

## Psikolojiye Giriş

İşler Kötüye Gittiğinde Olanlar: Zihinsel  
Bozukluklar 2. Kısım

Ders 19



## Zihinsel Bozukluklar

2. Kısım



## Süreçle ilgili duyurular



- Okuma raporları tamamlandı
- Yazılı ödevler tamamlandı
- 7 Mayıs'a kadar deneylere katılın
- Gelecek pazartesi sınav



## Final Sınavı



• Önceden işlenen konular	30
• Bilişsel sinir (Chun'un dersi)	5
• Bireysel farklılıklar	8
• Seks	7
• Yemek (Brownell'in dersi)	5
• Ahlak	7
• Benlik ve diğerleri	9
• Uyku, Gülme	5
• Klinik	14
• Mutluluk	6



## Tekrar dersleri



- Perşembe 6'dan 8'e (Dunham220)
- Cuma 4'ten 6'ya (Dunham 220)

## Zihinsel bozukluk kavramı



- Şeytani özelliklere sahip olma (hayır)
- Sosyal sapkınlık (bazen)
- Hastalık (günümüz bakış açısı)

## Şimdiye kadar işlediğimiz zihinsel bozukluklar



- Afazi
- Yüz körlüğü
- Bulimia
- Fetiş
- Amnezi
- Otizm

## Bazı zihinsel bozukluklar



- Ruh hali bozuklukları
- 
- Şizofreni
- Kaygı bozuklukları
- Çözölmeli bozukluklar
- Kişilik bozuklukları

## Şizofreni

## Şizofreni nedir?

- Dünya nüfusunun %1inde şizofreni görülmektedir
- Akıl hastanesinde tedavi görmenin en sık karşılaşılan nedenidir
- Yunanca “ayrık” ve “zihin” sözcüklerinin biraraya gelmesiyle oluşmuş bir sözcüktür
  - Ayrık gerçeklikle bağlantının komuş olması anlamna gelmektedir
  - Ayrık kişilik demek değildir
- Cinsiyetler arasında eşit oranlarda görülür ancak erkeklerde daha erkek yaşlarda görülür
  - Erkekler için 18-25 yaş
  - Kadınlar için 26-45 yaş

## Şizofreni Semptomları (5 semptomdan en az 2si görülmelidir)

- Pozitif semptomlar
  - Halüsinasyonlar
  - Sanrılar
  - Düzensiz konuşma (laf salatası örneğin)
  - Düzensiz hareketler
- Negatif semptomlar
  - Normal düşünce ya da duygulanımların olmaması

## Şizofrenin Alt türleri

- **Paranoid Şizofreni**
  - Takip edilme sanrıları
    - Diğer insanların onları gözlediğine ya da onlara komplo kurduğuna inanma
  - Muhteşemlik/ Görkemlilik sanrıları
    - Diğer insanların kendilerinden daha aşağı, kendilerine bağlı olduklarına ve onları kıskandıklarına inanma
- **Katatonik Şizofreni – çevrelerine karşı tepkisiz, diğer insanların söylediklerini tekrar ederek konuşma, amaçsız hareket etme**
- **Dağınık Şizofreni**
  - Anlamsız halüsinasyonlar ve sanrılar
  - Düzensiz konuşma ve davranışlar, duygusal sığılaşma

## Temel psikolojik bozukluk?



- Düşünce ve algıları sıralayıp düzenleyememe
- Diğer insanlarla iletişimin kopmasıyla başka sorunlar da doğar

## Genetik ve Şizofreni



- Genetik benzerlikle birlikte şizofreni riski artar

## Olası çevresel tetikleyiciler



- **Erken**
  - Zor doğum (oksijen yoksunluğu)
  - Doğum öncesi viral enfeksiyon
- **Geç**
  - Strese neden olan koşullar
  - Zorlu aile ortamı

## Dopamin Teorisi



### Şizofreni fazla miktarda dopaminden kaynaklanmaktadır

- Dopamin düzeyini düşüren ilaçlar semptomların da azalmasını sağlar
- Dopamin miktarını arttıran ilaçlar şizofren olmayan kişilerde bile semptomların belirmesine neden olur

