan hastalarla ilişkilerin olumlu olabilmesi ve bu hastalara yardım edebilmek için hastaların özelliklerinin, kişisel niteliklerinin ve bireyi umutsuzluğa iten faktörlerin değerlendirilmesi gerekmektedir (15).

Kronik hastalıklarla bağlantılı ve onları karakterize eden tüm ikilemleri (örneğin semptom alevlenmesi, ilaçların yan etkileri, hastanın destek ağında veya hastanın psikolojik dayanıklılığında bozulma), deneyimleri, görevleri veya gereksinimleri tahmin etmek genellikle zordur. Kronik hastalıkla yaşamın öngörülemez ikilemlerine rağmen, bu hastaların herhangi bir sağlıklı insana benzer hedefleri vardır. Bu, hastaların yaşamlarının her alanında eksiksiz yaşamak ve en iyi şekilde çalışmak istedikleri anlamına gelir. Hastanın güç kaynaklarının en üst düzeye çıkarılması, kronik hastalıklarla başa çıkmayı kolaylaştırır ve yüksek yaşam kalitesine ulaşmasına ve sürdürmesine yardımcı olur (16). Bu güç kaynaklarından birisi olan umut, kronik hastalıklara sahip hastalarda güçlü bir başa çıkma mekanizmasıdır ve umutlu bireyler hastalık kriziyle daha iyi başa çıkarak yaşam tarzlarındaki değişiklikleri ve aylarca/yıllarca devam eden tedaviyi içeren uzun ve zor bir tedaviyi izleme gücünü bulabilmektedir (17,18).

Kronik hastaların yaşamında önemli bir unsur olan umudun, bireylerin hastalığa ve hastalığın etkilerine uyum sağlamasına, zihinsel acılarını azaltmasına, yaşam kalitelerini artırmasına ve fizyolojik, emosyonel, mental ve sosyal sağlıklarını geliştirmelerine yardımcı olduğu vurgulanmaktadır (10). Artan umut düzeyi, kronik hastalarda öz-bakım seviyesinde, yaşam kalitesinde ve genel sağlıkta bir artış da beraberinde getirmektedir (10) ve böylece hastalık semptomlarının azalması ile birlikte, sık hastaneye yatışlar ve bu hastalara, ailelerine ve topluma uygulanan yüksek ekonomik, sosyal ve zihinsel yük önlenmektedir (19).

Kronik hastalığı olan bireylerin sağlıklı bireylere göre farklı fizyolojik, psikolojik, sosyal ve emosyonel ihtiyaçları vardır. Bu hastaların fiziksel ihtiyaçları karşılanırken, psikolojik, sosyal ve emosyonel gereksinimlerinin de dikkate alınması gereklidir. Bu nedenle, hem hastaların hastalık krizini tolere etmelerine yardımcı olma hem de hastaların ihtiyaçlarını karşılamada en faydalı yöntem, fiziksel ve tıbbi tedavilerin yanında umut terapisi gibi psikolojik, sosyal ve emosyonel tedavileri de dikkate alan müdahalelerin uygulanmasıdır (10,17,20).

1.2. Umut Terapisi

Umut terapisi, amaçlara ulaşmak için metodoloji ve planlamaya dayanan olumlu bir motivasyon halidir (1). Psikolojik tedaviler arasında Snyder Umut Terapisi, umudu tedavinin temel amacı olarak gören tek tedavidir (4,8). Umut terapisinde hastalar, kendileri için ölçülebilir ve ulaşılabilir hedefler sağlamaları, hayata anlam kazandırmada amaca ve umuda sahip olmaları ve geçmişe odaklanarak başarı

beklentilerini artırmaları için eğitilirler. Bu bağlamda Snyder, umutlu düşüncelerin başarısızlık hissini iki şekilde azalttığına inanmaktadır. Bunlardan ilki, kişinin algısını umut veren bir rehberlikle değiştirmek, kişinin gerçekleştirmeyi düşünmediği engellenmiş bir hedef etrafında bulunan alt yollara odaklanmak ve daha verimli bir şekilde nasıl başarılacağına ilişkin rehberlik etmektir. İkincisi, umutlu düşüncelerin engellenen hedef algısını değiştirmesidir, yani umutlu bir kişi, çeşitli yollar arar ve engeller söz konusu olduğunda, onu bir durma noktası olarak değil, bir meydan okuma olarak algılar. Dolayısıyla bu iki görüş bir araya geldiğinde; engellenmiş hedef, hedefe ulaşmak için yeni bir yol bulma çabası haline gelmektedir (20).

