

Review Article**INFLUENCE OF THE INDIVIDUAL'S RELIGIOUS ATTITUDES, WHO EXPERIENCED CANCER, ON THE POSTTRAUMATIC GROWTH**

Tuğçe SABANCI

SUMMARY

The rate of cancer has increased considerably in recent years and the cancer is a leading terminal illness among the reasons of death. The cancer not only the physical influence but also psychological. Cancer is one of the traumatic illnesses that one can experience. After the this traumatic incident, some experiences stress, but on the other hand, it seems a growth in the other patients. Also, term of "posttraumatic growth" can be seemed with the term of "psychological durableness" which enables to see the growth. Cancer is an illness which causes a lot of changes in the one's life because of its side effects. It contains changes between the people, decreases the life quality and etc. In the face of these changes, individual can apply to the coping strategies with it. The religion seems frequently in the coping strategies with. Individual's religious attitudes contribute how to overcome the process of traumas. Purpose of this study is to compile the scientific works which examine the influence about the posttraumatic growth over individuals who experienced the cancer which is a traumatic life event. In the individuals who experienced cancer, in consequence of the researches litterature, indicate that there is a significant relation between the religious attitudes and the posttraumatic growth, individual's definite religious attitudes affect positively the posttraumatic growth and make easier to compete with cancer.

Keywords: Cancer, Posttraumatic growth, Religious attitudes, Psychological durableness, Coping strategies

How to cite this article: Sabancı, T. (2020). Influence Of The Individual's Religious Attitudes, Who Experienced Cancer, On The Posttraumatic Growth. *Journal of Aegean Scientific Research*, 3(1), 21-27.

Received Date: 14.12.2019

Accepted Date: 06.11.2020

Derleme Makale**KANSER DENEYİMLEYEN BİREYLERDE GÖRÜLEN DİNİ
TUTUMLARIN TRAVMA SONRASI BÜYÜME ÜZERİNE
ETKİSİ**

Tuğçe SABANCI

ÖZET

Kanser hastalığının görülme sıklığı son yıllarda oldukça artmıştır ve ölüm nedenleri arasında önde gelen bir hastalıktır. Kanser hastalığının fiziksel etkileri olduğu gibi çeşitli psikolojik etkileri de görülmektedir. Kanser hastalığı bir bireyin deneyimleyebileceği travmatik olaylardan biridir. Bu travmatik olay sonrasında bazı bireyler travma sonrası stresi deneyimlerken bazı bireylerde travma sonrası büyüme görülür. Travma sonrası büyüme terimi psikolojik sağlık terimi ile birlikte de görülmektedir ve aynı zamanda psikolojik sağlık travma sonrası büyümenin görülmesine olanak sağlamaktadır. Kanser hastalığı ağır yan etkileri sebebiyle bireyin yaşamında çok fazla değişikliğe sebep olan bir hastalıktır, bireyler arası ilişkilerde değişiklik, yaşam kalitesinin düşmesi ve bunlara benzer değişiklikler mevcuttur. Bu değişiklikler karşısında bireyler çeşitli baş etme stratejilerine başvurabilmektedirler. Başetme stratejileri arasında din de sıklıkla görülmektedir. Bireylerin sahip olduğu dini tutumlar yaşadıkları travmatik süreci nasıl geçireceklerine katkı sağlamaktadır. Bu çalışmada travmatik bir yaşam olayı olan kanser hastalığını deneyimleyen bireylerde görülen dini tutumların travma sonrası büyüme üzerine etkisi olacağı hipotezi kurulmuş olup bu ilişkiyi inceleyen bilimsel çalışmaların derlenmesi amaçlanmıştır. Yapılan literatür taraması sonucunda kanser hastalığını deneyimleyen bireylerde dini tutumlar ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı bir ilişki olduğu, bireylerde görülen belirli dini tutumların travma sonrası büyümeyi olumlu yönde etkileyebileceği ve bireylerde görülen belirli dini tutumların kanser hastalığı ile baş etmeyi kolaylaştıracağına ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kanser, Travma sonrası büyüme, Dini tutumlar, Psikolojik sağlık, Başetme stratejileri

Makaleye Atıf Yapma: Sabancı, T. (2020). Kanser Deneyimleyen Bireylerde Görülen Dini Tutumların Travma Sonrası Büyüme Üzerine Etkisi. *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 21-27.

