

Travmanın Psikolojik Bileşenleri- Post Travmatik Stres Bozukluğu

Gizem Akcan¹

¹ PhD, Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü,
Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı Başkanı, Bartın, Türkiye

Psychological Components of Trauma- Post-Traumatic Stress Disorder

Ruhsal açıdan deprem, sel gibi doğal felaketler, savaşlar, cinsel ya da fiziksel saldırıya uğrama, işkence, cinsel taciz, çocuklukta yaşanan istismar, trafik kazaları, iş kazaları, yaşamı tehdit eden bir hastalığın tanısının konması, tehlikeli bir olaya tanık olmak gibi zorlayıcı ve kişinin başa çıkma yeteneği üzerinde olumsuz etkileri olan olaylar travmatik olaylar olarak adlandırılmaktadır (Öztürk, 2017).¹ Bu bağlamda, travmatik sürecin, kişinin çaresizlik ve güçsüzlüğü ile yüz yüze gelmesi durumu olduğu belirtilmektedir. Travmatik olayların bireylerin bağ kurma, anlamlandırma ve denetleme duyularını, var olan başa çıkma mekanizmalarını olumsuz yönde etkilediği ve kişinin uç noktada çaresizlik ve dehşet yaşamasına yol açtığı bilinmektedir (APA,1994; Spiegel, 1997; Öztürk, 2003, Herman, 1992).^{2,3,4,5} Bunlara ek olarak Türksoy (2003), kişinin hayatına veya bedensel bütünlüğüne ilişkin bir tehdit, şiddet veya ölüm tehlikesiyle karşılaşmasının travmatik yaşantının sıradan olumsuz deneyimlerden ayrılması açısından önemli olduğunu belirtmektedir.⁶ Herman (1992) ise, psikolojik travmanın güçsüzlük ile ilişkili olduğunu belirtmekte ve travma anında mağdurun ezici bir güç tarafından çaresiz hale getirildiğini savunmaktadır.⁵

Travmanın aslında durumun hem öznel hem de nesnel bileşenleri ile ilişkili bir deneyim olduğu belirtilmektedir (Şar ve Öztürk, 2005).⁷ Benzer şekilde, Fischer ve Riedesser (1999) de travmayı, meydana gelen olaydaki tehdit edici faktörlerle bireysel başa çıkma yetenekleri arasındaki hayati bir uyumsuzluk deneyimi olarak tanımlamaktadırlar.⁸ Ayrıca, travmanın sadece durumsal bir olgu olmadığı, zaman içinde gelişen uzun süreli sosyo-psikolojik bir süreç olduğu görülmektedir.

Her travmatik olayın tüm bireylerde aynı etki ve sonuca neden olmadığı bilinmektedir. Akut Stres Bozukluğu (ASB), Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ve Uyum Bozuklukları gibi travma sonrası ortaya çıkan birden çok psikiyatrik hastalık tanımlanmaktadır (İzci ve Ünveren, 2017).⁹ Yıldırım ve Tosun (2012) travma sonrası ortaya çıkan psikolojik bozukluklardan biri

görülmektedir. Travma neticesinde ortaya çıkan duygulanımda kısıtlılığın ve sosyal izolasyonun ise alkol ve diğer madde kötüye kullanımına ve intihar davranışına neden olduğu dikkat çekmektedir (Breslau ve Davis, 1992).²⁶ Ayrıca, travma sırasında bireylerin korku, çaresizlik ve dehşet duygularını yoğun bir şekilde yaşadıkları belirtilmektedir (APA, 1994).²

Travmatik olaylar neticesinde bireylerde, anksiyete bozuklukları, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı ya da bağımlılığı, travma sonrası stres bozukluğu ve dissosiyatif bozukluklar, vb. pek çok ruhsal bozukluğun ortaya çıkabildiği gözlemlenmektedir. Travmanın emosyonel etkileri arasında, travmatik olaylar sırasında ve sonrasında meydana gelen korku, çaresizlik, anguaz (angoisse), depresif duygulanım, öfke, suçluluk duygusu, utanç, benlik saygısında düşüş ve kimlik sorunları yer almaktadır (Öztürk, 2003).⁴ Travmanın yol açtığı bilişsel tepkiler ise genellikle algı bozuklukları ve zorlayıcı zihinsel aktivitelerden oluşmaktadır. Bunların yanı sıra düzenlenen çalışmalarda, travmatik olayın bireyin gözünde canlanmasının (flashback) ve kabusların kurbanların travmayı tekrar yaşadığı hissine kapılmasına yol açtığı görülmektedir (Ross, 2007).²⁷ Ayrıca, travmatize olan bireylerin hem yakın iletişim dinamiklerinde mesafe sorunları yaşadığı, hem de sınırda kişilik bozukluğundan kaynaklanan istismarcıya bağlanma, istismarcıyla özdeşim kurma ve başkalarını istismar etme şeklinde psikopatolojik durumlar deneyimledikleri savunulmaktadır (Ross ve Halpern, 2009).²⁸