Umut terapisi temel olarak şimdi ve gelecek dönemlere odaklanmaktadır ve bu terapi, yeteneklerin güçlendirilmesi ve teşvik edilmesi için bir çözümdür (5). Umut terapisi, hastaların hedeflerini oluşturmalarına ve kategorilere ayırmalarına, hedeflerine ulaşmak için çeşitli yollar seçmelerine, hedeflerini takip etme konusunda kendilerini motive etmelerine, engelleri belirlemelerine ve engelleri aşılması gereken zorluklar olarak görmelerine yardımcı olan bir tedavi türü olarak görülmüştür (1,2,3).

Umut terapisi, engellere ve insanın zayıf yönlerine odaklanmak yerine pozitif bir psikolojik yaklaşımla bireylerin yeteneklerine odaklanmaya dayandığından büyük önem taşımaktadır (4,10,17,19,21). Umut terapisi, bireylerin problem çözme becerilerini daha iyi kullanmalarına ve bunun sonucunda problem ve zorluklarla karşı karşıya kaldıklarında, problem çözme becerilerini problemlere ve zorluklara cevap vermekten kaçınmaktan daha fazla kullanmalarına yardımcı olmaktadır (10,17). Snyder tarafından yapılan çalışmanın sonuçları, kronik hastalıkları olan bireylerin, tedaviden kaynaklanan baskı ve stres ile daha iyi başa çıkabildiklerini, tedaviyi daha iyi kabul ettiklerini ve umut müdahalelerinin ardından tedaviye daha yüksek bir uyum sağladıklarını göstermektedir (17). Umut terapisi, anksiyete ve depresyonun azaltılmasında esasen etkili olsa da, etkililiğini artırmak için hastanın dini ve kültürel geçmişini de dikkate almak gereklidir (6).

Umut terapisinde, hastalara önemli, ulaşılabilir ve ölçülebilir hedefleri tanımlamaları öğretilir. Umut terapisinin diğer psikolojik tedavilere göre temel avantajı, yaşam hakkında umutlu bir düşünce oluşturmak ve yaşamın farklı düzeylerindeki sorunları ve yıkıcı etkilerini yenmektir (3). Umut terapisinin odak noktası, spesifik semptomları hafifletmek değil, hastaların umut seviyelerini artırmaktır. Umudlu düşüncüyü artırmak ve hedef takip etkinliklerini geliştirmek için tasarlanan umut terapisi, problemleri önleme veya semptomları ortadan kaldırma yolları gibi probleme yönelik tedavilerin aksine, aktif olarak hedefleri izlemeye odaklanır (13). Umut terapisi, çözüm odaklı bir terapidir.

Umut terapisi;

(a) Umudlu düşüncüyü geliştirmek ve önemli, ulaşılabilir ve ölçülebilir hedefleri belirlemek,

(b) Bu hedeflere doğru ilerlemek için çeşitli yollar belirlemek,

(c) Motivasyon kaynaklarını ve motivasyon üzerindeki her engelin etkileşimini tanımlamak,

(d) Hedefe yönelik ilerlemeyi gözden geçirmek

(e) Gerekirse hedefleri ve yolları değiştirmek gibi hedeflerle ilgili faaliyetleri güçlendirmek için tasarlanmış bir tedavi planıdır.

Bireysel veya grup halinde umut terapisi, yaşamın anlamını artırırken, hastalıkların tedavisini de önemli ölçüde geliştirmektedir (4).

1.2.1. Kronik Hastalıklarda Umut Terapisi

Umut terapisi, kronik hastalıkları tedavi etmek için kullanılan etkili ve pozitif bir psikolojik müdahaledir (6). Hastaların hastalığı fizyolojik ve psikolojik olarak tolere etmelerine yardımcı olur (20) ve öz yönetim, bakış açısı, alçak gönüllülük ve affetme gibi davranışsal yeteneklerin seviyesini artırır. Umudun olumlu gücü motivasyonu, hedeflerin ve uyumluluğun ilerlemesini artırırken, yaşamda bireysel enerji yaratır ve bu enerjiyi korur. Umut düzeyi ve beklentileri yüksek olan kişiler, güçlülükle amaçlarını izleyebilir ve olası hastalıklarla başa çıkabilirler (8).