Geliş Tarihi: 14.12.2019

Kabul Tarihi: 06.11.2020

GİRİŞ

Kanser hastalığı son zamanlarda tütün ve alkol kullanımı, sağlıksız beslenme, bireylerin karşısına çıkabilecek stres verici olayların artması, hava kirliliği ve çevresel faktörler gibi birçok nedenle artmaktadır. Dünya sağlık örgütünün 2018 yılında yayınladığı rapora göre; kanser ölüm nedenleri arasında dünyada ikinci sırada bulunmaktadır ve 2018 yılında 18.1 milyon kişi kanser tanısı almıştır, kanser tanısı alan bireylerden 9.6 milyon kişi hayatını kaybetmiştir, 2040 yılında ise kanser tanısı alan bireylerin sayısının 29.5 milyon olacağı öngörülmektedir (WHO, 2018).

Kanser; normal standartlar dışında büyüyen ve vücudun yakın kısımlarına yayılarak diğer organlara sıçrayan anormal hücre büyümesidir (WHO, 2018). Kanser gibi mortalitesi yüksek hastalıkların sadece fizyolojik olarak değil psikolojik açıdan da etkileri görülmektedir. Kanser tanısı alan bireylerde görülen fiziksel belirtiler, hastalıkta hangi evrede oldukları, yan etkiler, arkadaş ve aile yaşantısında değişiklikler ve hayatlarında meydana gelen değişiklikler stres kaynağı olabilmektedir. Bunlar dışında ölümün yakınlığını bilmek de başlıca görülen stres kaynaklarından (Cufta, 2014). Travmatik yaşantılara bireyler duygusal açıdan farklı tepkiler vermektedirler. Kanser deneyimi travmatik bir yaşantı olması nedeniyle; ağır yan etkiler, yaşam standartlarının düşmesi, bireyler arası ilişkilerde yaşanan değişiklikler olumsuz tepkileri beraberinde getirebileceği gibi görülen stres düzeyindeki artış ile birlikte psikolojik ve fizyolojik açıdan olumlu sonuçlarda görülebilmektedir. Travmatik yaşantının sonrasında bireyler kızgınlık, utanç, çaresizlik, kaygı gibi duyguları ifade etmektedirler (Akyüz, 2012). Aynı zamanda travmatik deneyimden sonra başlayan hayatta anlam arayışı da görülmektedir, bu anlam arayışı olumlu değişikliklerle alakalıdır.

Travmatik yaşantıların ardından bireylerde görülen olumlu değişimler 'travma sonrası büyüme' olarak adlandırılmaktadır. Travma sonrası büyüme; stres düzeyi fazla olan yaşam krizlerinin ardından bireylerde meydana gelen emosyonel, davranışsal ve bilişsel alanları da etkileyen kişiye fayda sağlayan olumlu değişimleri tanımlamak için kullanılmaktadır ve bireylerin yaşamlarındaki işlevsellik seviyelerinin artması ve kendini gerçekleştirmeye dair harekete geçmesi şeklinde de tanımlanmaktadır (Ezerbolat ve Özpolat). Travma sonrası büyümenin gerçekleşmesi ile birlikte bireylerde spiritüel deneyimlerde derinleşme, içsel güçlerinde artış ve kişiler arası etkileşimlerde gelişme görülmektedir (APA, 2004). Travma sonrası büyüme kavramının temeli geçmişe dayanmaktadır. İnsanların zorlukları deneyimleyerek doğruluğa ve bilgiye ulaştığı inancı eski dönemlerde de görülmektedir. Yunanlılar, antik İbraniler ve ilk dönem Hristiyanların yazıtlarının bazıları ve Budizm, Hinduizm ve İslam öğretilerinin bir kısmı acı çekmenin dönüştürücü gücü ile ilgili bazı unsurlar içermektedir (Duman, 2019). Edebiyatta ve dinde de yaşanan acı verici deneyimlerin bireyi büyümeye, gerçekliğe ve dine yaklaştırdığı düşünülmüştür (Arslan ve Buldukoğlu, 2018).