Ancak:

- Negatif semptomların açıklaması?
- Beyin yapısındaki farklılıklar?
  - Genişleyen beyin ventrikülleri ve ventrikül çevresindeki sinir dokularında azalma
  - PET taramaları frontal lobdaki aktivasyonun azaldığını göstermektedir

# Şizofrenide Kültürel Farklılıklar



- Şizofreni semptomlarının yaygınlığı hangi kültür olduğundan bağımsız olarak benzerdir
- Az sanayileşmiş ülkelerdeki düzelme oranları sanayileşmiş ülkelerekinden daha iyidir.
  - Şizofreni hastalarının aileleri daha az eleştirel olma eğilimindedir
  - Tam iyileşmeye zarar verebilecek antipsikotik ilaçların daha az kullanımı
  - Şizofreninin kronik ve kalıcı bir rahatsızlık olmaktan çok geçici olduğunun düşünülmesi



# Kayı Bozuklukları

# Kayı Bozuklukları



- Rahatsız edici, kalıcı kaygı ya da kaygıyı gidermek için sergilenen uyumsuz davranışlar birincil rahatsızlıktır
- Kaygı – yaygın, garip korku ve endişe hissi
  - Herkes kaygılanır
  - Mantıksız, kontrol edilemez ve kişinin işlerini aksatmasına neden olduğunda bir problem olarak algılanır.

# Genellenmiş Kaygı Bozukluğu (GKB)

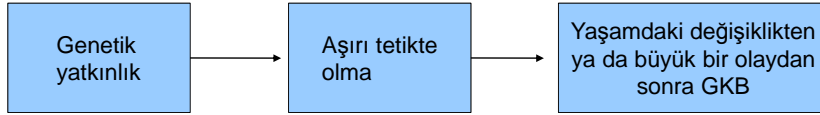


- İnsanların yaklaşık %5'i yaşamlarının bir döneminde genellenmiş kaygı bozukluğu yaşamıştır
- Birçok şey hakkında az ya da çok, sürekli kaygı
- Bu kaygı kişinin işlevselliğini ciddi şekilde etkiler
- Fiziksel semptomlar
  - Baş ağrıları
  - Mide ağrıları
  - Kas gerginliği
  - Asabiyet

## GKB'nin Gelişimi Modeli



- GKB'nin bazı genetik bileşenleri vardır.
- Genetik olarak majör depresyon ile bağlantılıdır
- Çocukluk travmaları da GKB'yle ilişkilidir.



## Fobiler



- Nesnelere
- Durum ya da olaylara
- Sosyal ortamlara

İlişkin yoğun ve yersiz korkulardır.

## Fobilerin Gelişimi



- Klasik koşullama modeli
  - Örneğin: Köpek = Koşullu uyarıcı  
İsırılma = Koşulsuz uyarıcı
  - Sorunlar:
    - Genellikle travmatik deneyime ilişkin anı yok
    - Travmatik deneyim fobiyi yaratmıyor olabilir
- Hazır olma teorisi

## Obsesif-Kompulsif Bozukluk



- Obsesyonlar – bilinçliliğinize müdahale eden mantıksız, rahatsız edici düşünceler
- Kompulsyonlar– obsesyonları dindirmek için yapılan tekrarlı davranışlar
- Kontrol etme ve yıkama görülen en sık kompulsyonlardır
- Basal gangliyanın alt kısmında artan sinirsel faaliyet

## Çözülmeli Rahatsızlıklar

## Çözülmeli Rahatsızlıklar

- **Çözülme nedir?**
  - Hafızanın çözülmesi anlamına gelir
  - Kişiler kimliklerinin ya da geçmişlerinin bir parçasından habersiz hale gelir
  - Bazı özel durumlar dışında (hipnoz gibi) bu parçalar hatırlanamaz
  - Bir dereceye kadar çözülme normaldir
- **Üç tür çözülme tanımlanmıştır**
  - Çözülmeli bellek kaybı
  - Çözülmeli yeni kimlik oluşturma
  - Çözülmeli kimlik bozukluğu

## Çözülmeli Rahatsızlıklar

Marian ve erkek kardeşi yakın zamanlarda bir soygunun kurbanı oldular. Marian yaralanmadı ancak erkek kardeşi soygunculara direnirken öldürüldü. Marian kazadan dört gün sonrasına kadar hiçbir detayı hatırlayamadı.