Kronik hastalarla yapılan çeşitli çalışmalarda umut terapisinin sağlık üzerinde olumlu etkileri olduğu bulunmuştur. Esansiyel hipertansiyonlu hastalar üzerinde yapılan bir çalışmada; umut terapisinin, test sonrası ve takip fazındaki hastalarda yaşam kalitesinin iyileştirilmesinde ilaç terapisinden daha etkili olduğu ve bu hastaların yaşam kalitesini artırdığı belirtilmektedir (22). Umut terapisinin diyabetik hastaların umudu üzerine etkisinin incelendiği bir çalışmada; grup umut terapisinin diyabetik hastalar arasında umudu artırdığı sonucuna varılmıştır (10). Yapılan başka bir çalışmada hemodiyalize giren hastalarda umut terapisinin; depresyon, anksiyete ve stresin azaltılmasında etkili olduğu gösterilmiştir (19). Bijary ve ark . (2009) umut terapisi yaklaşımına dayalı grup terapisinin kanserli kadınlarda kontrol grubuna göre önemli ölçüde umudu artırdığını ve depresyonu azalttığını göstermiştir (23). İran'ın Güneydoğusundaki Diyabet Kliniğine başvuran tip 2 diyabetli hastalarda yapılan bir çalışmada; grup umut terapisinin diyabetik hastaların mutluluğunu artırdığı saptanırken (7), grup umut terapisinin tip 2 diyabetik hastaların mental sağlığı üzerindeki etkinliğini inceleyen bir diğer çalışma; grup umut terapisinin diyabetik hastaların mental sağlığını olumlu etkilediğini göstermiştir (8). Umut terapisinin diyabetli hastaların ruh haline etkisinin incelendiği bir başka çalışmada ise; umut terapisinin diabetes mellitus tanılı hastalarda depresyonun azalmasına ve ruh hali durumunun iyileşmesine yardımcı olduğu gösterilmiştir (17). Lösemili hastalarla yapılan bir çalışmada umut terapisinin, hastaların direncini artırmak için uygun bir gösterge olduğu belirlenmiştir (5). Bireysel umut terapi programının uygulandığı kardiyak bakım ünitesinde yatan yaşlı unstable angina hastalarıyla yapılan bir çalışmada; hastaların tedavileri ile birlikte umut terapisi programının kullanılmasının depresyon üzerinde iyileştirici etkileri olduğu belirtilmiştir (20).

Multipl skleroz (MS), tip 2 diabetes mellitus, meme kanseri ve kronik hipertansiyon tanısı olan hastalar üzerinde yapılan çalışmalar; umut terapisinin umudu artırmada ve depresyonu, anksiyeteyi, kronik ve bulaşıcı olmayan hastalıklardan kaynaklanan stres semptomlarını azaltmada etkili olduğunu ortaya koymaktadır (19).

1.3. Umut Terapisinde Hemşirelik Yaklaşımı

Hemşireler, hastalarla daha fazla zaman geçiren bir meslek grubu içerisinde. Kronik hastalarla çalışan hemşireler, hastaların fiziksel problemleriyle uğraşmalarının yanı sıra, bireyin bütünüyle de (fiziksel, psikolojik, sosyal ve mental yönleriyle ilgili) etkileşim halindedirler ve hastaların emosyonel sorunlarının tanı ve tedavisinde yardımcı rol oynamaktadırlar. Ayrıca hemşireler, bireylerin sağlığının teşviğiyle ilgili eğitim ve uygulamaları arasında yer alan tamamlayıcı tıpla ilgili müdahalelerde sayısız ve etkin rol oynamaktadır ve bu tıbbi olmayan girişimler hemşirelik sanatını temsil ederek hemşire ve hasta arasında derin bir iletişim sağlamaktadır (10).

Hemşirelerin, iyileşme süreçlerini tamamlamak, komplikasyonları ve hastaneye yeniden yatışları önlemek için bakıma ihtiyacı olan hastalarla oldukça etkileşimleri vardır. Hemşirelerin hastalarla etkileşimleri, hastaların yaşam şeklini ve sağlık durumlarını yönetmelerini de etkilemektedir. Hastalarla etkileşimleri yoluyla, hemşireler, hastaların umut düzeylerini etkileyen bir konumdur (24). Ayrıca hemşireler bireye özel hemşirelik girişimleriyle, hastalarda umudu ve hastalıkla baş etmeyi geliştirmede ve sürdürmede önemli bir role sahiptir (25).

