

Madde Kullanan ve İyileşmekte Olan Bireylerin Sosyal Sorun Çözme Becerilerinin İncelenmesi

Zekavet Kabasakal¹, Özge Çelik²

¹Öğr. Üy. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, İzmir.

²Psikolog, Adnan Menderes Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Aydın.

Yazışma adresi: Zekavet Hatice Kabasakal, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, İzmir / Türkiye.

Tel: +90 2323012255

Email: zekavetkabasakal@gmail.com

ÖZET

Amaç: İnsanlar yaşamları boyunca çok sayıda sorunla karşılaşmakta ve bunlarla baş etmek için çeşitli yöntemler kullanmaktadır. Ancak bazı durumlarda her zamanki sorun çözme yönelimleri yetersiz kalabilmektedir. Sorun çözme becerilerindeki yetersizlik bireylerin hayatını birçok yönde olumsuz etkileyebilmektedir. Alkol-madde kullanımı da bu olumsuz etkilerden biridir ve sorun çözme becerilerini giderek daha sağlıklı hale getirebilmektedir. Bu çalışmada madde kullanan bireylerle, iyileşmekte olan bireylerin sosyal sorun çözmede kullandıkları yöntemlerin ayrıntılı biçimde incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada Betimsel Yöntem kullanılmıştır. Çalışmaya gönüllülük esasına dayalı alkol, esrar, kokain, eroin, extasy, asit, mantar, bonzai ve diğer uçucuları kullanan ve daha önce kullanıp bırakmış olan toplam 131 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan kişilerden 76'sı daha önce madde kullanımı olan ve bırakan grupta yer alırken, 55'i maddeyi hala aktif olarak kullanan grupta yer almıştır. Örneklem grubuna sosyodemografik bilgi formu ile sorun çözme yönelimlerini ve tarzlarını incelemek amacı ile Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan maddeyi bırakmış ve aktif olarak kullanan grupların sorun çözme yönelimleri incelendiğinde; olumlu sorun çözme yöneliminin maddeyi bırakmış olan gruptaki puan değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0,001$). Olumsuz sorun çözme yöneliminin puan değerlerinin kullanmaya devam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,001$). Akılcı sorun çözme tarzının puan değerlerinin bırakmış olan grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,001$). Dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzının puan değerlerinin madde kullanımına devam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,001$). Kaçınan sorun çözme tarzının puan değerlerinin madde kullanımına devam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,001$). Toplam sorun çözme puanının madde kullanmayı bırakmış olan grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,001$).

Sonuç: Çalışmaya katılan maddeyi bırakmış ve aktif olarak kullanan grupların sorun çözme yönelimleri ve tarzları incelendiğinde; maddeyi bırakmış olan grupta yer alan kişilerin olumlu sorun çözme yöneliminin ve akılcı sorun çözme tarzının daha yüksek olduğu, maddeyi kullanan grupta yer alanların ise olumsuz sorun çözme yöneliminin, dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzının ve kaçınan sorun çözme tarzının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum madde kullanımının sorun çözme becerileri üzerindeki olumsuz etkisini ve madde kullanımı bırakıldıktan sonra sorun çözme becerilerinin olumlu yönde farklılaşabileceğini gösteren bir bilgi olabilir. Ancak araştırmanın kesitsel bir çalışma olması bununla ilgili net olarak yorum yapabilmeyi zorlaştırmaktadır.

Anahtar sözcükler: Bağımlılık, alkol-madde, sorun çözme

ABSTRACT

Investigation of Social Problem-Solving Skills of Substance Use and Recovering Individuals

Objective: People usually occurring sometime in their lives in a way that can cope with boredom. However, in some cases employing the usual problem-solving orientation. The inability of individuals to life in problem-solving skills on the negative affect in many ways. Alcohol-that is one of the negative impact on substance use and problem-solving skills become increasingly unhealthy. In this study, the article uses the individual use in solving social problems of individuals with recovering more methods have been aimed to review.

Methods: Descriptive Method was used. Voluntary work-based alcohol, marijuana, cocaine, heroin, ecstasy, acid, mushrooms, bonsai, and other essential uses and uses a total of 131 people who left before. 76 of the people participating in the survey before leaving existing substance abuse and group, while 55 still actively participated in the group that uses the item. Sociodemographical information form and the sample group problem-solving orientation and purpose of examine their way with the revised Problem Solving Inventory-Revised Short Form

Results: He left the item and actively participating in the working groups that are using problem-solving orientation are examined; the group left the item problem-solving positive orientation of values of the point higher ($p < 0.001$). Negative values of the problem-solving orientation points article is higher in the group that continue to use ($p < 0.001$).

