

## **Özgül Fobide Geleceğin Tedavi Yöntemi: Remixing Realiy**

**Arş. Gör. Dr. Necati Uzun<sup>1</sup>**

### **Amaç:**

Özgül Fobi çocukluk çağında en sık oranda gözlenen kaygı bozukluklarından birisidir. Tahmini sıklığı çalışmalara göre farklılık gösterse de %0,1 ile %12,2 arasında olduğu bildirilmiştir. Hayvan, doğa-çevre, kan-enjeksiyon – yara, durumsal ve boğulma yada bazı özel durumları da kapsayan diğer tip şeklinde beş alt başlıkta sınıflandırılmaktadır. Diğer kaygı bozukluklarına göre çocuklarda sık görülmesinin yanında günlük yaşamsal aktiviteleri önemli ölçüde engellemesi ve sosyal bir varlık olan çocukların sosyal yaşamını kısıtlayabilmesi nedeni ile tedavisi oldukça önem arz etmektedir.(1,2)

Geleneksel tedavi yöntemleri ilaçları ve bilişsel davranışçı psikoterapileri kapsamaktadır. Ancak bu noktada da uygulanan bilişsel davranışçı terapiler daha çok erişkinlere yönelik olduğundan dolayı çocuklara uygulamak bazen oldukça zor olmaktadır. İlaç tedavileri ise çocukluk dönemi kaygı bozukluklarında ilk sıra ilaç grubu olan Selektif Serotonin Gerilim İnhibitörleri(SSGi) aracılığı ile yapılmaktadır. Ancak hem ülkemizde psikiyatrik ilaç kullanımına olan ön yargı yaşça küçük özellikle okul çağı çocuklarında tedavi uyumunu bozan önemli durumlardan birisidir.(3,4)

Dünya da son dönemlerde popüler hale gelmeye başlayan bir diğer tedavi yöntemi ise özellikle özgül fobi için uygulanan ‘Virtual Reality(VR) Exposure Based ’ isimli tedavi programıdır . Kişilerin özel gözlükler takarak sanal ortamda korkulan nesnelere sanal figürleri üzerinden uygulanan bir desensitizasyon tedavisi örneği olan yöntem daha çok örümcek fobisi üzerine odaklanmıştır ve tedavi etkinliği gösterdiği görülmüştür.(5) VR ile ilgili örnekler Resim 1 de gösterilmektedir. Bir diğer yöntem ise aslında VR üzerine inşa edilen ve korkulan nesnelere sanal ortamdan çıkarıp laboratuvar ortamında çevrenin doğal olduğu ancak korkulan nesnenin sanal olduğu ‘Augmented Reality Exposure-Based Therapy(ARET)’ gene VR de olduğu gibi örümcekler üzerinde uygulanmış ve etkin olduğu gözlenmiştir. Resim 2’de ARET’le ilgili örnekler bulunmaktadır.(6)

‘Remixing Reality(RR)’ ise ARET’e benzer şekilde kişinin fobisinin olduğu ortam veya nesneye daha gerçekçi yaklaşabilmesini ve daha önce yapılan çalışmalarda genellikle örümceklerle sınırlanan

bu tedavi yönteminin daha genişletilmesini amaçlamaktadır. Resim 3a ve 3b'de RR ile ilgili örnekler sunulmuştur.

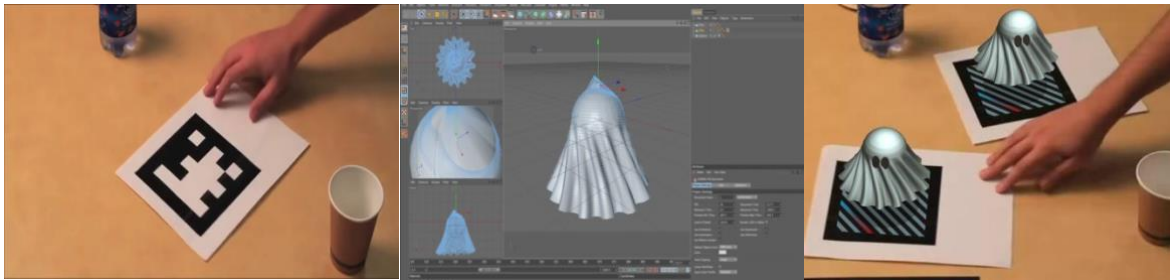
Bu çalışma literatürde ulaşılabildiğimiz yayınlar arasında RR kullanılarak yapılacak ilk çalışma ve diğer tedavi yöntemlerini karşılaştıracak ilk çalışma olacaktır.