Travma sonrası büyüme kavramı genellikle 'psikolojik sağlamlık' kavramı ile birlikte görülmektedir. Psikolojik sağlamlık kavramı tutarlılık, kişisel gelişim, etkili baş etme

becerileri ve iyimserlik gibi kişiye özel geniş bir özellik kümesidir. Psikolojik sağlamlık terimi olumsuz yaşantılara karşı psikolojik açıdan güçlü kalabilmeye, olumsuz yaşantılara karşı savaşılabilmeye fırsat sağladığı için bireyler yaşadıkları travma sonucunda birçok kazanımlar elde edeceklerdir, bireylerin edindikleri bu kazanımlar büyümeye de olanak sağlamaktadır, bu sayede bireyler yaşanan tüm olumsuzluklara karşı travmatik olayın olumlu yönlerine odaklanarak, değişen yaşam şekline adapte olmaları kolaylaşmaktadır. Kanser gibi travmatik bir olayı bireylerin büyüyerek atlatması psikolojik sağlamlık düzeyini daha fazla arttırmaktadır bu sebeple travma sonrası büyüme ve psikolojik sağlamlık terimleri birbirlerini tamamlayan iki terimdir. Travma sonrası büyüme gerçekleşmesi ve psikolojik sağlamlığın artışıyla bireyler kanser sürecine daha olumlu bakabilmekte, iyi oluşları, yaşam kaliteleri önemli düzeyde etkilenmekte ve görülen olumsuz psikososyal etkileri en aza indirmeye olanak sağlamaktadır (Hiçdurmaz ve Özçetin, 2017). Psikolojik sağlamlığa sahip bireylerin soruna dayalı stresle baş etme becerilerini kullanma eğilimleri fazla olması sebebiyle bu durumun travma sonrası büyümenin gerçekleşmesinin temeli olduğu belirtilmiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlığı iyi düzeyde olan bireylerin, travmatik olaylarla karşılaştıklarında baş etmeyle ilgili problemleri daha az yaşadıkları ve bu yaşanan durumun büyümenin gerçekleşme olasılığını artırdığı bulunmuştur (Hiçdurmaz ve Özçetin, 2017).

Meme kanserinden sağ kalan bireylerde yapılan bir araştırmaya göre, bu bireylerin travma sonrası büyümesi refah veya stres ile ilişkili değildi, aksine ruhsal değişimin ve yaşamın takdir edilmesinin travma sonrası büyümenin temeli olduğu sonucuna ve travma sonrası büyümenin algılanan yaşam tehdidi ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Andrykowski, Carlson ve Cunningham, 2001).

Yaşanılan kanser deneyimiyle ortaya çıkan ağır yan etkiler bireylerin yaşam kalitesini olumsuz yönde de etkilemesi sebebiyle kanser tanısı alan bireyler tedaviye adapte olabilmek için ve hastalığının üstesinden gelebilmek için baş etme mekanizmalarını kullanmaya başlar. Bu süreç içerisinde baş etme mekanizmaları arasında 'din' sıklıkla görülmektedir.

