

KANSER TEDAVİSİNDE PSİKOTERAPÖTİK DESTEĞİN ÖNEMİ VE TÜRKİYE AÇISINDAN BİR DURUM DEĞERLENDİRMESİ

The Importance of Psychotherapeutic Support in Cancer Treatment and a Situation Analysis for Türkiye

Ozan KAYAR 

Afiliasyon / Affiliation:

Çankırı Karatekin Üniversitesi,
Psikoloji Bölümü, Çankırı,
Türkiye.

Sorumlu Yazar /

Correspondence:

Ozan KAYAR

Çankırı Karatekin Üniversitesi,
İnsan ve Toplum Bilimleri
Fakültesi Binası, Psikoloji
Bölümü, Uluyazı Kampüsü,
18100, Çankırı/Türkiye.
E-mail: pskozan@gmail.com

Geliş / Received: 01.10.2025

Kabul / Accepted: 03.11.2025

Cite as:

Kayar, O. (2026).
The Importance of
Psychotherapeutic Support
in Cancer Treatment and a
Situation Analysis for Türkiye.
Turkish Medical Journal,
11(1),35-38.
[https://doi.org/10.70852/
tmj.1794506/](https://doi.org/10.70852/tmj.1794506/)

ÖZET

Kanser, yalnızca biyolojik süreçleri değil, aynı zamanda bireyin duygusal, sosyal ve varoluşsal alanlarını da etkileyen çok boyutlu ve zorlu bir yaşam deneyimidir. Güncel uluslararası rehberler, psikolojik desteğin biyomedikal tedavinin temel bir bileşeni olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Araştırmalar, kanser hastalarında depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres bozukluğu oranlarının yüksek olduğunu, psikoterapötik müdahalelerin semptom yükünü azaltarak yaşam işlevselliğini iyileştirdiğini ve tedavi motivasyonunu artırdığını göstermektedir. Bilişsel Davranışçı Terapi ve Kabul ve Kararlılık Terapisi ise bu alanda en güçlü kanıt desteğine sahip yaklaşımlar olarak öne çıkmaktadır. Bununla birlikte, birçok ülkede, özellikle de Türkiye bağlamında, kanser hastalarına yönelik psikoterapötik destek hizmetlerinin sunumunda belirgin boşluklar bulunmaktadır.

Anahtar kelimeler: Kanser, Psiko-onkoloji, Psikososyal destek, Psikoterapötik müdahale

ABSTRACT

Cancer is a multidimensional and challenging life experience that affects not only biological processes but also the emotional, social, and existential domains of the individual. Recent international guidelines emphasize that psychosocial support should be considered a fundamental component of biomedical treatment. Research indicates that cancer patients have high rates of depression, anxiety, and post-traumatic stress disorder, and that psychotherapeutic interventions reduce symptom burden, improve life functioning, and enhance treatment motivation. Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy stand out as the approaches with the strongest evidence base in this field. However, in many countries, particularly in the context of Türkiye, there are significant gaps in the provision of psychotherapeutic support services for cancer patients.

Keywords: Cancer, Psycho-oncology, Psychosocial support, Psychotherapeutic intervention

