

Genişletilmiş Özet

Bağımlılık Davranışlarında Bilişsel şemaların ve İşle İlgili Stres Dinamiklerinin Analizi: Vaka Çalışması

Giriş: İř stresi, Fas'ta giderek daha önemli bir sorun haline gelmiş, çalışanların psikolojik işlevlerini etkilemiş ve psikoaktif maddelerin kullanımı da dahil olmak üzere çeşitli başa çıkma stratejilerine yol açmıştır. Mevcut literatür, iř stresinin çok yönlü doğasını, ruh sağlığı üzerindeki etkisini ve uyumsuz bir başa çıkma stratejisi olarak madde kullanımına yol açabilecek psikolojik mekanizmaları anlamının önemini vurgulamaktadır (Leka ve ark., 2003; Kahn ve ark., 2005). Bu klinik çalışma, işle ilgili stres faktörleri, bilişsel örüntüler ve psikoaktif madde kullanımı arasındaki karmaşık ilişkileri, stres ve bağımlılıkla mücadele eden bir Faslı çalışanın klinik vakası üzerinden incelemeyi amaçlamaktadır.

Materyal ve Yöntem: Çalışmada bağımlılık davranışlarının altında yatan psikolojik mekanizmaların analizi için Beck'in bilişsel modeli kuramsal çerçeve olarak kullanılmıştır. Yoğun iř stresi yaşayan ve esrar bağımlılığı olan bir Faslı çalışanın derinlemesine klinik incelemesi yapılmıştır. Veri toplama sürecinde klinik görüşmeler, doğrudan klinik gözlemler ve standartlaşmış değerlendirme ölçekleri (Cungi Stres Tepki Ölçeği, Hamilton Anksiyete Değerlendirme Ölçeği ve DSM-5 Madde Kullanım Bozukluğu Ölçeği) kullanılmıştır. Bu karma yöntem yaklaşımı, katılımcının psikolojik durumu ve başa çıkma mekanizmalarının kapsamlı biçimde anlaşılmasını sağlamıştır.

Bulgular: Çalışmanın bulguları, aşırı iř yükü, zayıf iletişim ve hiyerarşik destek eksikliği gibi işle ilgili stres faktörlerinin bireyde duygusal sıkıntıya önemli ölçüde katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur. Düşük atılğanlık, düşük özgüven, anksiyete ve duygusal ketlenme gibi psikolojik özellikler, stresli çalışma ortamıyla etkileşime girerek bireyin sıkıntısını artırmaktadır. Katılımcının başa çıkma stratejisi, duygusal kaçınma ve ketlenme ile karakterize olup, artan stres ve kaygı düzeyiyle birleştiğinde esrarın uyumsuz bir başa çıkma mekanizması olarak kullanıma olasılığını artırmaktadır. Araştırma, bağımlılık davranışlarının sürdürülmesinde merkezi rol oynayan işlevsiz bilişsel şemaları da ortaya koymuştur. Bu şemalar arasında olumsuz benlik algıları ve geleceğe yönelik karamsar tutumlar yer almakta, bu da bireyin stresle etkili biçimde başa çıkmasını engellemektedir. Beck'in bilişsel-davranışçı modeline göre, bu bilişsel çarpıtmalar esrar kullanımına ilişkin öngörücü ve izin verici inançlarla daha da pekişmektedir. Öngörücü inançlar madde kullanımına dair olumlu beklentiler yaratırken, rahatlatıcı inançlar madde kullanımı konusunda aciliyet hissini tetiklemede; izin verici inançlar ise bağımlılığın olumsuz sonuçlarını en aza indirerek bağımlılık döngüsünü güçlendirmektedir.

Tartışma: İř stresi ile madde kullanımı arasındaki ilişki karmaşık ve çok boyutludur. Bulgular, iř stresinin bireylerin psikolojik kaynaklarını zayıflatarak psikolojik sıkıntıyla başa çıkma yöntemi olarak madde kullanımına daha yatkın hale getirdiğini göstermektedir. Katılımcının esrar kullanımına yönelmesi, anksiyete ve stres belirtilerini hafifletmeye yönelik bir tür öz-tedavi olarak yorumlanabilir (Khantzian, 1997). Bulgular ayrıca, bireylerin madde kullanımını nasıl rasyonalize ettiklerine dair bilişsel şemaların bağımlılıkta oynadığı rolü vurgulayan diğer çalışmalarla örtüşmektedir (Beck ve ark., 1993). Araştırma, bağımlılığa katkıda bulunan bilişsel süreçlerin ele alınmasının önemine dikkat çekmektedir. İşlevsiz bilişsel şemalar ve uyumsuz inançlar madde kullanımının pekişmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Bu nedenle terapötik müdahalelerin, bilişsel yeniden yapılandırmaya ve daha sağlıklı başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesine odaklanması gerektiği düşünölmektedir (Beck, 1993). Bu tür müdahaleler, bireylerin stres ve bağımlılık hakkındaki düşüncelerini yeniden şekillendirmelerine yardımcı olup, başa çıkma mekanizması olarak psikoaktif maddelere başvurma olasılığını azaltabilir.

Sonuç: Bu klinik çalışma, iř stresi, bilişsel örüntüler ve madde kullanımı arasındaki önemli bağlantılara ışık tutmaktadır. Bulgular, bağımlılık davranışlarının altında yatan psikolojik mekanizmaların daha fazla araştırılmasına ve bu sorunları ele alan hedeflenmiş müdahalelerin geliştirilmesine duyulan ihtiyacı vurgulamaktadır. Stres ve bağımlılık arasındaki karmaşık etkileşimin anlaşılması, etkili tedavi stratejilerinin geliştirilmesi ve iř stresi ile madde kullanım bozukluklarıyla mücadele eden bireylerin desteklenmesi açısından kritik öneme sahiptir.

Anahtar Kelimeler: İř stresi, psikoaktif maddeler, bağımlılık, bilişsel şemalar, klinik vaka çalışması