

Proje Yöneticisi: Prof. Dr. HAKAN COŞKUNOL

Proje ID: 23023

Proje Kodu: TDK-2021-23023

Proje Başlığı: Bilinçli Farkındalık Temelli Nefes Metodunun Algılanan Stres, Tükürük Kortizol Düzeyi ve Alkol Aşermesi Üzerindeki Etkisi

Proje Türü: Doktora Tez Projesi

Proje Özeti: Son yıllarda alkol kötüye kullanımı sebebiyle meydana gelen ölümlerin sayısının azımsanmayacak oranda olduğu bilinmektedir. Literatürde, bireylerin alkol tüketiminin artmasında algılanan yüksek stres seviyesinin etkili olduğu, alkol kullanım bozukluğu tedavisinde aşermenin stres ile tetiklenerek relapsa neden olabildiği ve tedavi başarısını negatif yönde etkilediği belirtilmektedir. Bu çalışmada ise geliştirilen bilinçli farkındalık temelli nefes metodu ile bireylerin stresle başetmelerini kolaylaştırmak ve alkol kullanım bozukluğu tedavisine destek olmak amaçlanmaktadır. Deneysel bu araştırma, bir takım ruhsal veya kronik hastalığı, ayrıca son üç ayda madde kullanımı olmayan, 25 – 65 yaş aralığında alkol tedavisine başvuran 60 erkek birey üzerinde uygulanacaktır. Geliştirilen metodun algılanan stres, tükürük kortizol düzeyleri ve alkol aşermesi üzerindeki etkisini görmek üzere; 30 katılımcıya Müdahale Metodu, kontrol grubunu oluşturan 30 katılımcıya TAT testi 4'er oturum şeklinde uygulanacaktır. . Algılanan Stres Ölçeği, Penn Alkol Aşerme Ölçeği ve tükürük numunelerindeki kortizol düzeylerinin ölçülmesi ile elde edilecek veriler, tanımlayıcı istatistik yöntemlerin yanı sıra korelasyon ve basit regresyon analizleri ile değerlendirilecektir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre metodun algılanan stres, tükürük kortizol düzeyleri ve alkol aşermesi üzerinde pozitif ve istatistiki olarak anlamlı bir etkisi olacağı düşünülmekte ve ilgili metodun; uygulama kolaylığı ve her an uygulanabilir oluşu ile bilime yenilik getireceği, alkol tedavi merkezlerinde tedaviyi destekleyici bir uygulama olarak yaygın olarak kullanılacağı düşünülmektedir.