Sayın Editör,

Kanser, biyolojik etkilerinin yanı sıra bireyin duygusal, sosyal ve varoluşsal alanlarını derinden sarsan karmaşık ve çok boyutlu bir hastalık deneyimidir. Tanı anından itibaren başlayan belirsizlik, tedavi sürecindeki bedensel ve duygusal zorluklar, yaşamın her alanına nüfuz eden kaygı ve çaresizlik hisleri, kanserin sadece tıbbi değil, psikososyal bir kriz de olduğunu göstermektedir (Getie ve ark., 2025). Dünya Sağlık Örgütü ve güncel uluslararası rehberler, kanser bakımında psikolojik desteğin biyomedikal tedavinin ayrılmaz bir parçası olarak ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır (Signorelli ve ark., 2024; Tang ve ark., 2025). Ancak birçok ülkede, özellikle de Türkiye bağlamında, psikoterapötik hizmetlerin henüz yeterince yaygınlaşmadığı veya kurumsallaşmadığı görülmektedir (Kotan, 2024; Tang ve ark., 2025). Kanser hastalarında depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres bozukluğu oranlarının, sağlıklı popülasyona kıyasla belirgin biçimde yüksek olduğu bilinmektedir. Bu tür psikolojik sıkıntılar bireyin ruhsal iyilik haline ek olarak tedaviye uyum, bağışıklık fonksiyonları ve genel yaşam kalitesi gibi süreçleri de olumsuz etkileyebilmektedir (Getie ve ark., 2025; Paslaru ve ark., 2025). Bununla birlikte, kanserle karşılaşan bireylerin hastalığa verdikleri psikolojik tepkiler—örneğin inkâr, öfke, kabullenme veya anlam arayışı—ile baş etme tarzları, posttravmatik büyüme ve dayanıklılık düzeyleriyle yakından ilişkilidir (Cakmak ve ark., 2021; Zhang ve ark., 2025). Son yıllarda yapılan meta-analizler ise psikoterapötik müdahalelerin kanser hastalarında semptom yükünü azalttığını, uyku ve beslenme düzenini iyileştirdiğini, tedavi sürecinde psikolojik dayanıklılığı ve iyileşme motivasyonunu artırdığını ortaya koymaktadır (Paslaru ve ark., 2025; Tian ve ark., 2024; Xiang ve ark., 2025; Zhang ve ark., 2024). Bu sonuçlar, psikoterapinin kanser bakımında önemli bir destek aracı olduğuna ve tıbbi tedaviyle birlikte yürütüldüğünde çok yönlü faydalar sağlayabileceğine işaret etmektedir. Psikoterapötik yaklaşımlar arasında özellikle Bilişsel-Davranışçı Terapi (BDT) ve Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT), klinik etkinliklerini destekleyen çok sayıda araştırma ile öne çıkmaktadır (Burns ve ark., 2023; Liu ve ark., 2022; Xiang ve ark., 2025). BDT, hastaların olumsuz otomatik düşüncelerini daha

işlevsel düşünce kalıplarıyla değiştirmesine, baş etme becerilerini geliştirmesine ve tedavi sürecinde daha etkin bir rol üstlenmesine yardımcı olmaktadır (Xiang ve ark., 2025). ACT ise kanserle yaşamının getirdiği belirsizlik ve acıyı kabullenmeyi; bununla birlikte bireyin kendi değerleri doğrultusunda küçük ama anlamlı eylemlerle yaşamını sürdürmesini ve bu süreçte psikolojik esnekliğini artırmasını teşvik etmektedir (Burns ve ark., 2023). Her iki yaklaşım da hem bireysel hem de grup formatında uygulanabilmekte ve farklı hastalık evrelerine uyarlanabilmektedir. Bu esneklik, hastaların farklı ihtiyaçlarına yanıt verebilme açısından önemli bir avantaj sunmaktadır (Paslaru ve ark., 2025). Psikoterapinin katkıları yalnızca hastalarla sınırlı değildir. Bakım verenler de sürecin önemli fakat çoğu zaman göz ardı edilen aktörlerindendir. Kanserli bir yakına bakım sunmak, ekonomik ve sosyal yüklerin yanı sıra yoğun psikolojik zorluklar da getirebilmektedir. Araştırmalar, bakım verenlerde tükenmişlik, anksiyete ve depresyon oranlarının yüksek olduğunu, bunun da hasta bakımının kalitesini olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir (Burns ve ark., 2023; Zhang ve ark., 2024). Bu nedenle günümüzde birçok psikoterapi modeli, aile sistemini merkeze alacak biçimde bakım verenlere yönelik de özel modüller içermektedir. Böylece hem hastaların hem de yakınlarının iyilik hali desteklenmekte hem de sürecin daha sürdürülebilir olması sağlanabilmektedir (Tang ve ark., 2025; Zhang ve ark., 2024). Öte yandan, Türkiye bağlamında psiko-onkoloji alanına yönelik akademik ilgi son yıllarda artsa da uygulama tarafında önemli boşluklar bulunmaktadır. Onkoloji kliniklerinin çoğunda psikolojik tarama protokollerinin henüz rutin bir uygulama haline gelmemiş olması ve multidisipliner ekiplerde bu alanda uzmanlık sahibi ruh sağlığı profesyonellerinin (örn. psikiyatristler, klinik psikologlar, psiko-onkologlar) yeterince yer almaması bu boşluğun somut göstergelerindendir (Kotan, 2024). Psikolojik desteğin sağlık sistemine sistematik biçimde entegre edilmesi, sadece bireysel çabalarla değil, sağlık politikalarının yönlendirici kararlarıyla mümkün görünmektedir. Bu doğrultuda, ulusal kanser tedavi rehberlerine standart psikolojik değerlendirme ve psikoterapi süreçlerinin dahil edilmesi, hasta ve ailelerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir adım olabilir (Kotan, 2024;