The rational problem-solving style points is higher than the value of the left group ($p < 0.001$). Impulsive-inattentive problem-solving style point values were higher than the ongoing group of substance use ($p < 0.001$). Avoidant problem-solving style point values were higher than the ongoing group of substance use ($p < 0.001$). Total problem resolution is higher in the group who left the score ($p < 0.001$).

Conclusion: He left the item and actively participating in the working groups that use the problem-solving orientation and lifestyles were examined; the Group of people who left the item problem-solving orientation and positive rational problem-solving style is higher in areas that use the item is negative the problem-solving orientation, problem-solving style of careless and impulsive-kaçınan is the higher problem-solving style. This situation of substance use problem solving skills and the negative effects of substance use problem-solving skills after a positive showing how much more or less information. But research is cross-sectional study could be as clear about this.

Keyword: Addiction, alcohol-article, problem-solvinn

GİRİŞ

Bağımlılık bir nesneye, kişiye, ya da bir varlığa karşı engellenemez derecede arzu duymak; veya bir başka iradenin gücü altına girme durumu olarak tanımlanabilir ve patolojik bir örüntüyü yansıtır. Ruhsal ve bedensel sağlıklarına, bunun yanı sıra sosyal yaşamlarına zarar vermesine karşın, insanların belirli bir takıntılı durumu yinelemeye yönelik engellenemeyen bir istek duymaları ve bunu sürdürmeleri halidir. Bağımlılık sorunu, bireylerin biyolojik olduğu kadar, sosyal işlevselliğini de olumsuz yönde etkileyen, toplumsal yansımaları olan, önemli bir biyopsikososyal sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Madde bağımlılığı, duygusal, ailesel, kişilerarası ve çevresel düzeyde çoklu sorunlarla birlikte görülmektedir.

Sorun çözme ise, davranışsal bir süreçtir. Bu süreç sorun oluşturan durumu aşabilmek için çeşitli uygun tepki seçeneklerinin oluşmasını ve bu seçeneklerden en uygun olanını seçebilme potansiyelinin artırılmasını kapsar. Bu tanım doğrultusunda, sosyal sorun çözmenin bilinçli, mantıksal, çaba gerektiren ve amaç güdümlü bir etkinlik olduğu söylenebilir. Sorun çözmenin hedeflerine dayanarak, bu süreç ya sorunsal durumu daha iyi bir hale dönüştürmeyi, ya var olan duygusal sıkıntıyı azaltmayı, ya da bu her iki hedefi birden gerçekleştirmeyi amaçlar. Sorun çözme süreci sonrasında ortaya çıkan sonuçların büyük oranda kısmi olarak bağımsız iki süreç tarafından belirlendiği varsayılmaktadır: Sorun yönelimi ve sorun çözme tarzı. Soruna yönelim kişinin sorunu nasıl ele aldığı ile ilgilidir. Sorun yönelimi olumlu ve olumsuz olmak üzere iki farklı görünüme sahiptir. Olumlu sorun yönelimi, kişilerin sorunlar karşısında yapıcı bir tutumu içinde olmalarını ifade ederken, olumsuz sorun yönelimi sorunlar karşısındaki işlevsiz ya da engelleyici genel eğilimi ifade eder. Eğer birey olumlu sorun yönelimine sahipse akılcı yollar geliştirmesi, olumsuz sorun yönelimine sahipse kaçınan veya dürtüsel/dikkatsiz davranması ile ilişkili olacaktır. Sorun çözme sürecinin diğer önemli bileşeni sorun çözme tarzıdır. Sorun çözme tarzı, sorunlarla baş etmek için kişinin sorunu anlamak ve etkili çözümler bulmak için ortaya koyduğu bilişsel ve davranışsal aktivitelerin tümü olarak tanımlanmıştır. Çağdaş sorun çözme modeline göre biri işlevsel diğer ikisi işlevsiz olmak üzere üç farklı sorun çözme tarzı olduğu tariflenmiştir. Bunlardan ilki işlevsel sorun çözme tarzı olan akılcı sorun çözme tarzıdır. Bu tarz üzerinde düşünülmüş, mantıksal ve sistematik uygulamaları içeren bir özelliğe sahiptir. Modelde anlatılan işlevsiz sorun çözme tarzları ise kaçınan ve dürtüsel/dikkatsiz sorun çözme tarzlarıdır. Kaçınan sorun çözme tarzına sahip kişiler bir sorunla karşılaştığında sorunu görmezden gelme eğiliminde olup onunla yüzleşmeye isteksizdirler. Bununla birlikte sergiledikleri davranışlar genel olarak erteleme, boyun eğme, tepkisizlik, katlanma, hareketsizlik ya da bağımlılık gibi özellikleri içerir. Dürtüsel/dikkatsiz sorun çözme tarzına sahip kişiler ise, sorunu çözmek için aktif girişimlerde bulunurlar ancak bu girişimler oldukça kısıtlı, dürtüsel, dikkatsiz, aceleci veya eksiktir.

