

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.8077816>

Accepted: 19.06.2023

Bağımlılık, Bağlanma ve Öfke Kapsamında Bir Olgu Sunumu

A Case Report On Addiction, Attachment, And Anger

Kamuran Nur GÜL

Yakın Doğu Üniversitesi

psk.kamurangul@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0318-2933>

Özet

Bireyi biyolojik, psikolojik ve sosyal anlamda olumsuz etkileyecek sonuçlara yol açan ve kullanımının kontrol edilmesinde zorluk yaşanan ilaç ya da kimyasal madde kullanma eylemi bağımlılık olarak adlandırılmaktadır. Bağımlılık “Madde Kullanım Bozukluğu” olarak ele alınmakta ve bağımlılığa sebep olabilecek maddelere göre alt sınıflara ayrılmaktadır. Tütün Kullanım Bozukluğu’da bu alt sınıflardan biridir. Literatüre göre Tütün Kullanım Bozukluğu bulunan bireylerin tütünü çökkün duygu durumu, yoğun stres gibi anlarda sıkıntıyı azaltmak amacı ile kullandıkları tespit edilmiştir. Bu bağlamda bağımlılık bir bağlanma bozukluğu olarak tanımlanabilmekteyken, kullanılan madde de bireyin yaşama uyum sağlayabilmek adına bağlanma ile ilgili problemlerini düzene soktuğu bir aracı olarak değerlendirilmektedir. Madde Kullanım Bozukluğu’nun tedavisinde genel olarak psikoterapi ve farmakoterapi kullanılmaktadır. Ancak tedavi yöntemi ne olursa olsun birey, geçmiş yaşantısından bağımsız olarak düşünilemeyecektir. Tüm bunlar bağlamında literatüre ve dolayısı ile klinisyenlere farklı bir bakış açısı sunmak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda çalışmada Tütün Kullanım Bozukluğu’na bağlı yoksunluk semptomları gösteren olgunun şikayetleri ve geçmiş yaşantısı bağlanma kuramı perspektifinden incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, Bağlanma Kuramı, Tütün Kullanım Bozukluğu, Öfke, Bağlanma Stilleri.

Abstract

The act of using a drug or chemical substance, which leads to negative biological, psychological and social consequences for the individual and which use is difficult to control, is called addiction. Addiction is considered as "Substance Use Disorder" and is divided into subclasses according to substances that can cause addiction. Tobacco Use Disorder is one of these subclasses. According to the literature, it has been determined that individuals with Tobacco Use Disorder use tobacco in order to reduce distress in situations such as depressed mood and intense stress. In this context, while addiction can be defined as an attachment disorder, the substance used is also considered as a means by which the individual regulates his/her attachment problems in order to adapt to life. Psychotherapy and pharmacotherapy are generally used in the treatment of Substance Use Disorder. However, regardless of the treatment method, the individual cannot be considered

independently of his/her past life. In the context of all these, it is aimed to present a different perspective to the literature and therefore to clinicians. For this purpose, the complaints and past life of the patient with withdrawal symptoms due to Tobacco Use Disorder were examined from the perspective of attachment theory.

Keywords: Addiction, Attachment Theory, Tobacco Use Disorder, Anger, Attachment Styles.

SUMMARY

Addiction is the repetitive act of using drugs or chemicals, despite having negative consequences in life, where it is difficult to control the use (Demir, 2019). The emotional bond that a person establishes with another individual that he/she deems important for himself/herself in order to maintain psychological resilience is called attachment (Arslan, 2015). On the other hand, anger is the emotional state that emerges as a result of not meeting something that an individual needs or having reasons that prevent the realization of his/her desires (Şahin, 2005). In line with the individual's aim of adapting to the world, addictive substances are seen as a means of regulating the negative emotional state that emerges as a result of the problems experienced in the attachment process. Thus, addiction is also defined as an attachment disorder in the literature (Sümer, Oruçular ve Çapar, 2015). In this case report, the past story and current complaint of İlke Hanım, who wanted to receive psychological support, were discussed and evaluated in terms of attachment theory. İlke Hanım came to the interview with complaints of anger problem and decreased quality of life after quitting smoking. Considering her current complaint and past history together, it was thought that tobacco withdrawal triggered attachment problems in her early life. When substance use disorder, which can be described as addiction, is evaluated from the perspective of attachment theory, it is thought that the individual who cannot achieve secure attachment in the early period sees the substance as a secure base (Sümer, Oruçular ve Çapar, 2015). However, individuals who do not experience secure attachment in the early period are insufficient in emotional control and they turn to substance use in order to achieve this control (Yaz, Ünübol ve Hızlı Sayar, 2019). Attachment continues not only with early childhood, but also with recognizing the world outside of parents during adolescence. In this period, the adolescent, who is rejected by her parents and is in a harmful relationship, is insecurely attached and continues to have problems in the relationships he/she has established in his/her later life. (Keskin ve Çam, 2007). Many attachment styles have also emerged under the name of attachment theory. One of these styles is the obsessive attachment style in Bartholamew and Horowitz's (Görünmez, 2006) Quadruple Attachment Model. According to the preoccupied attachment style, the individual has a negative self-perception and while he/she sees himself/herself as an unlovable person, she evaluates others positively, and has unrealistic expectations from others in her relationships (Çalışır, 2009; Görünmez, 2006). The obsessive attachment style also corresponds to Ainsworth's anxious/ambivalent attachment style, that is, the caregiver does not display consistent behaviors towards the infant's needs and the infant is angry and cannot break away from the caregiver (Görünmez, 2006). Considering the past life story told by İlke Hanım, a mother who tries to meet all the needs of the house and a father who does not fulfill his responsibilities, do not help the mother. When the mother-infant relationship is evaluated, it is thought that the mother has difficulty in meeting the needs of the baby whenever the baby wants due to the workload of the mother. When the father-child relationship is examined in the forward period, it is seen that the child's expectations such as love and attention are not met by father and that he is constantly exposed to anger and violence. In order to all these, it is thought