Resim 1: Virtual Reality ve Araknofobi Uygulaması



Resim 2 : ARET uygulaması



Resim 3a: RR uygulaması



Resim 3b: RR'nin kuş fobisi olan birisi için uyarlanma aşaması

## Hipotez:

Bu çalışma özgül fobisi olan bireylerde özgül fobi için adapte edilmiş Remixing Reality tedavi yönteminin geleneksel yöntemlere göre tedavi uyumunun daha iyi olduğunu ve daha kısa sürede tedavi edici etkinliğini diğer yöntemlerle karşılaştırarak ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır.

## Yöntem:

Çalışmada kullanılacak örneklemin çeşitli merkezlerde Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları polikliniğine Mart 2017 ve Eylül 2017 tarihleri arasında başvuran sadece özgül fobi tiplerinden yükseklik veya örümcek fobisi tanısı alan ve henüz herhangi bir tedavi yöntemi denenmemiş 8 – 16 yaş arası çocuk ve ergenlerden oluşturulması planlanmaktadır. Çalışmanın dışlama ölçütleri olarak; 1-Herhangi bir kronik hastalığının olması 2-Çocuk veya ergen de zeka geriliğinin varlığı 3-Son altı aydır psikiyatrik tedavi alıyor olmak olarak belirlenmiştir. Hasta grubunun her bir merkezden alınacak 40'ar kişiden oluşturulması planlanmıştır. Çalışmaya alınan katılımcılar 2 gruba ayrılacak; birinci gruba başvuranlara bilişsel davranışçı terapi uygulanması, diğer gruba ise özgül fobiye göre Microsoft firması partner şirketlerinden bir bilişim firmasının danışmanlığında fobiye göre uyarlanan ve sorun yaşanan ortamda (ev-okul vb.) Remixing Reality uygulanması planlanmıştır. Hastalar ilk başvurularında sosyodemografik veri formu doldurulacak, klinisyen tarafından değerlendirilip klinik global indeks'e göre hastalık şiddetleri belirlenecek, uygulanan tedaviler sonrasında ise yine klinisyen tarafından aynı ölçek kullanarak belirti şiddeti belirlenecektir. Tedaviye başlamadan önce ve sonrasında katılımcılara durumluluk ve süreklilik Kaygı Envanteri verilecektir. Ayrıca kür sağlanıncaya kadar olan tedavi süreleri, uygulanan yöntemin kaç kez uygulandığı ve tedavi komplyansları değerlendirilecektir.

### **İstatiksel Analiz:**

Proje ile ilişkili analizler SPSS 17.0 kullanılarak yapılacaktır. Katılımcı grubun tanımlayıcı analizleri yapılacaktır. Verilerin dağılım özelliklerine göre Bağımsız T Testi veya Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılacaktır. Tedavi gruplarının başarı düzeyleri arasındaki ilişki için Pearson veya Spearman korelasyon analizi yapılacaktır. Tedavi sürecini ve etkileyen faktörleri daha sağlıklı ortaya koyulabilmesi için lojistik regresyon analizi yapılacaktır.

### **Sınırlılıklar:**

Çalışmamızın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Uygulanan yeni yöntemin etkinliği konusunda benzer yöntemlerde belirli veriler olsa da etkinliği konusunda bilgilerimiz sınırlıdır, ayrıca yeni nesil tedavi yöntemleri daha çok araknofobi üzerine odaklanması nedeni ile diğer fobilerde etkinliği konusunda bilgilerimiz sınırlıdır.

### **Kaynaklar:**

- 1-Denis, H., and A. Baghdadli. "Children and adolescents' anxiety disorders." Archives de pediatrie: organe officiel de la Societe francaise de pediatrie(2016).
- 2-Nakataki, Masahito, et al. "Glucocorticoid Administration Improves Aberrant Fear-Processing Networks in Spider Phobia." Neuropsychopharmacology(2016).
- 3-Ryan, Sarah M., et al. "One session treatment for specific phobias in children: Comorbid anxiety disorders and treatment outcome." Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry 54 (2017): 128-134.
- 4-Halldorsdottir, Thorhildur, and Thomas H. Ollendick. "Long-term outcomes of brief, intensive CBT for specific phobias: The negative impact of ADHD symptoms." Journal of consulting and clinical psychology 84.5 (2016): 465.
- 5-Davidson J, Smith M. Bio-phobias/techno-phobias: virtual reality exposure as treatment for phobias of 'nature'. Sociol Health Illn. 2003 Sep;25(6):644-61.
- 6- Baus O, Bouchard S. Moving from virtual reality exposure-based therapy to augmented reality exposure-based therapy: a review. Front Hum Neurosci. 2014 Mar 4;8:112. doi: 10.3389/fnhum.2014.00112. eCollection 2014.