İnsanlar yaşamları boyunca karşılaştıkları problemleri çözmek için çeşitli yöntemler kullanırlar. Ancak bazı durumlarda her zamanki sorun çözme yönelimleri yetersiz kalabilmektedir. Sorun çözme becerilerindeki yetersizlik bireylerin hayatını intihar, depresyon, kaygı, saldırganlık gibi birçok yönde olumsuz etkileyebilmektedir. Alkol ve/veya madde kullanımı da bu olumsuz etkilerden biridir ve sorun çözme becerilerini giderek daha sağlıksız hale getirebilmektedir. Bağımlı bireylerin sorun çözme

Tablo 1. Sosyodemografik özellikler ve Alkol- Madde Kullanımı Bilgi Formu

Değişkenler	Gruplar		p
	Bırakmış (n:76) %	Kullanan (n:55) %	
Cinsiyet			
Erkek	73,7	61,8	0,210
Kadın	26,3	38,2	
Medeni hal			<0,001
Bekar	25,0	61,8	
Evli	53,9	16,4	
Boşanmış	21,1	21,8	
Çocuk Sahibi			
Var	68,4	23,6	<0,001
Yok	31,6	76,4	
Ailesinde bağımlılık öyküsü			
Var	64,5	32,7	<0,001
Yok	35,5	67,3	
Eğitim			
İlköğretim	21,1	20	0,253
Lise	35,5	49,1	
Üniversite	43,4	30,9	
Kiminle Yaşadığı			
Yalnız	27,6	57,4	<0,001
Anne/Baba	14,5	29,6	
Eş/Çocuklar	57,9	13,0	
Anne-baba durumu			
Birlikte	29,3	38,2	0,482
Ayrı	22,7	23,6	
İkisini/birini kaybettim	48,0	38,2	
İntihar Düşüncesi			
Yok	36,8	18,2	<0,001
Var	63,2	81,8	
İntihar Girişimi			
Yok	58,7	20,0	<0,001
Var	41,3	80,0	
	Değişkenler	Gruplar	
	Değişkenler	Bırakmış (n:76) %	Kullanan (n:55) %
Maddi Durum			
Düşük	7,9	18,2	
Orta	88,2	80,0	
Yüksek	3,9	0,0	
Meslek			
Çalışmıyor	30,3	34,5	
Öğrenci	2,6	16,4	
Memur	15,8	0,0	
İşçi	14,5	21,8	
Serbest	36,8	27,3	
Madde Kullanım Süresi			
1 yıl/daha az	3,9	5,5	
1-3 yıl	0	5,5	
3-5 yıl	7,9	12,7	
5-10 yıl	5,3	16,4	
10 yıl ve daha fazla	82,9	60,0	
Temizlik Süresi			
1 ay	6,6		
1-3 ay	2,6		
6-12 ay	3,9		
1-3 yıl	10,5		
3-5 yıl	7,9		
5 yıl ve daha fazla	68,4		
Bırakma İsteği			
Evet		9,1	
Hayır		49,1	
Başarabileceğimi sanmıyorum		41,8	
Yaşam değişikliği			
Evet	%97,4		
Hayır	%2,6		

becerilerinin incelendiği bir çalışmada, madde kullanma davranışının uyuma yönelik olmayan baş etme yollarıyla ilişkili olduğu bildirilmiştir. Bağımlılıkta relapsı önleme ve remisyon sürelerini uzatmayı amaçlayan müdahalelerin temel aldığı ilke, hastaya etkili baş etme yollarının kazandırılmasıdır. Alkol-madde bağımlısı hastaların daha çok kaçınan, değerlendirici ve düşünen problem çözme yaklaşımlarını, daha az sıklıkla da planlı, kendine güvenen ve aceleci yaklaşımları kullandığı belirlenmiştir. Baş etme yolları öğrenilebilir olduğu ve bağımlılık tedavisinin en önemli amaçlarından birinin de yeni baş etme yollarının öğretilmesi olduğunu belirten araştırmalar vardır. Benzer şekilde bazı araştırmalarda stresle baş etme, sorun çözme, öfkeyle baş etme gibi psikososyal beceri kazandırmaya yönelik konuların iyileşme sürecine eklenmesinin tedavinin başarısını daha da arttırabileceği belirtilmiştir. Bu çalışmada madde kullanan bireylerle, iyileşmekte olan bireylerin sosyal sorun çözmede kullandıkları yöntemlerin ayrıntılı biçimde incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Örneklem