## Çözülmeli Bellek Kaybı

- Psikolojik kökenli bellek kaybı olarak da bilinir.
- Hafıza kaybı tek semptomdur.
- Genellikle travmatik bir olayla ilgili seçici bir bellek kaybı yaşanır
  - Kişi kim olduğunu ve geçmişinin çoğunu bilmektedir
- Genel de olabilir
  - Kimliğin yeni bir kimlikle değiştirilmeden unutulması
- Çözülmeli kimlik bozukluğunun tersidir

## Çözülmeli Yeni Kimlik Oluşturma



- New York'ta lisede fizik öğretmenliği yapan Jay, karısı onu başka bir adam için terk ettikten 3 gün sonra aniden ortadan kayboldu. 6 ay sonra, Miami Sahillerinde barmenlik yaparken bulundu. Adının Martin olduğunu, geçmişine dair bir anısının olmadığını söylemekle birlikte daha önce hiç evlenmediği konusunda ısrar etti.

## Çözülmeli Yeni Kimlik Oluşturma



- Psikolojik kökenli kimlik bozukluğu olarak da bilinir.
- Kimlik değiştirilmesiyle birlikte genel bir bellek kaybı söz konudur
  - Evi terk etme
  - Yeni bir kimlik edinme
  - Önceki hayatına dair belirgin anı olmaması
  - “füğ durumu”
- Eğer füğ sona ererse
  - Eski kimlik geri gelir
  - Yeni oluşturulan kimlik tamamen unutulur

## Çözülmeli Yeni Kimlik Oluşturma



- Psikolojik kökenli kimlik bozukluğu olarak da bilinir.
- Kimlik değiştirilmesiyle birlikte genel bir bellek kaybı söz konudur
  - Evi terk etme
  - Yeni bir kimlik edinme
  - Önceki hayatına dair belirgin anı olmaması
  - “füğ durumu”
- Eğer füğ sona ererse
  - Eski kimlik geri gelir
  - Yeni oluşturulan kimlik tamamen unutulur

## Çözülmeli Kimlik Bozukluğu



- Norma'nın hafızasında sık sık boşluklar oluyordu ve belli zaman aralıklarında nerelerde olduğunu bilemiyordu. Bir klinik psikologla görüşmesi sırasında çocukça bir sesle konuşmaya başladı. Adının Donna olduğunu ve yalnızca 6 yaşında olduğunu söylüyordu. Dakikalar sonra, yetişkin sesine geri dönmüş görünüyordu ve çocukça konuştuğunu, adının Donna olduğunu söylediğini hiç hatırlamıyordu.



## Çözülmeli Kimlik Bozukluğu



- Aslında “çoklu kişilik bozukluğu” olarak bilinir.
- Aynı kişi tarafından farklı zamanlarda 2 ya da daha fazla ayrı kişilik gösterilir
- ÇOK nadirdir ve tartışmaya açık bir bozukluktur
- Sybil, Tudy Chase, Chris Sizemore (“Eve”) gibi örnekleri vardır
- Savunma olarak kullanılmıştır
  - Hillside boğazlaması
  - (ikisi de) mahkum edildi

## Çözülmeli Kimlik Bozukluğu



- Tipik olarak 10 yaş öncesinde örüntü başlar (çocukluk)
- Çoğunlukla kadınlarda görülmüştür
- Çoğunlukla işkence ya da cinsel istismara uğradıklarını hatırladıklarını söyler ve travma sonrası stres bozukluğu semptomları gösterirler

## Çözülmeli Bozuklukları Nedenleri?



- Tekrar eden, ağır cinsel ya da fiziksel istismar
- Ancak istismara uğramış çoğu kişi Çözülmeli Kişilik Bozukluğu geliştirmemiştir
- İstismarın çözülmeye olan biyolojik yatkınlıkla bileşimi?
  - Çözülmeli bozuklukları olan insanlar hipnoz edilmeye daha yatkındırlar
  - İstismarla baş edebilmek için bir dizi hipnotik trans kullanımıyla başlamış olabilir

