

Kudiaki, Çiğdem, Migren ve Gerilim Tipi Baş Ağrısı Olan ve Olmayan Kişilerin Temas Biçimlerinin Anksiyete ve Öfke Düzeyleri Açısından İncelenmesi, Doktora Tezi, Danışman: Doç. Dr. Nilhan Sezgin, 227 s.

ÖZET

Baş ağrısı olan kişilerde psikolojik faktörlerin öneminin tutarlı olarak bildirilmesine karşın, bu konuda Gestalt terapi yaklaşımına ilişkin araştırma ya da açıklayıcı yazın yok denecek kadar azdır. Bu doğrultuda yapılan bu çalışmada migren, gerilim tipi baş ağrısı (GTBA) tanısı alan ve baş ağrısı olmayan kişilerin Gestalt temas biçimleri, öfke ve anksiyete düzeyleri açısından karşılaştırılması; söz konusu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisi; migren ve GTBA grubunun öfke ve anksiyete düzeylerinin, temas biçimleri üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Gestalt Temas Biçimleri Ölçeği-Yeniden Düzenlenmiş Formu, Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ve Beck Anksiyete Envanteri kullanılarak elde edilmiştir. Örneklem grubu 16-59 yaş aralığında 105 migren, 56 GTBA ve 126 baş ağrısı olmayan üç gruptan oluşmaktadır. Araştırma bulgularına göre kendine döndürme, saptırma temas biçimlerinin ve olaylara duygusal açıdan yaklaşmanın öfke ve anksiyeteye eşlik ettiği, iç içe geçme arttıkça sakin tepkilerin arttığı, temas kuruldukça öfke ve anksiyetenin azalma eğiliminde olduğu, temas biçimleri üzerinde eğitim ve yaş değişkenlerinin temel etkilerinin bulunduğu saptanmıştır. Gruplar Gestalt temas biçimleri, öfke ve anksiyete açısından karşılaştırıldığında; migren ve GTBA grubunun kendine döndürme ve saptırma temas biçimlerini baş ağrısı olmayanlara göre daha sık kullandıkları, öfke ve anksiyete düzeylerinin daha

yüksek olduğu görölmektedir. Migren ve GTBA grubunda temas biçimlerini yordayan değişkenler incelendiğinde; her iki grupta ÇBÖÖ öfke düşünceleri alt boyutunun önemli bir yordayıcı gücünün bulunduğu, öte yandan kaygılı, içe dönük, sakin tepkiler ve anksiyete değişkenlerinin de yordayıcı gücü olduğu görölmektedir. Elde edilen bulgular sağlıklı temas biçimlerinin, öfke ve anksiyete yaşantılarının migren ve GTBA tipi baş ağrılarında olumsuz etkilerinin bulunduğunu göstermektedir. Bu sonuçların gelecekte baş ağrısına yönelik oluşturulacak Geştalt terapi temelli psikoterapi müdahalelerine zemin yaratması açısından önemli olacağı düşünölmektedir.

Anahtar sözcükler: Baş ağrısı, migren, gerilim tipi baş ağrısı, Geştalt, Geştalt temas biçimleri, öfke, anksiyete.

Kudiaki, iğdem, Comparison of Migraine, Tension Type and Non-headache Groups on Contact Styles, Anxiety and Anger Levels, Doctoral Thesis, Advisor: Assoc. Prof. Dr. Nilhan Sezgin, 227 s.

SUMMARY

Even though the importance of psychological factors in people who have headaches are emphasized consistently, there is not enough research or explanation on Gestalt therapy approach addressing this issue. Due to the lack of research in this direction, the participants who diagnosed with migraine and tension type headache and who do not have headaches was compared of their Gestalt contact styles, anger and anxiety level; associations between the variables; and the predicting effects of the levels of anxiety and anger on Gestalt contact styles of diagnosed with migraine and TTH.

Data was collected through Personal Information Form, Gestalt Contact Styles Scale – Revised Form, Multidimensional Anger Scale (MAS) and Beck Anxiety Inventory. The sample consists of three groups that of 105 individuals in total with migraine, 56 individuals with TTH and 126 individuals with no headaches within the age range of 16-59. According to findings, retroflection and deflection contact styles and emotional approach to situations are associated with anger and anxiety, calmer reactions raise as confluence contact style increases, anger and anxiety decreases as the contact increases and there are effects of education and age variables on contact styles. When groups are compared in terms contact styles, anger and anxiety; it is found that individuals in the migraine and TTH group engage in retroflection and deflection more than individuals who do not have headaches and they have higher anger and anxiety

levels. Examining the predicting variables for contact variables in the migraine and TTH group, it is found that MAS anger thoughts subscale is a strong predictor in addition to anxious, introverted and calm reactions and anxiety variables. Findings suggest that unhealthy contact styles and anger and anxiety experiences have negative effects on migraine and TTH. These findings are thought to be important in order to be a foundation for Gestalt therapy based psychotherapy technique for headaches.

Key words: Headache, migraine, tension type headache, Gestalt, Gestalt contact styles, anger, anxiety.