Araştırmada Betimsel Yöntem kullanılmıştır. Çalışmaya alkol, esrar, kokain, eroin, extasy, asit, mantar, bonzai ve diğer uçucuları kullanan 55 kişi, iyileşmede olan 76 kişi katılmıştır. Aktif kullanıcı olan grupta yer alan kişiler kendi ifadeleriyle alkol-madde kullanımına devam ettiklerini belirten kişilerdir. İyileşmede olan grupta yer alan kişilerin çoğu Adsız Alkolikler ve Adsız Narkotikler konvansiyon toplantısından gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılmıştır. Katılımcıların herhangi bir bağımlılık tanısı almış olup olmadıklarına ya da tedavi görüp görmediklerine bakılmaksızın kendi bildirimleriyle alkol-madde kullanıyor olduklarını ya da bırakmış olduklarını belirtmeleri yeterli görülmüştür ve herhangi bir hastaneden destek alınmamıştır. Katılımcıların hepsine araştırmanın amacı ile bilgi verilip yazılı onam alınmıştır. Çalışma Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır.

Ölçüm Araçları

Sosyodemografik Veri Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni durum, madde kullanımı ve bırakma bilgilerinin içeren form, araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri: D'Zurilla ve Maydeu-Olivares tarafından 1995 ve 1996 yıllarında oluşturulan ve D'Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares tarafından 2002'de son revizyonu yapılan sosyal sorun çözme envanteri (SSÇE-G), 5 basamaklı Likert tipi 52 maddeden oluşmaktadır. Envanterde, sosyal sorun çözme sürecinin farklı yönlerini değerlendiren beş alt ölçek bulunmaktadır:

1. Olumlu sorun yönelimi (OSY)
2. Negatif sorun yönelimi (NSY)
3. Akılcı sorun çözme tarzı (ASÇT)
4. Dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzı (DDSÇT)
5. Kaçınan sorun çözme tarzı (KSÇT)

Yirmi beş maddelik SSÇE-G'nin kısa formu (SSÇE-G-K) ise söz konusu alt ölçeklerin her birinin beş maddeye indirilmesi ile oluşturulmuştur. SSÇE-G'nin uzun formu için ölçek puanları 0 ile madde sayısının 4 katı arasında değişmekteyken, kısa formu için 0 ile 20 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar daha iyi problem çözme yeteneğine işaret etmektedir. D'Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares özgün SSÇE-G'nin, sosyal sorun çözme yapısını ölçmede yüksek düzeyde uygun olduğu ve yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu gösterilmiştir. Bu araştırmada ölçeğin kısa formu kullanılmıştır. Hem kısa hem uzun formunun Türkçe uyarlaması Eskin ve Aycan

(2008) tarafından yapılan ölçeğin, iç tutarlık katsayıları ,62 ile ,92 arasında, test-tekrar test güvenilirlik katsayıları ise ,60 ile ,84 arasında değiştiği bulunmuştur. Uzun ve kısa SSÇE-G ölçek puanları birbirleri ile istatistiksel ve kuramsal olarak anlamlı yönde bağıntı göstermektedir. SSÇE-G ölçekleri ve Problem Çözme Envanteri'nin (PÇE) boyutları arasındaki bağıntı katsayılarını hesaplandığında, hem uzun hem de kısa SSÇE-G ölçekleri PÇE puanlarıyla anlamlı düzeyde ve beklenen yönde bağıntı katsayısına sahip olduğu bulunmuştur.

İstatistiksel Analiz

Araştırmanın istatistiksel analizleri SPSS 18.0 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Nicel değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile incelendi. Normal dağılan nicel değişkenlerin bağımsız iki grup arasındaki karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi kullanıldı ve tanımlayıcı istatistikler aritmetik ortalama±standart sapma şeklinde gösterildi. Normal dağılıma uygun olmayan nicel değişkenlerin bağımsız iki grup arasındaki karşılaştırılmasında Mann Whitney U testi kullanıldı ve tanımlayıcı istatistikler medyan (25-75 persantil) şeklinde gösterildi. Skor verilerin ilişki analizinde Spearman Korelasyon analizi kullanıldı. Kategorik değişkenlerin gruplar arası karşılaştırılması Ki-kare analizi ile gerçekleştirildi ve tanımlayıcı istatistikler frekans (%) şeklinde verildi. P<0,05 olduğu durumlarda istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