Hemşireliğin bakım verici rolünün özünde sürekli ilişkiye dayanan iyileştirme süreçlerinde bireyi bilme, hastalık sürecinde bireyle birlikte olma, onun için bakım eylemlerinde bulunma ve onun yaşamını kolaylaştırma gibi birden çok profesyonel yaklaşımı gerektiren roller yer almaktadır. Hasta ve hemşire iyileşme sürecinde ortak olarak bulunmaktadır ve hemşireler hastaların hastalık sürecinde yanında olarak iyileşme sürecini hızlandırmaktadır. İyileştirici bakım, hastalığı ortadan kaldırmak veya hastalığın şiddetini azaltmak ve hastalıkla yaşamasını öğretmek için yapılan hemşirelik girişimlerinin tamamını içermektedir (26).

Umutsuzluk, 1986 yılında Kuzey Amerika Hemşirelik Tanı Derneği (North American Nursing Diagnosis Association-NANDA) tarafından bir hemşirelik tanısı olarak onaylanmıştır. Amerikan Hemşireler Birliği (American Nursing Association-ANA) de güçsüzlük ve çaresizlik ile birlikte umutsuzluğu da hemşirelik olgusu olarak ele almıştır (27,28). Hasta bireylerde tedavi ve iyileşme süreçlerinde önemli noktalardan birisi de; umut, güven, inanç, insan onuruna ve mahremiyetine saygı, bakımda adil bir yaklaşım ve bilimsel bilgi birikimiyle yoğrulmuş profesyonel bir hemşirelik bakım yaklaşımıdır (26). Kronik hastalığı bulunan bireylerde, bireylerin karşılaştıkları güçlüklerle baş edebilmeleri ve tedavi süreçlerine bilişsel uyum sağlayabilmeleri açısından umut terapisi gibi psikososyal müdahalelerin yapılması gereklidir (29). Hemşirelik bakımında birey bütüncül olarak ele alındığından; umut terapisi, kronik hastalıklar ve ruhsal bozukluklar gibi birçok hastalıkta uygulanabileceği gibi sağlıklı bireylerin ruh sağlığını korumak ve geliştirmek için de uygulanabilir (29). Özellikle acı ve umutsuzlukla mücadele içinde olan kronik hastalar için; hemşirelerin, umudu korumaları ve umuda yönelik arzu edilen gelecekteki hedeflere ulaşmayı teşvik etmeleri gerekmektedir (30). Bu bağlamda hemşireler, hastaların fiziksel ve ruhsal semptomlarına yönelik sağlık yönetimi eğitimi ve psikolojik bakım sağlayarak semptomların bireylerin yaşamları üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmış olurlar ve böylece hastaların umutlarının artmasına katkı

sağlarlar (31). Etkili umut düzeyinde müdahale, hastanın tedavi ve rehabilitasyonunda olumlu bir rol oynamaktadır. Hemşirelerin hastalara karşı olan davranışları hastaların günlük yaşamında çok önemli bir rol oynamakta ve hastaların umutlarını sürdürmelerini etkilemektedir. Umut olmadan, bir hastanın hayatı anlamsız hale gelir. Bu nedenle hemşireler hastaların kendilerini de dâhil ederek hastaların umuda karşılık tutumunu dikkatle değerlendirip, hastaların umut düzeyini ve yaşam kalitesini iyileştirmek için etkili yöntemler belirlemelidir (32).

Teknolojinin gelişmesi, sosyo-ekonomik ve çevresel etmenlere bağlı olarak hemşirelik mesleğinin rolleri gelişmekte, sağlığın korunması, sürdürülmesi, geliştirilmesi ve tedavi aşamasında hemşirelere farklı görevler de düşmektedir. Bu durum hasta bireyin iyileşme sürecinde tıbbi tedavi ve girişimlerin yanı sıra, hemşireliğin iyileştirici bakım verici rolü ve yönünün de güçlendirilmesini gerektirmektedir (26).

Kronik hastalıklarda, umudun ne anlama geldiğini, umudun önemini ve umudu etkileyen değişkenleri bilerek hemşirelik bakım sürecini profesyonel olarak planlamak, uygulamak ve sonuçta hastaların umutsuzluk durumunu azaltma stratejilerini kullanarak umudu sürdürmek, hastalara daha kaliteli bakım verilmesini sağlayacaktır (25).