Bu bağlamda, psikolojik iyi oluş üzerinde olumsuz etkileri bulunan travmatik olayların ruhsal yapı üzerinde oluşturdukları ve bireyin uyum ve kontrolü üzerinde yetersiz hissetmesine sebep olan bu süreçlerin, travmanın hem objektif hem subjektif hem de kültürel yönlerinin ayrıntılı ve sistematik olarak değerlendirilmesiyle ele alınması gerektiği savunulmaktadır (Şar ve Öztürk, 2005; Öztürk, 2017).^{7,1}

Kaynakça

1. Öztürk E. (2017). *Travma ve dissosiyasyon: dissosiyatif kimlik bozukluğunun psikoterapisi ve aile dinamikleri*. 1. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
2. American Psychiatric Association (APA) (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV)*.
3. Spiegel, D. (1997). Trauma, dissociation, and memory. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 821(1), 225-237.
4. Öztürk, E. (2003). *Travma kökenli dissosiyatif bozukluk vakalarının aile bireylerindeki çocukluk çağı travmaları*. Doktora Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Sosyal Bilimler Anabilim Dalı.
5. Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 5(3), 377-391.
6. Türksoy, N. (2003). *Psikolojik travma ve tanım sorunları. Psikolojik travma ve sonuçları*. Ed:Tamer Aker ve M. Emin Önder. İstanbul: SÜS Yayınları. s: 9 19

7. Şar, V. ve Öztürk, E. (2005). What is trauma and dissociation? *Journal of Trauma Practice*, 4 (1-2), 7-20.
8. Fischer, G., & Riedesser P (1999). *Lehrbuch der psychotraumatologie* (Textbook of psychotraumatology). München: Ernst Reinhardt Verlag.
9. Izci, F., & Unveren, G. (2017). Cognitive behavioral therapy and eye movement desensitization and reprocessing in posttraumatic stress disorder. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 6(1), 31-38.
10. Yıldırım, G., & Tosun, A. (2012). Cognitive processes in post-traumatic stress disorder. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 1429-1442.
11. Smith MY, Redd WH, Peyser C, Vogl D. (1999). Posttraumatic stress disorder in cancer: a review. *Psychooncology*, 8, 521-537.
12. Tedstone JE, Tarrrier N. (2003). Posttraumatic stress disorder following medical illness and treatment: a review. *Clinical Psychology*, 23, 409-448.
13. American Psychiatric Association (APA) (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: Author.
14. Author Öztürk, E., & Sar, V. (2008). Somatization as a predictor of suicidal ideation in dissociative disorders. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62(6), 662-668.
15. Kessler RC, Sonnega A, Bromet E. (1995). Posttraumatik stress disorder in the national comorbidity survey. *arch. Gen. Psychiatry*, 52, 1048-1060.
16. Helzer JE, Robins LN, McEvoy L. (1987). Posttraumatic stress disorder in the general population: Findings of the epidemiological catchment area survey. *New England Journal of Medicine*, 317, 1630-1634.
17. Şalcıoğlu E. (2001). Travma, travma sonrası stres hastalığı ve bilişsel-davranışçı tedavi. *Toplum ve bilim*, 91, 87-89.
18. Baysak E. (2010). *Acil ve yoğun bakım çalışanlarında travma sonrası stres bozukluğu, stresle başa çıkma tarzları, tükenmişlik ve ilişkili etkenler*. Psikiyatri Anabilim Dalı Tıpta Uzmanlık Tezi. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
19. Sungur, M., Sürmeli, A., & Özçubukçuoğlu, A. (1995). Güneydoğu' da görev yapan askeri popülasyonda görülen travma sonrası stres bozukluğu üzerine bir çalışma. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 32(3), 117-122.
20. Davison, G. J., & Neale, J. M. (2004). *Abnormal Psychology* (İ. Dağ, Trans.). Ankara: Turkish Psychological Association.
21. Kring, A. M., Johnson, S. L., Davison, G., & Neale, J. (2014). *Abnormal psychology: DSM-5 update (12th ed.)*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
22. Özgen, F., & Aydın, H. (1999). Travma sonrası stres bozukluğu. *Klinik Psikiyatri*, 1, 34-41.
23. Horowitz, M. J., Wilner, N., Kaltreider, N., & Alvarez, W. (1980). Signs and symptoms of posttraumatic stress disorder. *Archives of General Psychiatry*, 37(1), 85-92.
24. Foa EB. (2006). Psychosocial therapy for posttraumatic stress disorder. *J Clin Psychiatry*, 67(2), 40-45.
25. Cervatoğlu-Geyran P (2000) Psikolojik travma ve sonuçları: Tarihsel arka plan ve güncel kavramlar üzerine gözden geçirme. *3P Dergisi*, 8(Ek Sayı 1): 9-12.
26. Breslau N, Davis GC (1992) Posttraumatic stress disorder in an urban population of young adults: Risk factors for chronicity. *Am J Psychiat*, 149(5): 671-675.
27. Ross, C. A. (2007). Borderline personality disorder and dissociation. *Journal of Trauma & Dissociation*, 8(1), 71-80.
28. Ross, C. A., & Halpern, N. (2009). *Trauma model therapy: a treatment approach for trauma, dissociation and complex comorbidity*. Greenleaf Book Group.