SONUÇ

Çalışmaya katılan ve maddeyi bırakan grupta yer alan kişilerin %97,4'ü daha önce alkol kullanımının olduğunu, %2,6'sı daha önce alkol kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Hala maddeyi kullanan grupta yer alan kişilerin ise %94,5'i alkol kullandıklarını, %5,5'i alkol kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bırakan grupta yer alan kişilerin %64,5'i daha önce esrar kullanımının olduğunu, %35,5'i ise daha önce esrar kullanımının olmadığını belirtmişlerdir. Kullanan grupta yer alan kişilerin %92,7'si esrar kullandıklarını, %7,3'ü esrar kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bırakan grupta yer alan kişilerin %21,1'i daha önce kokain kullanımının olduğunu, %78,9'u daha önce kokain kullanımının olmadığını ifade etmiştir. Kullanan grupta yer alan kişilerin %52,7'si kokain kullandıklarını, %47,3'ü kokain kullanmadıklarını belirtmiştir. Bırakan gruptaki kişilerin %7,9'u daha önce eroin kullandıklarını, %92,1'i daha önce eroin kullanmadıklarını belirtmiştir. Kullanan gruptaki kişilerin ise %38,2'si eroin kullandıklarını, %61,8'i eroin kullanmadıklarını belirtmiştir. Bırakan grupta yer alan kişilerin %22,4'ü daha önce extasy kullandıklarını, %77,6'sı daha önce extasy kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Kullanan gruptaki kişilerin %54,5'i extasy kullandıklarını, %45,5'i extasy kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bırakan grupta yer alan kişilerin %2,6'sı daha önce asit kullandıklarını, %97,4'ü daha önce asit kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Kullanan grupta yer alan kişilerin ise %30,9'u asit kullandıklarını, %69,1'i asit kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bırakan grupta yer alan kişilerin %3,9'u daha önce mantar kullandıklarını, %96,1'i daha önce mantar kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Kullanan grupta yer alan kişilerden %30,9'u mantar kullandıkları, %69,1'i mantar kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Bırakmış olan gruptaki kişilerin %17,1'i bonzai, uçucular ve diğer bağımlılık yapıcı maddeleri kullandıklarını, %82,9'u kullanmadıklarını belirtmiştir. Kullanan gruptaki kişilerin ise %29,1'i bonzai uçucular ve diğer bağımlılık yapıcı maddeleri kullandıklarını, %70,9'u kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Maddeyi bırakmış ve hala aktif olarak kullanan gruplar incelendiğinde; maddeyi

birakmak ya da hala kullanıyor olmak cinsiyete bağımlı değildir ($p=0,210$). İki grup arasında medeni hal bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Bırakmış olan grupta evli olanların yüzdesinin en fazla, kullanan grupta ise bekar olanların yüzdesinin en fazla olduğu görülmektedir. İki grup arasında çocuk sahibi olup olunmaması bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Bırakan grupta çocuk sahibi olanların yüzdesinin kullanan gruba oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. İki grup arasında ailesinde bağımlılık öyküsü olup olmaması bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Maddeyi bırakan kişilerin ailesinde bağımlılık geçmişi bulunanların oranı, kullanan kişilere göre daha yüksektir. Maddeyi bırakan kişilerin eğitim düzeyleri incelendiğinde; maddeyi bırakmak ya da hala kullanıyor olmak hastaların eğitim düzeylerine bağımlı değildir ($p=0,253$). İki grup arasında birlikte yaşanan kişi bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Bırakan gruptaki eşi/çocuklarıyla yaşayan kişilerin oranının, kullanan gruptaki eşi/çocuklarıyla yaşayan kişilerinin oranına göre daha yüksek olduğu, kullanan gruptaki yalnız yaşayan kişilerin oranının ise daha yüksek olduğu görülmüştür. Bırakan ve kullanan gruptaki, intihar düşüncesi incelendiğinde; iki grup arasında intihar düşüncesi olup olmaması bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Her iki grupta da intihar düşüncesi olanların oranının, intihar düşüncesi olmayanlara göre daha yüksek olduğu, kullanan gruptaki intihar düşüncesi oranının ise bırakmış gruba göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bırakan ve kullanan gruptaki, intihar girişimi incelendiğinde; iki grup arasında intihar girişimi olup olmaması bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Kullanan gruptaki intihar girişimi oranının, bırakmış gruba göre daha yüksek olduğu, bırakmış grupta ise intihar girişimi olanların oranının olmayanlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Bırakmış kişilerin yaş ortalaması $48,3\pm 11,7$ yıl; kullanan kişilerin yaş ortalaması ise $35,8\pm 13,5$ yıl olduğu tespit edilmiştir. İki grup arasında yaş bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p<0,001$). Madde kullanımını bırakmış kişilerin yaş ortalaması kullanan kişilerden daha yüksektir. Araştırmaya katılan örneklemde maddeyi bırakan kişilerin oluşturduğu grubun %30,3 oranında çalışmıyor olduğu, %2,6'sının öğrenci olduğu, %15,8 oranında memur olduğu, %14,5 oranında işçi olduğu, %36,8 oranında serbest meslek sahibi olduğu görülmektedir. Maddeyi kullanan grupta ise %34,5 oranında çalışmayan, %16,4 oranında öğrenci, %21,8 oranında işçi ve %27,3 oranında serbest meslek sahibi olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan maddeyi bırakmış ve kullanan gruptaki kişilerin madde kullanım süreleri incelendiğinde; yüksek oranda 10 yıl ve üzerinde madde kullanımının oldukları görülmektedir. Maddeyi bırakan kişilerin oluşturduğu grupta, maddeyi bırakma süreleri incelendiğinde; yüksek oranda 5 yıl ve daha fazla temizlik süresi olduğu görülmektedir. Maddeyi kullanan kişilerin oluşturduğu gruptaki bırakma isteği incelendiğinde; yüksek oranda bırakma isteğinin olmadığı, yine yüksek oranda bırakma isteği olduğu ancak başarabileceklerini düşünmedikleri görülmektedir. Maddeyi bırakma isteğinin ise düşük oranda olduğu göze çarpmaktadır. Bırakan gruptaki kişilerin ise %97,4 oranında yaşamlarının önemli ölçüde değiştiği, %2,6 oranında ise yaşamlarının önemli ölçüde değişmediği kaydedilmiştir.