that the self and world perception of the patient in early childhood is shaped by obsessive or anxious/ambivalent attachment style. The fact that the patient has difficulties after marriage because she is in a different city from the mother, focuses only on her family without meeting other people, and is also angry towards the father supports the theoretical framework. It is predicted that with the elimination of tobacco use, she has made relatives a safe base. However, it is predicted that due to the attachment styles she has created, her unrealistic expectations from her relatives, questions her own love and value, and feels like a person who will never be loved, which reveals anger and negatively affects life satisfaction. In the context of all this, it is thought that as a result of not meeting the expectations of her relatives, whom she sees as a safe base, she started to use tobacco again and returned to her old and used safe base in regulating her emotions. As a result, it is predicted that the explanation of the symptoms of the case evaluated with the diagnosis of tobacco use disorder with an obsessive and anxious/ambivalent attachment style may serve as an example for the view in the literature that addiction is an attachment disorder (Sümer, Oruçlular, & Çapar, 2015).

GİRİŞ

Bağımlılık kelime kökeni olarak incelendiğinde isteyerek kurulan ilişki sonucu bir objeye köle olma ve bunun süreklilik göstermesi anlamına gelen Latince “addictus” kelimesi karşımıza çıkmaktadır (Arslan, 2015). Genel geçer tanımında ise bağımlılık, yaşamda olumsuz sonuçlara sebep olmasına rağmen kullanımı kontrol etmekte güçlük çekilen, yineleyici ilaç ya da kimyasal madde kullanma eylemidir (Demir, 2019). Psikolojik sağlamlığı korumak amacı ile kişinin kendisi için önemli gördüğü bir başka birey ile kurduğu duygusal bağ bağlanma olarak adlandırılmaktadır (Arslan, 2015). Öfke ise bireyin gereksinim duyduğu herhangi bir şeyin karşılanmaması ya da arzularının gerçekleşmesini önleyen sebeplerin olması sonucu açığa çıkan duygu durumudur (Şahin, 2005). Bireyin dünyaya uyum gösterme amacı doğrultusunda bağımlılık yapıcı maddeler, bağlanma sürecinde yaşanmış problemler sonucu açığa çıkan olumsuz duygu durumunu düzenleyen bir aracı olarak görülmektedir ve böylece literatürde bağımlılık bir bağlanma bozukluğu olarak da tanımlanmaktadır (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Bağlanma sürecinde yaşanan problemler sonucu açığa çıkan öfke ve öfke kontrolünün sağlanabilmesi adına oluşan bağımlılığa örnek teşkil ettiği düşünülen olgu sunumu ileriki bölümlerde detaylı biçimde ele alınmıştır. Bu bağlamda olgu sunumunun daha anlaşılabilir olması adına bu bölümde bağımlılık, bağlanma ve öfke kavramlarının geniş açıklamasına yer verilmiştir.