Yıldırım ve ark., 2024). Politika düzeyinde yapılacak düzenlemelerin yanı sıra saha uygulamalarında yenilikçi ve erişilebilir yöntemlere de ihtiyaç vardır. Örneğin, dijital psikoterapi platformları, çevrim içi destek grupları ve telepsikoloji uygulamaları, özellikle kırsal bölgelerde yaşayan veya tedavi merkezlerine ulaşmakta güçlük çeken hastalar için değerli fırsatlar sunmaktadır. Pandemi döneminde bu tür araçların ne kadar işlevsel olabileceği açık biçimde görülmüştür (Liu ve ark., 2022; Zhang ve ark., 2024). Dolayısıyla bu tür teknolojik çözümlerin geleneksel psikoterapi modelleriyle bütünleştirilmesi, kanser hastaları için daha kapsayıcı ve sürdürülebilir bir psikososyal destek altyapısı sağlayabilir. Sonuç olarak, psikoterapi kanser tedavisinde ‘ek bir hizmet’ olarak değil, biyomedikal tedaviyle eşgüdüm içinde yürütülmesi gereken temel bir müdahale alanı olarak değerlendirilmelidir. Tedavide amaç, tümörün küçülmesi ya da ortadan kaldırılmasının ötesinde, bireyin ruhsal iyilik halinden sosyal işlevselliğine, yaşamın anlamını koruyabilmesinden bakım sürecine uyumuna kadar tüm alanlarda bütüncül bir iyileşmenin sağlanması

olmalıdır. Uluslararası literatür ve birçok ülkenin klinik kılavuzları, psikoterapötik yaklaşımların kanser bakımının kritik bir bileşeni olduğuna dikkat çekmektedir (Signorelli ve ark., 2024; Tang ve ark., 2025). Ulusal sağlık politikalarının bu doğrultuda geliştirilmesi, onkoloji kliniklerinde multidisipliner ekiplerin güçlendirilmesi ve psikoterapinin daha ulaşılabilir hale getirilmesi hem hastaların hem de bakım verenlerin yaşam kalitesini artırarak toplum sağlığına da kayda değer katkılar sunacaktır.

Çıkar Çatışması: Bu çalışma ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Yazar, bu makalenin araştırılması ve/veya yazarlığı için herhangi bir finansal destek almamıştır.