Çalışmaya katılan maddeyi bırakmış ve aktif olarak kullanan grupların sorun çözme yönelimleri incelendiğinde; olumlu sorun çözme yöneliminin maddeyi bırakmış olan gruptaki puan değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,001$). Olumsuz sorun çözme yöneliminin puan değerlerinin madde kullanmaya de-

Tablo 2: Maddeyi bırakmış olan ve kullanan grupların sorun çözme yönelimleri açısından değerlendirilmesi

Sorun Çözme Yönelimi	Gruplar		
	Bırakmış	Kullanan	p
Olumlu sorun yönelimi	12 (10-16)	8 (5-11)	<0,001
Negatif sorun yönelimi	6,5 (4-10)	14 (7-16)	<0,001
Akılcı sorun çözme tarzı	11 (8-14)	7 (4-11)	<0,001
Dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzı	6 (3,25-10)	13 (7-18)	<0,001
Kaçıngan sorun çözme tarzı	5 (3-8,75)	11,38 (6-17)	<0,001
Toplam sorun çözme puanı	12,5 (10,45-14,9)	7,4 (4,6-12)	<0,001

vam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Akılcı sorun çözme tarzının puan değerlerinin bırakmış olan grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Dürtüsel-dikkatsiz sorun çözme tarzının puan değerlerinin madde kullanımına devam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Kaçıngan sorun çözme tarzının puan değerlerinin madde kullanımına devam eden grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Toplam sorun çözme puanının bırakmış olan grupta daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$).

TARTIŞMA

Çalışmaya katılan her iki grupta da kullanılan maddelerden birinci sırada alkol yer almaktadır. Bu durum konu ile ilgili yapılmış diğer araştırmalarla da benzer nitelikler taşımaktadır. Çalışmamızda maddeyi bırakmış olan grupta evli olanların ve çocuk sahibi olanların yüzdesinin en fazla, kullanan grupta ise bekar olanların ve çocuk sahibi olmayanların yüzdesinin en fazla olduğu görülmektedir. Bu durum bırakmış olan kişilerin düzenli bir aile hayatını daha fazla tercih ettiklerini, düzenli aile hayatının koruyucu olduğunu ve sorumluluk almaktan daha az kaçındıklarını düşündürülebilir. Bu bulguyu destekler mahiyette daha önce yapılmış bir araştırmada alkol ve madde tüketiminin boşanmış ya da ayrı yaşayan, işsiz, sorunları olan bireylerde daha sık olduğu bildirilmiştir. Bırakan gruptaki eşi/çocuklarıyla yaşayan kişilerin oranının daha yüksek olduğu, kullanan gruptaki yalnız yaşayan kişilerin oranının ise daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine bu durum düzenli aile hayatının maddeyi bırakmadaki rolünün önemini ve kullanan kişilerin daha çok yalnız yaşadıklarını, sosyal ortamlardan daha izole bir hayat seçebildiklerini bunun sonucu olarak daha fazla yalnızlık duygularıyla baş etmek zorunda kalabileceklerini ya da madde kullanımının sonucu olarak yaşadıkları hayatın bu tip durumlara sebebiyet verebileceğini gösterebilir. Yine bu konuyla ilişkili diğer araştırmalarda da alkol ve madde bağımlılarının

%71'inin yalnızlık duygusu yaşadığı bulunmuştur.¹⁶ Bu bulgular da bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Maddeyi bırakan kişilerin oluşturduğu gruptakilerin evli olma, çocuk sahibi olma ve eşi ve çocuklarıyla birlikte yaşama oranlarının kullanan gruptakilere oranla daha yüksek oluşu maddeyi bırakan kişilerin yaşamlarının daha düzene girmiş olduğu, aile hayatı kurma ve sürdürmedeki güçlüklerinin azalmış olduğu, yaşamdaki sosyal desteklerinin artmış olduğundan söz edilebilir. Nitekim araştırmamızda bununla uyumlu olarak bırakan kişilerin yaşamlarındaki olumlu değişiklikler sorgulandığında grubun %97,4'ü yaşamlarında olumlu yönde büyük ölçüde değiştiklerini bildirmişlerdir. Bu bilgiler ışığında maddeyi bıraktıktan sonraki süreçte kişilerin bir takım sorunları çözmede daha fazla başarı sağladığı düşünülebilir.