## Çözülmeli Bozukluklar Üzerine Tartışmalar



- Psikiyatristlerin 4'te 1'inden daha azı bu bozukluğun geçerli bir rahatsızlık olduğunu düşünmektedir.
- Bazı istatistikler
  - 1930-60: Amerika Birleşik Devletleri'nde her 10 yılda 2 vaka
  - 1980ler: 20.000 vaka rapor edildi
  - Amerika'da her yerde olduğundan daha fazla
  - Terapitler konusunda farklılıklar – kimileri hiçbir terapistte gitmezken kimileri birçok terapistte gidiyor
- Çözülmeli bozukluklar terapistin telkiniyle hastanın öyle davranmasının bir sonucu mu?
- Ne dereceye kadar çözülmeli bozukluklar normal psikolojinin uç versiyonudur?

## Kişilik Bozuklukları

Katillerin çoğu genel anlamda zihinsel yönden hasta değildir.

## Antisosyal Kişilik Bozukluğu

- “Ahlaki delilik” ya da “Psikopatoloji”
- Genellikle erkekler
- Bencil, duygusuz, seçkisiz cinsel ilişkiler yaşayan, düşünmeden hareket eden
- Sevme, sadakat, suçluluk, kaygı yoksunluğu
- Kolay sıkılan sürekli uyarıcı arayan

## Terapi

## Sosyal bir konu olarak bakım – tedavinin tarihi



- Ciddi anlamda rahatsız olan biriyle ne yapılmalı?
  - Orta Çağ'dan 17. yüzyıla
    - Delilik
    - İşkence, asma, yakma, denize atma
  - 18. yüzyıl
    - Zihnen rahatsız insanlar
    - Toplumdan uzak tutma

## 19. yüzyıl ve reform niteliğindeki girişimler



- Philippe Pinel (1745-1826)
- Paristeki akıl hastanesinde reformlar
- Bazı hastalar hastaneden ayrılacak kadar iyileştiler

## Bir hastanın gözünden hastaneler



- Rosenhan (1973): Deli yerlerde akıllı olma
  - Akılı başında insanlar hasta olarak hastanelere getirildiler
  - “bomboş, içi boş, gümbürtü”
  - Hastane çalışanlarıyla çok az etkileşim
  - Etkileşimlerin kişiliksizleştirici doğası
  - Normal davranışlar patoloji gibi yorumlandı

## Terapi işe yarıyor mu?



## Terapi işe yarıyor mu?



- İnsanlar terapiden sonra kendilerini daha iyi hissettiklerini söylüyorlar.
- Belki de kendilerini zaten daha iyi hissedeceklerdi

## Terapi işe yarıyor mu?



- İnsanlar terapiden sonra kendilerini daha iyi hissettiklerini söylüyorlar.
- Belki de kendilerini zaten daha iyi hissedeceklerdi

## Terapinin etkililiği üzerine genel sonuçlar



- Terapi gören insanlar terapi almayan insanlara göre daha fazla ilerleme gösteriyorlar
- Farklı sorunlar için farklı terapi yöntemleri daha iyi sonuçlar verebilir
  - Depresyon için bilişsel davranışsal terapi
  - İki kutuplu rahatsızlık için ilaçla tedavi
- Bazı terapistler diğerlerinden daha iyi olabilir.

## Terapi etkililiğinde özgül olmayan etkenler



- Özgül olmayan = belirli bir disiplin ile ilişkili olmayan ancak çıktılar üzerinde etkili olan
- Destek
- Umut
  - Terapi sürecine güven/bağlılık hissi
  - Plasebo etkisi = alınan fayda gerçek etkiden değil fayda alınacağı inancından kaynaklanır

# Seçmeli



Bu derste öğrendiğiniz en ilginç şey (kuram, deney, sonuç, vs.) neydi?

Lütfen bu sorunun yanıtını  
paul.bloom@yale.edu adresine gönderin.  
İleti başlığına “Psi Giriş” yazın.