

Madde kullanımı, yaşantısal kaçınma ve duygusal düzenleme güçlüğü için bağlamsal terapiler: Klinik bir vaka çalışması

Giriş

Küresel ölçekte ciddi bir halk sağlığı sorunu olan psikoaktif madde kullanımı, bireyler üzerinde derin zihinsel ve sosyal etkilere yol açmaktadır. Bağımlılık davranışlarının sürdürülmesinde, maddelerin olumsuz yaşantılardan kurtulmak amacıyla kullanılması ve yaşantısal kaçınma önemli bir rol oynamaktadır. Alan yazın, diyalektik davranış terapisi ile kabul ve kararlılık terapisinin duygu düzenleme becerilerini ve psikolojik esnekliği artırmada etkili olduğunu göstermektedir. Ancak bu bağlamsal yaklaşımların Kolombiya gibi özgün sosyo-kültürel bağlamlardaki etkililiği ve klinik uygulamaları yeterince araştırılmamıştır. Bu çalışmanın amacı, Kolombiya'da kültürel olarak uyarlanmış bütünlük bir diyalektik davranış terapisi ve kabul ve kararlılık terapisi programının, madde kullanımı, yaşantısal kaçınma ve duygu düzenleme güçlüğü üzerindeki etkililiğini değerlendirmektir.

Araştırma Tasarımı ve Yöntemler

Araştırma, tek denekli ABA klinik vaka tasarımıyla yürütülmüştür. Çalışmanın katılımcısı, Kolombiya'da yaşayan, evsizlik geçmişi olan ve 13 yıldır çoklu madde kullanımı öyküsü bulunan 26 yaşında erkek bir hastadır. Veri toplama süreci, özel bir psikiyatri hastanesinde yatış döneminde gerçekleştirilen değerlendirme ve müdahale seanslarını kapsamaktadır. Veri toplama araçları olarak Kabul ve Eylem Formu-II, Bilişsel Birleşme Ölçeği, Kısa Yaşantısal Kaçınma Ölçeği, Madde Kullanım Bozukluğu Tarama Testi, Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği, Alkol, Sigara ve Madde Kullanım Bozuklukları Tarama Testi ve Advers Çocukluk Yaşantıları Uluslararası Ölçeği kullanılmıştır. Hastanın seans içi değişimleri Öznel Rahatsızlık Derecesi Ölçeği ile izlenmiş; verilerin analizinde ön test, son test ve takip ölçümlerinin nitel ve betimsel karşılaştırmaları yapılmıştır.

Bulgular

Müdahale programının ardından gerçekleştirilen değerlendirmeler, hastanın klinik durumunda tüm temel değişkenler açısından anlamlı ve olumlu yönde değişimler yaşandığını ortaya koymuştur. Süreç boyunca Öznel Rahatsızlık Derecesi Ölçeği ile ölçülen seans içi rahatsızlık seviyelerinde belirgin bir azalma kaydedilmiştir. Kabul ve Eylem Formu-II ile Kısa Yaşantısal Kaçınma Ölçeği sonuçları, hastanın yaşantısal kaçınma düzeyinin önemli ölçüde azaldığını ve olumsuz duyguları kabul etme eğiliminin arttığını göstermiştir. Bilişsel Birleşme Ölçeği bulguları, hastanın travmatik düşünceleriyle arasına mesafe koyma ve onları nesnel bir şekilde gözlemlene becerisi kazandığını, yani bilişsel birleşme düzeyinin düştüğünü doğrulamıştır. Duygu Düzenlemede Güçlükler Ölçeği verileri, duygu yönetimi, dürtü kontrolü ve esnek davranışsal tepkiler geliştirme konularında hastanın belirgin bir gelişim gösterdiğine işaret etmiştir. Son olarak, Madde Kullanım Bozukluğu Tarama Testi ve hastanın beyanları doğrultusunda, hem tedavi sürecinde hem de takip döneminde madde kullanımının tamamen sonlandığı belirlenmiştir.

Sonuç

Bu çalışmanın temel sonucu, kültürel açıdan uyarlanmış diyalektik davranış terapisi ve kabul ve kararlılık terapisi entegrasyonunun, karmaşık madde bağımlılığı ve duygu düzenleme sorunlarının tedavisinde etkili bir klinik araç olduğudur. Tartışma çerçevesinde, hastanın çocukluk döneminde maruz kaldığı şiddet, ihmal ve cinsel istismar gibi advers çocukluk yaşantılarının, yetişkinlikteki duygu düzenleme güçlüğü ve yaşantısal kaçınmanın temelini oluşturduğu değerlendirilmektedir. Bağlamsal terapiler, hastanın acı veren anılardan kaçmak yerine onlarla sağlıklı bir ilişki kurmasını ve psikolojik esneklik geliştirmesini sağlamıştır. Ruh sağlığı uzmanları için bu bulgular, bağımlılık tedavilerinde travma odaklı bütünlük yaklaşımların ve kültürel adaptasyonun önemini ortaya koymaktadır. Özellikle duygu düzenleme ve dürtü yönetimi becerilerinin kazandırılması, tekrarlayan klinik başvuruları önlemede kritik bir müdahale hedefidir. Bu çalışma, Latin Amerika ve Kolombiya bağlamında üçüncü kuşak terapilerin klinik etkililiğine yönelik alan yazına önemli bir katkı sunmaktadır.

Anahtar kelimeler: kabul ve kararlılık terapisi, vaka çalışması, diyalektik davranış terapisi, yaşantısal kaçınma, psikoaktif madde kötüye kullanımı