Maddeyi bırakan kişilerin eğitim düzeyleri incelendiğinde; maddeyi bırakmak ya da hala kullanıyor olmak hastaların eğitim

düzeylerine bağımlı değildir. Bu sonuç yapılan diğer araştırmalarla da benzer nitelikler taşımaktadır. Bu durum eğitim düzeyi ne olursa olsun bireylerin madde kullanabildiklerini göstermektedir.

Her iki grupta da intihar düşüncesi olanların oranının yüksek olduğu, kullanan gruptaki intihar düşüncesi oranının ise daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum madde kullanımının intihar düşüncesine yol açabileceğini gösteren bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Madde kullanımı bırakıldıktan sonra ise; intihar düşüncesinde azalma olabileceği şeklinde yorum yapılabilir. Kullanan gruptaki intihar girişimi oranının ise daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum da benzer şekilde madde kullanımının intihar girişimi açısından bir risk faktörü olabileceğinin göstergesi niteliğindedir.

Madde kullanan ve kullanmayan kişilerin madde ile ilgili görüşleri arasındaki farklılıkların araştırıldığı bir araştırmada; madde ve kullanımına yönelik bilgiyi ve bilinci değerlendiren bu konuda hala yeterli bilgi sahibi olunmadığı ve madde kullanan bireylerin kendilerine aşırı ve yalancı bir güven hissi besledikleri izlenimine varılmıştır. Bizim araştırmamızda da alkol ve madde kullanımına devam eden kişilerin maddeyi bırakma isteklerine bakıldığında madde kullanımına devam eden birçok kişi maddeyi bırakmak istemediklerini belirtmişlerdir. Bu durum bu kişilerin de madde kullanımına yönelik yeterli bilgilerinin olmadığını, bağımlılığı kabul etmediklerini ya da madde kullanımına yönelik kendilerine aşırı ve yalancı bir güven hissi beslediklerini, içgörü geliştiremediklerini düşündürebilir. Araştırmamızda kullanan kişilerin yine yüksek oranda bırakma isteği olduğu ancak başarabileceklerini düşünmedikleri görülmektedir. Bu durum bu kişilerin de yardım ve desteğe ihtiyaçlarının olabileceğini gösterebilir. Akın'ın bir çalışmasında da¹⁵ madde kullananların yardımı ihtiyaç duydukları ifade edilmiştir.

Alkol-madde kullanan kişilerin sorun çözme becerilerinin incelendiği bir çok¹⁷ çalışmada, bu kişilerin sorun çözme becerilerinde yetersiz kaldığı, madde kullanma davranışının uyuma yönelik olmayan baş etme yollarıyla ilişkili olduğu, baş etme yollarının relapsı önleme ve remisyon süresini uzatmada etkili olduğu, alkol-madde bağımlısı hastaların daha çok kaçınan, değerlendirici ve düşünen problem çözme yaklaşımlarını, daha az sıklıkla da planlı¹⁹ kendine güvenen ve aceleci yaklaşımları kullandığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra baş etme yolları öğrenilebilir ve bağımlılık tedavisinin en önemli amaçlarından birinin de yeni baş etme yollarının öğretilmesi olduğu vurgulanmıştır. Stresle baş etme, problem çözme, öfkeyle baş etme gibi psikososyal beceri kazandırmaya yönelik konuların eğitim programına eklenmesi tedavinin başarısını daha da arttırabileceği belirtilmiştir. Bizim çalışmamızda da kullanan grubun olumsuz yönelimli, dürtüsel ve kaçınan tarzda olduğu, iyileşme grubunun ise olumlu yönelimli, akılcı tarzda sorun çözme becerilerinin olduğu görülmektedir. İyileşme grubunun da daha önceden alkol-madde kullandığı dikkate alındığında kullandıkları dönem ve iyileşme dönemleri arasında sorun çözme becerilerinin farklılaşmış olabileceği düşünülebilir. Bu durum kişilerin alkol-maddeyi bıraktıktan sonra sorun çözme becerilerinin olumlu yönde gelişebileceğini gösterebilir. Ancak bu çalışmanın kesitsel bir çalışma olması ve diğer olası faktörlerin de göz önünde bulundurulması nedeniyle bu açıdan yapılabilecek yorumlar sınırlıdır. Alkol-maddeyi bırakan kişilerin tedavi sürecinde, sosyal hayatta karşılaşılan olası problemlerle sağlıklı başa