Dinin en temel boyutlarından biri inanç boyutudur, dine bakıldığında temelde inanılması gereken bir inançlar bütünü olduğunu görürüz (Akyüz, 2017). Bireylerin sahip olduğu dini inançlar ve tutumlar günlük yaşantılarına, davranışlarına, yaşamdan beklentilerine kadar birçok alanda yaşantılarında bir etkiye sahiptir, bu sebeple çeşitli hastalıklarla baş etme süreçlerinde de dini baş etme mekanizmalarının önemli düzeyde bir etkisi olduğu bilinmektedir (Yazgan, 2014). Bu sebeple dini inanç ve sağlık arasındaki ilişkiye yoğun bir ilgi duyulmaktadır, bilim adamları da dini inançlar ve sağlık sonuçları arasındaki ilişkiyi incelemeye başlamıştır, yapılan araştırma sonuçları tek yönlü değildir fakat dini inançların sağlık ile yakından ilişkili olduğu birçok araştırmada bulunmuştur (Cufta, 2014). Yapılan diğer çalışmalarda ise dini inancın; alkol ve uyuşturucu kullanımı, yaşam memnuniyeti, düşük depresyon, kendine saygı ve anksiyete düzeyi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu alanda yapılan araştırmalara odaklanıldığında dini inançların mental bozukluklar üzerinde koruyucu bir tabaka gibi

etkisi olduğu görülmektedir. (Cufta, 2014). Yapılan bir çalışmaya göre stres verici olayların deneyimlenmesi sonucunda ortaya çıkan bireysel gücün bireylerde dini sorgulama ya da spiritüel konularda gelişime yol açabilmektedir ve daha yüksek ruhani bir varlığa ait inanç artabilmektedir. Dini tutumları olumlu olmayan bireylerde de spiritüel anlamda büyüme görülebilmektedir (Duman, 2019).

Kanser tanısı almış bireylerde yapılan araştırmada; sahip olunan güçlü dini inancın duygusal destekten sonra gelen en önemli baş etme mekanizması olduğu bulunmuştur (Evcili ve Bekar, 2013). Yapılan başka bir araştırmada ise kanser hastalığı son evrede olan bireylerde dini inancı güçlü olan katılımcıların, dini inancı olmayan katılımcılara göre daha düşük düzeyde ızdırap yaşadıkları ortaya konmuştur (Cufta, 2014). Aynı araştırmaya göre de kanser tanısı olan bireylerin başa çıkma stratejisi olarak %95'i pozitif dini %5'inin ise negatif dini başa çıkma stratejisi olarak kullandığı görülmüştür. Başka bir araştırmaya göre dini inancı olan katılımcılar baş etme stratejisi olarak daha çok dini kullanırken ateist katılımcılar ise travmatik olay sonrasında daha çok sosyal çevreden destek alarak davranışsal uygulamalar gerçekleştirmişlerdir. (Sami, 2019)

Yapılan çalışmalarda dini başa çıkma stratejilerinin travma sonrası büyüme üzerinde önemli bir etkisi olduğu ortaya konmuştur, birçok araştırmada travmatik olayla karşılaşan bireylerin dini aktif baş etme mekanizması olarak kullandıklarını ve travma sonrası büyüme ve dini inançlar arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Din hastalık deneyiminin anlamını bulmayı kolaylaştıran yorumlayıcı bir çerçeve sunmaktadır ve bu yorumlama travma sonrası büyümeye sebep olabilmektedir (Akyüz, 2017).

Hindistan'da yürütülen bir araştırmaya göre kanser hastalarında görülen travma sonrası büyüme pozitif dini başa çıkma stratejilerinin kullanılması ve olumsuz dini başa çıkma stratejilerinin daha az kullanılması ile ilişkili bulunmuştur (Sherman, Simonton ve Thombre, 2010). İran'da kanser hastaları üzerinde yürütülen bir araştırmada ise travma sonrası büyüme ve dini inançlar arasındaki pearson korelasyon katsayısının anlamlı olduğu bulunmuş ve dini inançların travma sonrası büyümenin tüm kategorilerini kapsadığını ortaya koymuşlardır (Abadi, Forouzi ve Targari, 2017).

KAYNAKÇA

Abadi, O.S.R.R., Forouzi, M.A., Rezaei, H. ve Targari, B. (2017). Relationship between religious beliefs and post-traumatic growth in patients with cancer in southeast of Iran. *Mental Health, Religion & Culture*, 20(1), 89-100.

Arslan, B. Ş., Buldukoğlu, K. (2018). Ruhsal Hastalık Deneyiminden Büyümek Mümkün Müdür?: Psikiyatri Hemşireliği Bakış Açısından Bir Değerlendirme. *Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi*, 1(1), 16-27.