2. Sonuç ve Öneriler

Hemşireler, tedavi ve bakım süreçlerinde hastalarla önemli ölçüde temas halindedir ve komplikasyonları ve yeniden yatışları önlemede etkin rolleri bulunmaktadır. Hemşirelerin hastalarla etkileşimleri, hastanın sağlıklı veya sağlıksız bir geçişi nasıl deneyimlediğini etkileyebilir ve hastaların umudunu artırabilir (24). Hemşirelik bakış açısından, kronik hastalıkları olan hastaların umutlarını sürdürmelerine yardımcı olmak, hastalara bakım sağlamada temel bir hedeftir (33). Hastaların umut seviyelerinin artırılması ve sürdürülmesinde önemli yeri olan umut terapisinin; hastaların mutluluğunu artırarak sağlıklı yaşam için yeteneklerini, bilgilerini ve umutlarını geliştirmelerine yardımcı olduğu belirtilmektedir (7). Umut terapisi gibi patoloji odaklı olmayan, insanların içsel gereksinimlerine odaklanan, öğretmesi kolay ve düşük maliyetli terapiler, özellikle kronik hastalığı olan hastalarda göz önünde bulundurulmalıdır. Tıp ve psikoloji de dâhil olmak üzere farklı bilim dallarının birleştirilmesinin gerekliliği ve psikologların, tıp uzmanlarının, hemşirelerin de içinde bulunduğu bir ekip işbirliği ile umut terapisi müdahaleleri iyileştirilmelidir ve etkinliği artırılmalıdır (17). Hastalıklarla mücadelede grup terapilerinde, bireyler gruptaki ihtiyaç ve tercihlerine göre birbirlerini umutlandıracak şekilde aynı hastalığa sahip insanlara tanık olurlar ve hastalıklarla savaşmak için daha fazla özgüven kazanırlar. Bu nedenle umut terapisinin bireysel terapi olarak yapılmasının yanı sıra grup terapisi olarak da yapılması (20), terapinin terapötik etkilerini uzun vadede sürdürmek için bu terapinin seanslarının tamamlanmasından sonra destekleyici seansların yapılması da önerilebilir (7).

Bu bağlamda hemşire kronik hastalığı olan bireylerin hastalıkla etkin baş etmeleri için profesyonel yardımda bulunabilmelidir ve güven verici hasta-hemşire iletişimi ve problemin farkında olarak hissedilen gerçekçi bir umut ile hastanın var olan sorunları ile hastanın pozitif yönlerinin desteklenmesine yardımcı olmalıdır (14).

3. Alana Katkı

Umut terapisi gibi psikolojik kavramlara dayanan terapötik yaklaşımlar klinik hemşirelik hedeflerine ulaşmada etkili bir yol olabilir (8). Hemşireler, bireylerin sağlığının teşviğiyle ilgili eğitim ve uygulamaları arasında yer alan tamamlayıcı tıpla ilgili müdahalelerde sayısız ve etkin rol oynamaktadır ve bu tıbbi olmayan girişimler hemşirelik sanatını temsil ederek hemşire ve hasta arasında derin bir iletişim sağlamaktadır (10). Kronik hastalıklarda, hastalık algısının geliştirilmesi ve umudun desteklenmesi için umudu ve umut terapisini bilerek ve bunların bilincinde olarak hemşirelik bakımını profesyonel olarak sürdürmek hastalara daha kaliteli bakım verilmesini sağlayacaktır.

Çıkar Çatışması

Bu makalede herhangi bir nakdi/aynı yardım alınmamıştır. Herhangi bir kişi ve/veya kurum ile ilgili çıkar çatışması yoktur.

Yazarlık Katkısı

Fikir/Kavram: NK, SPK; **Tasarım:** NK, SPK; **Denetleme:** SPK, NK; **Kaynak ve Fon Sağlama:** SPK, NK; **Malzemeler:** NK, SPK; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** NK, SPK; **Analiz/Yorum:** NK, SPK; **Literatür Taraması:** NK, SPK; **Makale Yazımı:** NK, SPK; **Eleştirel İnceleme:** SPK, NK.