1.1. BAĞIMLILIK

Bağımlılığa yol açabilecek birçok madde bulunmakla birlikte bunlardan bir tanesi de tütünün içindeki nikotin maddesidir (Yavuz, 2020). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA, 2013) Mental Bozuklukların Tanısal El Kitabı 5. Versiyonunda (DSM-V) bağımlılığı “Madde Kullanım Bozukluğu” olarak ele alarak çeşitli bağımlılık yapıcı maddelere göre sınıflandırmaktadır ve Tütün Kullanım Bozukluğu da bu sınıflandırma içerisinde yer almaktadır. Tütün kullanımının yaygınlığına bakıldığında dünyada 1.3 milyar birey tütün kullanmakta iken kadınlarda tütün kullanım sıklığı %8 ve erkeklerde kullanım sıklığı %37,5’tir (Türkiye Halk Sağlığı ve Kronik Hastalıklar Enstitüsü, 2021). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) raporlarına göre tütüne bağlı nedenlerden hayatını kaybeden birey sayısı dünyada altı milyona yaklaşmaktadır (Ünüvar, 2016). Bununla birlikte tütün kullanımı iskemik kalp hastalığı, serabrovasküler hastalık, alt solunum yolu enfeksiyonu, KOAH, İshal, HIV/AIDS, Tüberküloz gibi dünyada ölüm sebebi olarak en sık görülen

bu hastalıklar için önemli bir risk teşkil etmektedir (Dünya Sağlık Örgütü, 2008). Etiyolojik kısmı değerlendirildiğinde bireyin genleri, aileden ve sosyal çevreden öğrendiği davranışlar, kişilik özellikleri ve aile ilişkilerinin etkisi görülmektedir (Arslan, 2015). Madde Kullanım Bozukluğu'na sahip bireyler duygu kontrolünde sıkıntı yaşadıkları için yaşanan sıkıntının üstesinden gelebilmek adına madde kullanımını tercih etmektedirler (Demir, 2019). Yapılan çalışmalarda Tütün Kullanım Bozukluğu bulunan bireyler yoğun stres ve mutsuzluk gibi olumsuz duygu durumuna sahip oldukları anlarda rahatlamak amacı ile sigara tükettiklerini belirtmişlerdir (Yaz, 2019). Tütün kullanımı sonucu oluşan yoksunluk belirtileri arasında öfke, depresyon, kaygı, huzursuzluk, odaklanmada zorluk, uyku problemleri ve açlık bulunmaktadır (Morrison, 2019). Yapılan araştırmalarda yasal olmayan bağımlılık yapıcı maddeleri kullanan bireylerin daha öncesinde tütün kullanımı geçmişi olduğu öğrenilmiş bu sebeple de tütünün diğer bağımlılık yapıcı maddelerin kullanımı için bir geçiş maddesi olduğu belirlenmiştir (Yeşilay, 2021). Tütün Kullanım Bozukluğu tedavisinde ise farmakoterapi ve psikoterapi kullanılmakla birlikte psikoterapi yöntemi olarak da bireyin hatalı inanç ve davranışlarının değiştirilmesinin amaçlandığı Bilişsel Davranışçı Terapi ve bireyi bilişsel, davranışsal ve geçmiş dinamikleri ile ele alan Şema Terapi kullanılmaktadır (Arasıl, 2021).

1.2. BAĞLANMA

Literatür kapsamında bağlanma birey için yemek yeme gibi bir temel ihtiyaç olarak görülmektedir (Yıldızhan, 2019). Bu sebeple bağlanma kuramsal açıdan ele alınarak birçok araştırmacı tarafından değerlendirilmiştir. Bağlanma Kuramı'nın gelişimi, erken çocuklukta bağlanma süreçlerini inceleyerek alana öncülük eden John Bowlby (1969) ve Mary Ainsworth'ün (1978) çalışmalarından ergen ve yetişkinlikte bağlanma süreçlerini inceleyerek dördü bağlanma modelini yapan Bartholomew ve Horowitz'in (1991) çalışmalarına kadar uzanmaktadır (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2018).

Bowlby'nin bağlanmaya yönelik yaptığı çalışmalara göre çocuğun ihtiyaçlarının zamanında ve yeterince karşılanıp karşılanmadığına yönelik güvenli ve güvensiz bağlanma olarak iki farklı bağlanma stili belirlenmiştir (Durak Batıgün ve Büyükaşahin, 2008). Bağlanma stilleri bireyin ilk ve erken çocukluk zamanlarında bakım verenlerle kurdukları ilişki sonucu oluşmakta ve bireyin gelecek yaşam dönemlerini etkilemektedir (Bülbül, 2016). Bowlby'e göre bağlanmanın işlevleri bebeğin bağlanma figürüne karşı yakınlığını koruma ve yakınında bulunma isteği, bağlanma figürünün tehditlere karşı ve yeni davranışlar için cesaretlendirmeye yönelik güvenli üs olması ve bebeğin tehlike anlarında dönebileceği bir alan olması olarak sıralanmaktadır (Yıldızhan, 2019).

