

Emel Üren

Depresyon Olgusu Sunumu

Arka Plan: Kendini ifade edememe, mutsuz hissetme, okul ve aile bireyleri dahil çevresindeki bireyler ile iletişimsizlik, her olayı tartışma zemine taşıyarak çevresinden soyutlanma, karşısındakini yanlış anlayarak olumsuz davranışlar sergileme, derslerine odaklanamama ve isteksizlik nedeniyle okulda başarısızlık, enerji düşüklüğü, sürekli ağlama ve devamlı uyuma ile hayattan soyutlanma, yanı sıra geleceğe dair olayları da olumsuz olarak kurgulama sorunları olan 18 yaşında bayan hasta.

Amaç: Kişinin iyileşme isteğinin hipnoz uygulamasında verilen telkinlerle güçlendirilerek sorunlarının çözümlenmesini sağlamak.

Yöntem: Öncelikle olguya tıbbi hipnoz uygulamasına dair bilgilendirme yapılarak ve faydalı olduğu hasta profillerine dair örnekler sunularak MAYA'lama sağlanmıştır. Yöntemden faydalanmak isteği hasta tarafından belirtildiğinde, hastaya 4 kez tıbbi hipnoz uygulaması uygulanarak, oto hipnoz tekniği ile kendisinin de tekrarlaması öğretilmiştir.

Bulgular: İlk seans sonrası enerji seviyesinde artış, olumsuz etkilerden kendisini çekme saptanırken, özellikle ilk 2 gün insanlara olan bakış açısında farklılık (daha sakin, sesini yükseltmeden, daha anlayışlı yaklaşma) nedeniyle çevresindekiler tarafından öncelikle tepkilerine şaşırma ve olumlu yansımalar gözlemlenmiştir. Başarının devam edebileceği hasta tarafından düşünüldüğü için 2. seans gerçekleştirilmiştir. 2. seans sonrasında daha enerjik bir hafta geçirildiği, telkinleri kendi kendine tekrarlayarak kendini daha rahat hissettiği paylaşılarak, hafta boyunca kendisini etkileyen olumsuz bir olay yaşamadığı gibi olumsuz olaylara gülerek yaklaşıldığı belirtilmiştir. Aile ile tartışma ortamlarının kendisi tarafından geri çekilme ile azaldığı paylaşılmıştır. 3. seans sonrasında çok güzel bir hafta geçirildiği belirtilir iken, enerjisi çok yüksek olması yanı sıra sorun olarak betimlenebilecek bir şey bulunmadığı belirtilmiştir. Sıklıkla seansların tekrar izlenerek telkinlerin tekrarlandığı paylaşıldı. Hasta tarafından "eski ben olsaydım yani ben olmayan ben olsaydım; yataardım, ağlardım diyebileceğim olaylar olmasına rağmen bunlar çok saçma geldi ve kendimi çok güçlü hissettim" şeklinde belirtildi. Pekiştirme olarak 4. seans gerçekleştirildi.

Sonuç: Depresyon olgusunun 13 gün içinde gerçekleştirilen 3 tıbbi hipnoz seansı ile sorunlarının çözümlenmesi ve hayata motivasyonun artırılması sağlandı.

Anahtar Kelimeler: depresyon, hipnoz