çıkma becerilerinin geliştirilmesinin relaps ve nüksü önlemede ne kadar önemli olduğu düşünüldüğünde; bırakan kişilerin bu açıdan desteklenmesinin tedavilerine katkı sağlayacağı düşünülebilir. Aynı şekilde hala aktif olarak kullanan bireylere bu açıdan verilecek eğitim ve desteklere ihtiyaç olabilir. Bu çalışmanın, bu alandaki gelecek çalışmalar için yol gösterici olması beklenmektedir.

KAYNAKLAR

1. Eskin M, Aycan Z. Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri'nin Türkçe'ye (TrSSÇE-G) uyarlanması güvenilirlik ve geçerlik analizi. *Türk Psikoloji Yazıları* 2008; 12:1-10.
2. Köknel Ö. Alkol ve Madde Bağımlılığı. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, Akdeniz Yayıncılık A.Ş., 1998.
3. Burke AC, Clapp JD. Ideology and social work practice in substance abuse settings. *Social Work* 1997; 42(6):552-562.
4. D'Zurilla TJ, Goldfried MR. Problem solving and behavior modification. *J Abnorm Psychol* 1971; 71(1):107-126.
5. D'Zurilla TJ, Nezu AM, Freeman A, Felgoise SH, Nezu CM, Nezu AM, Reinecke MA (Eds.). Problem-solving therapy-general, Encyclopedia of cognitive behavior therapy. New York: Springer Science+Business Media. 2005.
6. D'Zurilla TJ, Nezu AM, Maydeu-Olivares A, Chang EC, D'Zurilla TJ, Sanna LJ. (Eds.). Social problem solving: theory and assessment. Social problem solving: theory, research and training. Washington DC: American Psychological Association. 2004.
7. Eskin M. Sorun çözme terapisi. Ankara: HYB Basım Yayın. 2009; p.105-138.
8. Eskin M, Akoğlu A, Uygur B. Ayaktan tedavi edilen psikiyatri hastalarında travmatik yaşam olayları ve sorun çözme becerileri: intihar davranışı ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2009; 17:266-275.
9. Franken IHA, Hendriks V, Haffmans Meer CW. Coping style of substance abuse patients: Effect of anxiety and mood disorders on coping change. *J Clin Psychol* 2001;57(3):299-306.
10. Marlatt GA. Taxonomy of high risk situations for alcohol relapse: evolution and development of a cognitive-behavioral model. *Addiction* 91, 1991; (suppl): 37-49.
11. Platt JJ, Husband SD. An overview of problem-solving and social skills approaches in substance abuse treatment. *Psychotherapy* 1993; 30(2): 276-283.
12. Ögel K. Madde bağımlılarına yaklaşım ve tedavi. *Bağımlılık Dergisi* 2003; 4:1:41.9.
13. Eskin M, Aycan Z. Gözden Geçirilmiş Sosyal Sorun Çözme Envanteri'nin Türkçe'ye (TrSSÇE-G) uyarlanması güvenilirlik ve geçerlik analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 2008;12:1-10.
14. Ögel K, Çorapçıoğlu A, Sır A, Tamar M, Tot Ş, Doğan O ve ark. Dokuz ilde ilk ve Ortaöğretim Öğrencilerinde Tütün, Alkol ve Madde Kullanım Yaygınlığı. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2004; 15(2):112-118.
15. Ebrinci S, Başoğlu C, Çetin M, Karaduman F, Çobanoğlu N, Maden B. Bir Grup Genç Yetişkin Erkeklerde Uyuşturucu Madde Kullanımına Yönelik Görüşler. *Bağımlılık Dergisi* 2002; 3(3): 137-145.
16. Yıldırım B, Engin E, Yıldırım S. Alkol ve Madde Bağımlılarında Yalnızlık ve Etki Eden Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2011; 2(1):25-30.
17. Jacob T, Krahn GL. Marital interactions of alcoholic couples, comparison with depressed and nondistressed couples. *J Cons Clin Psychol* 1987; 79-89.
18. Türkcan A, Çoşkun B, İlem E, Çakmak D. Alkol bağımlılarında bir tedavi programının 3 aylık izlem sonuçları. *Bağımlılık Dergisi* 2001; 2(1):30-33.
19. Schmitz L, Oswald LM, Damin P, Mattis P. Situational analysis of coping in substance-abusing patients. *J Subst Abuse* 1995; 7(2):189-204.