Ainsworth, Biehar, Waters ve Wall (1978) yaptıkları çalışmada güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınmacı olmak üzere üç farklı bağlanma ilişkisi oluşturmuşlardır (Bülbül, 2016). Güvenli bağlanan çocukların bakım verenleri çocuğun ihtiyaçlarına karşı hassas ve tutarlıdır, bu sayede çocuklar duydukları güven sebebi ile bakım verenden uzaklaştıklarında bile çok az sıkıntı duyarlar ve keşfe açıktırlar (Kaya Örk, 2021). Kaygılı-Kararsız bağlanan çocuklar bakım verenden uzaklaşma ihtimaline karşı ortam keşfetmeye yönelik çok fazla eylemde bulunmazlar bununla birlikte bakım verenin uzaklaşması halinde çocukta yoğun bir stres ve öfke açığa çıkmaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011). Bakım veren döndükten sonra da çocuk kolayca sakinleşmez ve ilk etapta yakınlık kurmayı reddeder ancak sakinleştikten sonra da bakım verenin gitme ihtimaline karşı ondan ayrılmak istemez (Gençtanırım Kurt ve Çetinkaya Yıldız, 2018). Kaçınmacı bağlanmada bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına karşı umursamaz olması çocukta da bakım

verene karşı aynı etkiyi açığa çıkararak, çocukta bakım verenin yokluğuna kaygılanmama ve dönüşüne tepki vermeme gibi duygusal kaçınmalara sebep olacaktır (Bülbül, 2016).

Bartholomew ve Horowitz tarafından güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma olmak üzere dörtlü bağlanma modeli geliştirilmiştir (Çalışır, 2009). Bu modelin temelinde bireyin kendisini sevilebilir gördüğü ve özsaygısının geliştiği olumlu kendilik, bireyin kendisini sevmeye layık görmediği ve onay ihtiyacı içerisinde olduğu olumsuz kendilik, diğer insanların güvensiz ve ulaşılmaz görüldüğü olumsuz başkaları, diğer insanların güvenilir ve ulaşılabilir görüldüğü olumlu başkaları olmak üzere dört farklı kendilik ve başkaları modeli bulunmaktadır (8). Güvenli bağlanmada kendilik ve başkaları olumlu; saplantılı bağlanmada kendilik olumsuz başkaları olumlu; kayıtsız bağlanmada kendilik olumlu başkaları olumsuz; korkulu bağlanmada hem kendilik hem de başkaları olumsuzdur (Tekin, 2020).

1.3. ÖFKE

Korku, mutluluk, nefret ve üzüntüyü kapsayan beş ana duygunun içerisinde öfke de bulunmaktadır (Cenkseven, 2003). Her ne kadar öfke ile birlikte açığa çıkan hoş durumlar olmaması sebebi ile yaşanması istenmeyen bir duygu olsa da öfke, her birey tarafından hissedilen evrensel ve hissedilmesi doğal olan bir duygudur (Balkaya ve Şahin, 2003). Öfkenin açığa çıkmasında bireyin istek, ihtiyaç ve beklentilerinin karşılanmaması ya da engellenmesi temel neden olarak görülmektedir (Soykan, 2003). Spielberger ve ark. (1985) öfkeyi açığa çıkaracak bir durumla karşılaşıldığında bireyin bu duyguyu yaşama şiddetinin ele alındığı durumsal öfke ve durumsal öfkenin açığa çıkma sıklığını ifade eden sürekli öfke olmak üzere iki farklı öfke tarzı olduğunu belirtmiştir (aktaran, Karababa ve Dilmaç, 2015). Sürekli öfke bireyin sosyal yaşam içerisinde uyum sorunları yaşayarak çözümü zor problemler açığa çıkarmasına sebep olmakla birlikte bireyin yaşadığı günlük yaşamdaki kaygısını da tetikleyerek ruh sağlığı için bir tehdit oluşturabilmektedir (Özkamalı ve Buğa, 2010). Öfke geçmişten günümüze birçok kuramsal perspektiften ele alınarak irdelenmiş bir duygudur. Davranışçı kuram öfkenin davranışlar sonucu oluştuğunu ifade ederken bilişsel kuram öfkeyi düşüncenin bir ürünü olarak ele alır (Şahin, 2005). Akılcı duygusal kuram ise öfkenin oluşmasındaki sebebin bireyin yaşadığı durumlara atfettiği anlamlar olduğunu ifade eder, sosyal öğrenme kuramı ise bireyin yaşantısındaki kişilerden model alması sebebi ile öfkenin oluştuğunu söylemektedir (Karataş, 2008). Son olarak bağlanma kuramı perspektifinde bakım veren tarafından bebeğin ihtiyaçlarının yeterince ya da zamanında karşılanmaması ile oluşan bağlanma stili duyguları etkilemektedir ve böylece karşılanmayan ihtiyaçlar sonucu açığa çıkan en tipik duygu öfke olarak bilinmektedir (Soykan, 2003). Tüm bunlar bağlamında bu çalışmada bağlanma stillerinin bağımlılığın oluşmasına ve öfke duygusunun açığa çıkmasına olan etkisinin olgu sunumu ile incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda etik kuralların ihlalini önlemek amacı ile kişisel bilgilerinin değiştirileceğine dair olgudan onay alınmıştır.