Akyüz, M. (2017). *Meme Kanseri Tanılı Hastalarda, Dindarlık Düzeyi ile Psikolojik Dayanıklılık ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi/Tıp Fakültesi, Malatya.

American Psychological Association. The Road to Resilience. Available. <https://www.apa.org/helpcenter/road-resilience>. Erişim Tarihi: 29.10.2019

Cordova, M. J., Cunningham, L. L. C., Carlson, C. R., & Andrykowski, M. A. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: A controlled comparison study. *Health Psychology, 20*(3), 176-185.

Atay, S. Esenay, F. I. (2017). Kanserli Çocuklarda Travma Sonrası Gelişim. *Güncel Pediatri, 15*(2), 63-72.

Ayten, A. (2019). *Din ve Sağlık Kavram, Kuram ve Araştırma*. Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. 39(21), 165.

Cufta, M. (2014). *Kanser Hastalığı ile Başa Çıkmada Dini İnanç ve Tutumların Rolü (Kosova Örneği)*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Duman, N. (2019). Travma Sonrası Büyüme ve Gelişim. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmalar Dergisi, 4*(7).

Erdem, R., Uğurluoğlu, D. (2019). Travma Geçiren Bireylerin Spiritüel İyi Oluşlarının Travma Sonrası Büyüme Üzerine Etkisi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21*(3), 833-858.

Evcili, F. Bekar, M. (2013). Jinekolojik Kansere Tanısı Almanın Psikososyal Boyutu ve Hemşirelik Yaklaşımları. *Türk Jinekolojik Onkoloji Dergisi, 1*, 21-28.

Ezerbolat, M., Özpolat, A.G.Y. *Travma sonrası büyüme: travmaya iyi yanından bakmak*. Ankara Üniversitesi/Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara.

Güler, Ö. (2010). Dini İnanç ve Psikolojik Sağlık İlişmesine Dair Bir Değerlendirme. *Toplum Bilimleri, 4*(8), 95-105.

Güngör, E. (2019). *Kanser Tanısı Alan Bireylerde Travma Sonrası Büyüme ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Hiçdurmaz, D. Özçetin, Y. S. (2017). Kansere Deneyiminde Travma Sonrası Büyüme Ve Psikolojik Sağlık. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 9*(4), 388-397

Biçer Kanat, B. Yılmaz Özpolat, A. G. (2016). Kansere Hastalarında Travma Sonrası Büyüme Kavramı. *Turkish Journal of Clinics and Laboratory, 7*(4), 106-110.

Sami, S. (2019). *Travmatik Kayıp (Ölümler) Sonrasında Dini İnanç Sahibi Olan ve Olmayan Bireylerin Ölüme, Yasa ve Sonrasında Yaşanan Sürece Dair Tutumlarının Karşılaştırılması (Nitel Bir Araştırma)*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sarısoy, G. (2012). *Travma Sonrası Büyümenin Derecesinin ve Travma Sonrası Büyüme Yordayan Etkenlerin Meme Kanseri Hastalarında İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Satan, A. A. (2014). Dini İnanç ve Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Öznel İyi Oluş Düzeyine Olan Etkisi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 3(7).

Sherman, A.C., Simonton, S. ve Thombre, A. (2010). Religious coping and posttraumatic growth among family caregivers of cancer patients in India. *Journal of Psychosocial Oncology*, 28, 173-188.

Yazgan, E. Ö. (2014). *Kemoterapi Alan Kanser Hastalarında Dini İnanç ve Maneviyatın Depresyon Düzeyi ve Yaşam Kalitesine Etkisinin Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yıldız, Z.S. (2016). *Kanser Hastalarında Travma Sonrası Stres Belirtileri, Travma Sonrası Gelişim ve Kendini Açma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

World Health Organization (2018). Global Cancer Observatory. <https://gco.iarc.fr/>. Erişim Tarihi: 29.10.2019

World Health Organization (2018) . Cancer Key Facts. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>. Erişim Tarihi: 29.10.2019