Kaynaklar

1. Mirzayi H, Yousefi E, Nazemnezhad S, Islami M, SalarHoseini H, Dourandish M. The effectiveness of hope therapy on increasing the resilience of women with cancer. *Academic Journal of Psychological Studies* 2016; 5(3): 261-268.
2. Mosalanejad L, Abdolahifard K, Jahromi MG. Therapeutic vaccines: Hope therapy and its effects on psychiatric symptoms among infertile women. *Global Journal of Health Science* 2014; 6(1): 192-200. DOI: 10.5539/gjhs.v6n1p192.
3. Abbasi P, Mahmoodi F, Ziapour A, Dehghan F, Parvane E. The effectiveness of group hope therapy training on psychological well-being and resilience in divorced women. *World Family Medicine/Middle East Journal of Family Medicine* 2017; 15(10): 116-121. DOI: 10.5742/MEWFM.2017.93149.
4. Khodabakhshi-Koolae A, Mosalanejad L, Gholami M, Massah O. Effectiveness of group hope therapy on the psychological indicators in women with addicted husbands. *Iranian Rehabilitation Journal* 2017; 15(1): 15-22. DOI: 10.18869/nrip.irj.15.1.15.
5. Tamadon A, Askari M. Evaluate the effectiveness of hope therapy on improving resilience of patients with blood cancer. *Jurnal UMP Social Sciences and Technology Management* 2015; 3(3): 358-362.
6. Masjedi-Arani A, Yoosefee S, Hejazi S, Jahangirzade M, Jamshidi MA, Heidari M et al. Effectiveness of an Islamic approach to hope therapy on hope, depression, and anxiety in comparison with conventional hope therapy in patients with coronary heart disease. *Journal of Advances in Medical and Biomedical Research* 2020; 28(127): 82-89.
7. Ilaghi T, Pouraboli B, Abazari F, Kazemi M. The effect of group hope therapy on happiness of patients with type II diabetes who referred to a diabetic clinic at Southeast of Iran. *Journal of Nursing & Healthcare* 2017; 2(2): 1-5.
8. Pouraboli B, Ilaghi T, Faroukh A, Kazemi M. The effectiveness of group hope therapy on the mental health of type II diabetic patients referred to the diabetes clinic in South East Iran. *International Journal of Adolescent Medicine and Health* 2018; 20170199. DOI: 10.1515/ijamh-2017-0199.
9. Faria EC, Loliola T, Salomé GM, Ferreira LM. Unna boot therapy impact on wellbeing, hope and spirituality in venous leg ulcer patients: a prospective clinical trial. *Journal of Wound Care* 2020; 29(4): 214-220. DOI:10.12968/jowc.2020.29.4.214

10. Ghazavi Z, Khaledi-Sardashti F, Kajbaf MB, Esmailzadeh M. Effect of hope therapy on the hope of diabetic patients. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research* 2015; 20(1): 75-80.

11. Al-Rawashdeh S, Alshraifeen A, Rababa M, Ashour A. Hope predicted quality of life in dyads of community-dwelling patients receiving hemodialysis and their family caregivers. *Quality of Life Research* 2020; 29(1): 81-89. Doi:10.1007/s11136-019-02378-4

12. Yılmaz FT, Sert H, Kumsar AK, Aygin D, Sipahi S, Genç AB. Hemodiyaliz Tedavisi Alan Hastaların Umudun Düzeyleri, Semptom Kontrolü ve Tedaviye Uyumlarının Değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 2020; 11(1): 35-43.

13. Cheavens JS, Feldman DB, Gum A, Michael ST, Snyder CR. Hope therapy in a community sample: A pilot investigation. *social indicators research* 2006; 77(1) :61-78. DOI 10.1007/s11205-005-5553-0.

14. Bahar A. Kronik Hastalıklarda Umutsuzluk Düzeyinin Belirlenmesi. *Nefroloji Hemşireliği Dergisi* 2008; 5(1-2): 38-43.

15. Bayramova N, Karadakovan A. Kronik hastalığı olan bireylerin umutsuzluk durumlarının incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2004; 7(2): 39-47.

16. Kylma J, Turunen H, Perala ML. Hope and chronic illness: The meaning of hope and the ways of fostering hope experienced by chronically ill Finnish people. *International Journal of Nursing Practice* 1996; 2: 209-214.

17. KhalediSardashti F, Ghazavi Z, Keshani F, Smaeilzadeh M. Effect of hope therapy on the mood status of patients with diabetes. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research* 2018; 23(4): 281-286. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR_36_16.