OLGU SUNUMU

İlke Hanım 35 yaşında, evli, 2 çocuk annesidir. Üniversite mezunudur ve bir şirketin muhasebe bölümünde çalışmaktadır. Psikolojik destek almak istemesinin ilk nedenini sigarayı bırakması ile açığa çıkan öfkesi olarak belirtmiştir. İlk görüşme 2022 yılı Mart ayının ilk haftası içerisinde yapılmıştır. İlke Hanım 2022 yılı ocak ayının son haftasında koronavirüs hastalığına (Covid-19) yakalanması ile sigara kullanmayı bıraktığını ifade etmiştir. Sigara kullanımını bırakmadan önce arkadaşları ve ailesi ile birlikte sıkça görüşmekte, haftalık ev işlerini düzenli olarak yapmakta, en

sevdiği aktivitesinin kitap okumak olduğunu söylemektedir. Seans esnasında “Çantamda yemek alacak 5 liram olmasın ama mutlaka bir paket sigaram olsun” şeklinde sigara kullanımına karşı olan düşüncesini dile getirmiş ve aynı zamanda hamile iken bile çok vicdan azabı çekse de sigara içmeye devam ettiğini söylemiştir. Ancak sigara kullanımını bıraktıktan sonra yaşadığı öfke sebebi ile sosyal ilişkilerinde büyük ölçüde bozulmalar olduğunu, rutin işlerini ve zevk aldığı aktiviteleri yapmakta isteksizlik yaşadığını bununla birlikte uyumakta güçlük çektiğini ifade etmiştir. İçmediği halde dolabında hala 3 karton sigara barındırdığını, onların orada olmasının kendisini rahatlatmış olduğunu ifade etmiştir. İnsanların söylediklerini çok fazla düşündüğünü ve gün içerisinde herhangi bir şeye öfkelenirse bunun sönmeden devam ettiğini böylece tüm gününün kötü geçtiğini dile getirmiştir. Akrabalık bağı onun için çok değerlidir “insanın akrabasından başka kimi var” ifadesinde bulunmuştur. Fakat artık onların sevgisinin gerçek olmadığını düşündüğünü ve bu durumun onu öfkeliendirdiğini söylemektedir. Akrabalarının ona karşı olan sevgilerinin sadece sözde olduğunu bunu herhangi bir eylemleri ile belli etmediklerini düşünmektedir. Bu durumun ona zarar verdiğini bu insanları hayatından çıkarması gerektiğini düşündüğünü fakat “ne onlarla ne de onlarsız” yapabildiğini söylemiştir. İnsanların düşünceli olması gerektiğine inanmaktadır ve haksızlığa uğrama hissine tahammül edemediğini dile getirmektedir. Sigarayı bıraktıktan sonraki bir zaman diliminde kız kardeşi ile tartıştığını onun bile kendisini anlamamasına tahammül edemediğini ve iş arkadaşından aldığı bir “sinir ilacı”nı içtiğini anlatmıştır. İçtiği ilacın kendisini çok kötü etkilediğini, sarhoş gibi olduğunu ve tüm gün kendine gelemediğinden bahsetmiştir. Bu süreçten sonra da günde 3-4 adetle sınırlı olmak üzere sigara kullanımına tekrar başlamıştır. “Yokluk” olgusunun onun için önemli bir yerinin olduğunu söylemektedir. Yokluğu hem maddi hem manevi yokluk olarak ifade etmektedir. Babasını tembel, kaygısız, öfkeli ve şiddete meyilli bir insan olarak tanımlarken annesini ise evi geçindirmek için elinden gelen her şeyi yapan bir insan olarak tanımlamaktadır. “Anneme canımı veririm ama babama tırnağımı bile feda etmem” şeklinde bir ifade ile babasına karşı düşüncesini dile getirmiştir. Annesi ve kardeşi ile birlikte babası tarafından sürekli şiddete maruz kalmıştır. Baba bir sebebi olmaksızın kavga çıkarıp belli aralıklarla evi terk etmiştir. Tüm bunlar bağlamında olgunun şimdiki şikayeti ve geçmiş yaşam öyküsü bağlanma kuramı perspektifinden değerlendirilecektir.

DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

Yaz, Ünübol ve Hızlı Sayar (2019) sigara içen ve içmeyen bireylerin bağlanma stillerinin incelendiği bir çalışma yapmışlardır ve bu çalışmaya göre her iki grup arasındaki bağlanma stilleri anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Duran (2015) tarafından yapılan çalışmada ise sigara içenlerin güvenli bağlanma puanları içmeyenlere göre fazla çıkmıştır. Literatürde bu iki çalışma gibi nicel yöntemle yapılmış birçok çalışma vardır. Ancak bu çalışmalar örneklem grubu belirli standartlar tarafından sınırlandırılarak belirlenen çalışmalardır. Olgu sunumları ise farklı özellikler gösteren bir olgunun incelenmesini amaçlayan tanımlayıcı çalışmalardır (Özhan Çaparlar ve Dönmez, 2016). Tüm bunlar bağlamında literatürdeki niceliksel çalışmalardan farklı olarak bu çalışmada tütün kullanım bozukluğu ve bağlanma kuramının olgu sunumu çerçevesinde tanımlayıcı bir biçimde incelenmesi hedeflenmiştir.

Tütün diğer maddelere göre daha az hoşnutluk, coşku ve özgüven sağlayan, kullanımı yasal olan ve genellikle bireylerin sosyal yaşamlarında kullanmaya başladıkları, bırakmayı denedikleri halde yoksunluk yaşayarak bırakmadıkları bir madde türüdür (Morrison, 2019). Tütün kullanım bozukluğu sigara kullanımına devam etmek, kullanımı bırakıldığında yoksunluk belirtileri ile

karşılaşmak ve yoksunluk belirtileri ile baş edemeyip kullanıma tekrar devam etmek olmak üzere üç farklı aşamada değerlendirilebilir (Uysal, 2016). DSM-V kapsamında tütün kullanım bozukluğu semptomlarına göre bireyin 12 ay süre ile en az iki semptomu yaşaması gerekmektedir (APA, 2013). Bu semptomlardan bazıları “*tütün kullanmaya içinin gitmesi ya da tütün kullanmak için büyük bir istek duyma ya da kendini zorlanmış hissetme, yineleyici bir biçimde tehlikeli olabilecek durumlarda tütün kullanma, yoksunluk gelişmiş olması*” şeklinde sıralanabilir. İlke Hanım’ın hiç parası olmasa bile sigarasının olmasını istemesi, hamileyken sigara kullanımına devam etmesi, bıraktıktan sonra yoksunluk belirtileri ile karşılaşması ve tekrar kullanmaya başlaması tütün kullanım bozukluğunun tüm belirtilerini karşılamaktadır. Bununla birlikte DSM-V’e göre yoksunluk belirtileri “*kolay kızma, katlanamamazlık duygusu ya da öfke, bunaltı, odaklanma güçlüğü, yeme isteğinde artma, huzursuzluk, çökkün duygu durumu, uykusuzluk*” olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013). İlke Hanım’ın sigara kullanımını bırakması ile sevgisizlik hissi gibi olumsuz duygu durumları yaşaması, öfke problemleri sebebi ile ilişkilerinin bozulması, odaklanamadığı için kitap okuyamaması, uyku problemi yaşaması gibi durumlar tütün yoksunluğu belirtilerini yaşadığını göstermektedir. Yapılan bu değerlendirmelerde İlke Hanımın görüşme içerisinde açığa çıkan semptomlardan ziyade babasına olan öfkesi, annesi ve kardeşi ile farklı şehirde olmasının verdiği sıkıntı ve akrabalarını çok sevdiği halde onların onu sevmediğini hissetmesi gibi duygusal bağ kurduğu kişilerden bahsetmesi göze çarpmıştır. Bu bağlamda şimdiki şikayeti ve geçmiş öyküsü birlikte değerlendirildiğinde tütün yoksunluğunun erken dönem yaşantısındaki bağlanma problemlerini tetiklediği düşünülmüştür.