Yazar Katkısı: Kavramsallaştırılma, planlama/ tasarım, literatür taraması, makalenin yazımı, gözden geçirme ve son inceleme dahil olmak üzere çalışmanın tüm aşamaları yalnızca yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

KAYNAKLAR

- Burns, M. F., Secinti, E., Johns, S. A., Wu, W., Helft, P. R., Turk, A. A., Loehrer, P. J., Sr, Sehdev, A., Al-Hader, A. A., & Mosher, C. E. (2023). Impact of acceptance and commitment therapy on physical and psychological symptoms in advanced gastrointestinal cancer patients and caregivers: Secondary results of a pilot randomized trial. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 27, 107-115. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.01.001>
- Cakmak, S., Cincin, M., & Kocatepe Avcı, U. (2021). Association of cancer response styles and alexithymia with posttraumatic growth in breast cancer patients. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 34(3), 278–288. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2021.00147>
- Getie, A., Ayaleh, M., & Bimerew, M. (2025). Global prevalence and determinant factors of pain, depression, and anxiety among cancer patients: An umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *BMC Psychiatry*, 25(1), 1-17. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06599-5>
- Kotan, Z. (2024). Ankara Psikiyatri Enstitüsü Derneği. In G. Gürcan (Ed.), *Konsültasyon ve liyezon psikiyatrisi sempozyumu* (pp. 31–35). TOBB ETÜ Yayınları.
- Liu, T., Xu, J., Cheng, H., Zhang, Y., Wang, S., Lin, L., & Tian, L. (2022). Effects of internet-based cognitive behavioral therapy on anxiety and depression symptoms in cancer patients: A meta-analysis. *General Hospital Psychiatry*, 79, 135-145. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2022.09.003>
- Paslaru, A. M., Plesea-Condratovici, A., Moroianu, L.-A., Isailă, O.-M., Rebegea, L. F., Pavel, L. L., & Ciubară, A. (2025). Mind over Malignancy: A systematic review and meta-analysis of psychological distress, coping, and therapeutic interventions in oncology. *Medicina*, 61(6), 1086. <https://doi.org/10.3390/medicina61061086>
- Signorelli, C., Hart, N. H., Mullen, L., Nekhlyudov, L., Travado, L., Lam, W. W. T., Henry, M., Dégi, C. L., Haywood, D., & Jefford, M. (2024). Aligning the World Health Organization’s (WHO) package of

- interventions for rehabilitation for cancer with the mission of the International Psycho-Oncology Society's: Promoting psychosocial care for all people affected by cancer. *Journal of Psychosocial Oncology Research and Practice*, 6(4), 144. <https://doi.org/10.1097/OR9.0000000000000144>
- Tang, L., Wu, S., Li, X., Cao, Y., Chen, X., Cheng, H., Chi, T., He, Y., Hu, J., Jiang, Q., Jiang, Y., Li, Z., Liu, A., Liu, F., Liu, X., Lu, Y., Lu, Y., Lv, X., ... Zhou, X. (2025). CACA clinical guideline of holistic psychosocial care for cancer patients. *Holistic Integrative Oncology*, 4(1), 1-30. <https://doi.org/10.1007/s44178-025-00164-6>
- Tian, X., Zhou, X., Sun, M., Yu, N. X., Peng, Y., Zheng, X., & Xiao, W. (2024). The effectiveness of positive psychological interventions for patients with cancer: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Nursing*, 33(9):3752-3774. <https://doi.org/10.1111/jocn.17358>
- Xiang, L., Wan, H., & Zhu, Y. (2025). Effects of cognitive behavioral therapy on resilience among adult cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 25(1), 204. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06628-3>
- Yıldırım, N., Güner, P., & İnci, F. (2024). Psychosocial services provided to cancer patients and nurses' difficulties in psychosocial assessment and intervention: A nationwide study. *Journal of Nursology*, 27(2), 101-110. <https://doi.org/10.17049/jnursology.1425828>
- Zhang, Y., Flannery, M., Zhang, Z., Underhill-Blazey, M., Bobry, M., Leblanc, N., Rodriguez, D., & Zhang, C. (2024). Digital health psychosocial intervention in adult patients with cancer and their families: Systematic review and meta-analysis. *JMIR Cancer*, 10, e46116. <https://doi.org/10.2196/46116>
- Zhang, X., Yuan, M., Yue, Y., & Duan, X. (2025). Fear of cancer recurrence and coping strategies among patients with oral cancer: The impact on post-traumatic growth. *BMC Psychology*, 13(1):162. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02499-1>