18. Salomé GM, Almeida SA, Mendes B, Carvalho MRF, Bueno JC, Massahud MR, Ferreira LM. Association of Sociodemographic Factors with Spirituality and Hope in Patients with Diabetic Foot Ulcers. *Advances in Skin & Wound Care* 2017; 30(1): 34-39. Doi:10.1097/01.asw.0000508446.58173.29

19. Rahimpour M, Shahgholian N, Yazdani M. Effect of hope therapy on depression, anxiety, and stress among the patients undergoing hemodialysis. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research* 2015; 20(6): 694-699. DOI: 10.4103/1735-9066.170007.

20. Mozooni M, Heravi-Karimooi M, Rejeh N, Rahmani MA, Nia HS. The effect of individual hope therapy program on reduction of depression in elderly patients with unstable angina hospitalized in cardiac care unit. *Journal of Critical Care Nursing* 2017; 10(4): e57665. doi:10.5812/ccn.57665.

21. Shekarabi-Ahari G, Younesi J, Borjali A, Ansari-Damavandi S. The effectiveness of group hope therapy on hope and depression of mothers with children suffering from cancer in Tehran. *Iranian Journal of Cancer Prevention* 2012; 5(4): 183-188.

22. Sotodeh-Asl N, Neshat Dust HT, Kalantari M, Talebi H, Khosravi AR. Comparison of effectiveness of two methods of hope therapy and drug therapy on the quality of life in the patients with essential hypertension. *Journal of Clinical Psychology* 2010; 2: 1(5): 27-34.

23. Bijari H, GhanbariHashemabadi B, Aghamohamadian H, Homaii SH. Effectiveness of group therapy based on hope therapy on increase hope of women with cancer. *Psychol Educ Stud Mashhad Ferdowsi Univ.* 2009; 1:171-84.

24. Stavarski DH, Alexander RK, Ortiz SN, Wasser T. Exploring nurses' and patients' perceptions of hope and hope-engendering nurse interventions in an eating disorder facility: A descriptive cross-sectional study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 2019; 26(1-2): 29-38. doi: 10.1111/jpm.12507.

25. Kavradım ST, Özer ZC. Kanseri tanısı alan hastalarda umut. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* 2014; 6(2): 154-164. Doi: 10.5455/cap.20130901084242

26. Özkan HA, Bilgin Z. Hemşireliğin felsefi özü iyileştirme ve iyileştirici bakım yöntemleri. *HSP* 2016; 3(3): 191-200. DOI: 10.17681/hsp.49209

27. Başaran D, Altun ÖŞ, Kaban F, Ecder T. Hemodiyaliz Hastalarının Umutsuzluk Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Nefroloji Hemşireliği Dergisi* 2016; 11(1): 9-16.
28. Carpenito LJ. Hemşirelik Tanıları El Kitabı. (Çevirenler: Erdemir F, Türk G.). 15. baskı (Türkçeleştirilmiş 4. Baskı, Nobel Tıp Kitabevleri Tic. Ltd. Şti. 2021; 625-632.
29. Duran ŞB, Keser İ. Kronik Hastalıkların Tedavi ve Bakımında Umut Terapisinin Kullanımı. *Journal of Social Research and Behavioral Sciences* 2021; 7(13): 147-157. DOI:10.52096/jsrbs.6.1.7.13.8
30. Lohne V. 'Hope as a lighthouse' A meta-synthesis on hope and hoping in different nursing contexts. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 2021; 00: 1-13 (Online ahead of print). DOI: 10.1111/scs.12961
31. Li Y, Ni N, Zhou Z, Dong J, Fu Y, Li J et al. Hope and symptom burden of women with breast cancer undergoing chemotherapy: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing* 2021; 30(15-16): 2293-2300. <https://doi.org/10.1111/jocn.15759>
32. Lu WY, Cui ML. Research progress at hope level in patients with chronic non-malignant diseases. *Chinese Nursing Research* 2016; 3(4): 147-150. <https://doi.org/10.1016/j.cnre.2016.11.002>
33. Li P, Guo YJ, Tang, Q, Yang L. Effectiveness of nursing intervention for increasing hope in patients with cancer: a meta-analysis. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* 2018; 9: 26:e2937. Doi:10.1590/1518-8345.1920.2937