Bağlanma kuramına göre bakım veren ve çocuk arasındaki etkileşim, çocuğun dünyayı ve kendiliğini anlamlandırmasında etkili bir rol oynamakla birlikte ileride bireyde gelişebilecek psikopatolojiler üzerinde de belirleyici bir etkidir (Çalışır, 2009). Bağımlılık olarak nitelendirilebilen madde kullanım bozukluğu bağlanma kuramı perspektifinde değerlendirildiğinde ise erken dönemde güvenli bağlanmayı sağlayamayan bireyin maddeyi bir güvenli üs olarak gördüğü düşünülmektedir (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Bununla birlikte erken dönemde güvenli bağlanma yaşamayan bireyler duygu kontrolünde yetersizdirler ve bu kontrolü sağlayabilmek için madde kullanımına yönelirler (Yaz, Ünübol ve Hızlı Sayar, 2019). Bağlanma sadece erken çocukluk dönemi ile kalmayıp ergenlik döneminde anne-baba dışındaki dünyayı tanıma ile devam eder. Bu dönemde anne-baba tarafından geri çevrilen, zarar verici bir ilişkide olan ergen güvensiz bağlanır ve ilerleyen yaşamında kurduğu ilişkilerde sıkıntı yaşamaya devam eder (Keskin ve Çam, 2007). Tüm bunlar bağlamında bağlanma kuramı adı altında birçok bağlanma stili de açığa çıkmıştır. Bu stillerden bir tanesi de Bartholamew ve Horowitz’in (Görünmez, 2006) Dörtlü Bağlanma Modeli’ndeki saplantılı bağlanma stildir. Saplantılı bağlanma stiline göre bireyin olumsuz bir kendilik algısı vardır ve kendisini sevmeyecek bir insan olarak görürken diğerlerini olumlu olarak değerlendirir, ilişkilerinde diğerlerinden gerçekçi olmayacak şekilde beklentileri vardır (Çalışır, 2009; Görünmez, 2006). Saplantılı bağlanma stili aynı zamanda Ainsworth’ün kaygılı/kararsız bağlanma yani bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına karşı tutarlı davranışlar sergilemediği ve bebeğin öfkeli ve bakım verenden kopamadığı stile karşılık gelmektedir (Görünmez, 2006). Bu bağlanma stilleri çerçevesinde öfke duygusunun açığa çıkma sebebi ele alındığında istek ve beklentilerin karşılanmaması, haksızlığa uğrama hissi ve hayal kırıklığı gibi durumlar ile karşılaşılmaktadır (Soykan, 2003). İlke Hanım’ın aktardığı geçmiş yaşantı öyküsü ele alındığında evde her iş yükünün altından kalkmaya çalışan bir anne ve anneye yardımcı olmayan sorumluluklarını yerine getirmeyen bir baba göze çarpmaktadır. Anne-bebek ilişkisi değerlendirildiğinde annenin iş yükünden dolayı bebek her istediğinde annenin ihtiyaçları

karşılama zorluk çektiği bundan dolayı anne figürünün bebeğin ihtiyaçlarını kesintiye uğrattığı ve bu durumun da kendilik algısının oluşmasında etkili olduğu düşünülmektedir. İleriki dönemlerde baba-çocuk ilişkisi incelendiğinde ise çocuğun sevgi- ilgi gibi beklentilerinin baba tarafından karşılanmadığı ve bununla birlikte sürekli öfke ve şiddete maruz bırakıldığı görülmektedir. Tüm bunlar bağlamında hastanın erken çocukluk dönemindeki kendilik ve dünya algısının saplantılı veya kaygılı/kararsız bağlanma stiline göre şekillendiği düşünülmektedir. Hastanın evlendikten sonra anneden farklı bir şehirde olduğu için zorluk çekmesi, başka insanlarla tanışmadan sadece ailesine odaklanması aynı zamanda babaya karşı öfkeli bir halde olması kuramsal çerçeveyi destekler niteliktedir. Tütün kullanımında bulunmadığı süreçte evdeki sigara paketlerini atmaması ve onların varlığının onu rahatlatması da çocukluk döneminde yaşadığı tutarsız ilgi sonucu saplantılı ve kaygılı/kararsız bağlanmaya örnek olabileceği düşünülmektedir. Tütün kullanımının ortadan kalkması ile birlikte akrabalarını güvenli bir üs haline getirdiği öngörülmektedir. Fakat oluşturduğu bağlanma stilleri sebebiyle akrabalarından gerçekçi olmayan beklentiler içerisine girmesi, kendi sevgisini ve değerini sorgulaması hatta kendisini hiç sevmeyecek bir insan gibi hissetmesinin öfkeyi açığa çıkardığı ve yaşam doyumunu olumsuz etkilediği öngörülmektedir. Tüm bunlar bağlamında güvenli üs olarak gördüğü akrabalarının beklentilerini karşılamaması sonucu tütün kullanımına tekrar başlayarak duygularını düzenlemede eski ve alıştığı güvenli üssüne döndüğü düşünülmektedir. Sonuç olarak tütün kullanım bozukluğu tanısı ile değerlendirilen olgunun açığa çıkan semptomlarının saplantılı ve kaygılı/kararsız bağlanma stili ile açıklanması, literatürdeki bağımlılığın bir bağlanma bozukluğu olduğu (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015) görüşüne örnek teşkil edebileceği öngörülmektedir. Aynı zamanda klinik değerlendirilmesi yapılarak kuramsal perspektiften tanımlayıcı bir biçimde ele alınan bu olgunun literatüre yeni bir kaynak olarak katkı sağlayacağı da düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal bozuklukların tanınması ve sayımsal elkitabı* (5. Baskı (DSM-5)). (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arasıl, A. (2021). *Sigara içen yetişkinlerde stresle başa çıkma yöntemleri ile sigara bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Arslan, Y. (2015). *Madde kullanımı ile bağlanma stilleri ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Balkaya, F. ve Şahin, N. H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Bülbül, K. (2016). *Aile yapısı, bağlanma stili ve umutsuzluğun lise öğrencilerinin madde kullanma eğilimleri ile ilişkisi* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Cenkseven, F. (2003). Öfke yönetimi becerileri programının ergenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerine etkisi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2(2), 153-167.

- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(3), 240-255.
- Çaparlar, C. Ö. ve Dönmez, A. (2016). Bilimsel araştırma nedir, nasıl yapılır. *Turk Anaesthesiol Reanim*, 44(4), 212-8.
- Demir, F. B. (2019). *Madde kullanım bozukluğu tanısı almış bireylerde bağımlılık şiddeti ile bağlanma biçimleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki: Elazığ örnekleme* (Master's thesis, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü).
- Dünya Sağlık Örgütü (2008). DSÖ küresel tütün salgını raporu MPOWER paketi. Cenevre.
- Durak Batıgün, A. ve Büyükşahin, A. (2008). Aleksitimi: Psikolojik Belirtiler ve Bağlanma Stilleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(3) 105-114.
- Duran, S. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin sigara içme davranışının aile ilişkileri ve bağlanma stilleri ile ilişkisi. *Genel Tıp Dergisi*, 28(1) 6-13.
- Gençtanırım-Kurt, D. ve Çetinkaya Yıldız, E. (2018). *Kişilik kuramları: Gerçek yaşamdan kişilik analizi örnekleriyle*. Ankara: Pegem Akademi.
- Görünmez, M. (2006). *Bağlanma stilleri ve duygusal zekâ yetenekleri* (Master's thesis, Uludağ Üniversitesi).
- Karababa, A. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerde İnsani Değerlerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimlerini Yordamadaki Rolü. *Ilkogretim Online*, 14(3).
- Karataş, Z. (2008). Lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 277-294.
- Kaya Örk, E. (2021). Bağlanma kuramı çerçevesinde aldatma ve boşanma. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 248- 263
- Keskin, G., ve Çam, O. (2009). Bağlanma süreci: Ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23(2), 145-158.
- Morrison, J. (2019). *DSM-5'i kolaylaştıran "Klinisyenler İçin Tanı Rehberi"* (Türkçe Çeviri 2 b.). (M. Şahin, Dü., ve H. Uğur Kural, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Morsünbül, Ü., ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Özkamalı, E. ve Buğa, A. (2010). Bir Öfke Denetimi Eğitimi Programı'nın üniversite öğrencilerinin sürekli öfke düzeylerine etkisi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 50-59.

- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz dergisi*, 11(2).
- Sümer, N., Oruçlular, Y. ve Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması. *Bağımlılık dergisi*, 16(4), 192-209.
- Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.
- Tekin, M. S. (2020). *Madde kullanım bozukluğu tanılı hastaların yakın ilişkilerde bağlanma stilleri, duyu düzenleme güçlüğü ve bilinçli farkındalık düzeylerinin tedavi motivasyonlarını yordayıcı etkisi* (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Türkiye Halk Sağlığı ve Kronik Hastalıklar Enstitüsü (2021). Dünya tütünsüz günü. 1-9.
- Uysal, M. A. (2016). Nikotin sizi nasıl esir alıyor? Tütün bağımlılığının nörobiyolojisi. *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi*, 4 (1), 37-43.
- Ünüvar, M., E. (2016). *Tıp öğrencilerinde tütün bağımlılığı ve bırakma girişimleri: Engeller ve başarıyı etkileyen faktörler*. (Uzmanlık tezi, Aile Hekimliği Tıp Ana Bilim Dalı).
- Yavuz, M. (2020). *Nikotin bağımlılığında psikolojik dayanıklılık ve duyu düzenleme güçlüklerinin rolü* (Master's thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Yaz, B. (2019). *İç Anadolu Bölgesinde sigara bağımlılığı bulunan bireylerin bağlanma stilleri ve psikolojik semptomları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Yaz, B., Ünübol, H. ve Hızlı Sayar, G. (2019). Sigara içen ve içmeyen bireylerin bağlanma stillerinin karşılaştırılması. *Güncel Bağımlılık Araştırmaları*, 3(1), 11-15).
- Yeşilay (2021). Dumansız bir hayat. *Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Alan Kitaplığı Dizisi*, 3, 1-28.
- Yıldızhan, Y. (2019). *Madde bağımlısı bireylerde bağlanma stilleri ve ilişki bağımlılığı* (Master's thesis, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa).