

DEPRESYON, ANKSİYETE VE PSİKOLOJİK ACI ÜÇGENİNDE PSİKOLOJİK KATILIĞIN YERİ

Veysel Güleç¹, Ahmet Üzer¹, Haşim Şamil Kısa¹

¹Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Giriş: Psikolojik acı, depresyon ve anksiyete ile yakından ilişkili, intihar davranışlarında önemli rol oynayan öznel bir deneyimdir. Kabul ve Kararlılık Terapisi kuramında yer alan psikolojik katılık ise, çeşitli psikopatolojilerde transdiagnostik bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmanın amacı, psikolojik acı ile psikolojik katılık, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkileri incelemektir.

Yöntemler: Araştırma, Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu onayıyla yürütülmüştür (Karar No: 2022/11). Çalışmaya, herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan 380 gönüllü (ortalama yaş = 33,5 ± 11,9) katılmıştır. Katılımcılar, Mee-Bunney Psikolojik Acı Değerlendirme Ölçeği, Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADÖ) ve Kabul ve Eylem Formu-II'yi (KEF-II) doldurmuştur. Elde edilen veriler, psikolojik acıyı yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Sonuçlar: Yapılan regresyon analizi sonucunda, psikolojik katılık ($\beta = 0,36$; $p < 0,001$) ve anksiyete ($\beta = 0,35$; $p < 0,001$) psikolojik acının anlamlı yordayıcıları olarak belirlenmiştir. Depresyon ise,

modele bağımsız bir değişken olarak istatistiksel açıdan anlamlı bir katkı sunmadığı için analize dahil edilmemiştir. Model, birinci aşamada yalnızca psikolojik katılık ile psikolojik acıdaki varyansın %34'ünü açıklarken; ikinci aşamada anksiyetenin eklenmesiyle açıklanan toplam varyans oranı %40'a yükselmiştir.

Tartışma ve Sonuç: Bu çalışmanın en dikkat çekici bulgusu, transdiagnostik bir değişken olan psikolojik katılığın, psikolojik acının anlamlı bir yordayıcısı olarak ortaya çıkmasıdır. Bu sonuç, bireyin acı veren içsel deneyimleriyle işlevsiz bir biçimde başa çıkması ve bu nedenle kişisel değerlerinden uzaklaşması biçiminde tanımlanan psikolojik katılık süreçlerinin, psikolojik acının oluşumuna katkıda bulunduğuna yönelik kuramsal yaklaşımları ampirik olarak desteklemektedir. Sonuç: Klinik uygulamalarda, yalnızca semptomlara değil, aynı zamanda psikolojik katılık gibi altta yatan süreçlere de odaklanmak, daha etkili müdahaleler geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik acı, psikolojik katılık, depresyon, anksiyete