



Kanser hastalarıyla çalışan gönüllü ve profesyonellerde özgecilik, pozitif bilişsel üçlü ve depresyon oranlarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi

Çağla Nacaroglu¹ , Saime Vicdan Yücel² 

Anahtar kelimeler

özgecilik, gönüllülük, depresyon, pozitif bilişsel üçlü, kanser hastaları

Keywords

altruism, volunteering, depression, positive cognitive triad, cancer patients

Öz

Bu araştırmanın amacı, gönüllü çalışmanın özgecilik, depresyon ve pozitif bilişsel üçlü oranları ile ilişkisini incelemektir. Bu noktada kanser hastalarıyla gönüllü ve profesyonel olarak çalışan iki grup üzerinden özgecilik, depresyon ve pozitif bilişsel üçlü oranlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan çalışmanın örneklemini, Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi Onkoloji Bölümü'nde 'Mavi Melekler' adlı gruba üye 61 gönüllü kadın çalışan ile İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Hastanesi Onkoloji Enstitüsü'nde onkoloji hastalarıyla çalışan doktor, hemşire, hasta bakıcı, teknisyen, laborant gibi 60 profesyonel kadın çalışandan oluşmaktadır. Veriler Sosyo-demografik Bilgi Formu, Özgecilik Ölçeği (ÖÖ), Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve Bilişsel Üçlü Envanteri (BÜE) kullanılarak toplanmıştır. Bulgulara göre, kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin, profesyonellere göre özgecilik ve pozitif bilişsel üçlü oranlarının daha yüksek; depresyon oranlarının ise daha düşük olduğu görülmektedir. Profesyonel çalışan grup için yapılan Pearson korelasyon analizi ve gönüllü çalışan grup için yapılan Spearman korelasyon analizi sonucunda her iki grup içerisinde özgecilik oranları arttıkça depresyon seviyelerinin azaldığı ve pozitif bilişsel üçlü oranlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre gönüllü çalışmanın depresyon oranlarındaki düşüşle ve pozitif bilişsel üçlü oranlarındaki yükselişle ilişkili bulunması, en yaygın rahatsızlıklardan biri olan depresyonla baş etme noktasında davranışsal bir öneri üreterek ve psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör sunarak klinik anlamda kullanılabilir bir araç sunmaktadır.

Abstract

Comparative examination of altruism, positive cognitive triad, and depression rates in volunteers and professionals working with cancer patients

The aim of the current study was to examine the relationship between volunteering, altruism, positive cognitive triad and depression rates. At this point, it was aimed to compare the rates of altruism, depression and positive cognitive triad between two groups working voluntarily and professionally with cancer patients. The sample of this research selected with convenience sampling method consisted of two groups and 121 participants. The participants of the first group (61 females) were selected from the group named 'Mavi Melekler' who serve at Okmeydanı Research and Training Hospital's Institute of Oncology voluntarily. The participants of the second group (60 females) were selected from hospital staff like doctor, nurse, technician, laborant who work at Istanbul University Istanbul Medical Faculty's Institute of Oncology. In the current study, Socio-demographic Information Form, Altruism Scale, Beck Depression Inventory and Cognitive Triad Inventory were applied. According to the findings, volunteers working with cancer patients had higher rates of altruism and positive cognitive triad, and lower rates of depression compared to professionals. As a result of the Pearson and Spearman correlation analysis, as altruism rates increased in both groups, depression levels decreased, and positive cognitive triad rates increased. The fact that volunteering is associated with the decrease in depression rates and the increase in the rates of positive cognitive triad may provide clinical benefit by producing a behavioral method for coping with depression which is one of the most common disorders and by providing a protective factor for psychological health.

Atf için: Nacaroglu, Ç. ve Yücel, S. V. (2021). Kanser hastalarıyla çalışan gönüllü ve profesyonellerde özgecilik, pozitif bilişsel üçlü ve depresyon oranlarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 98-112.

✉ Çağla Nacaroglu · caglanurnacaroglu@gmail.com | ¹Klinik Psikolog, ²Dr. Öğr. Üyesi, Işık Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Büyükdere Caddesi, No: 194, Maslak-İstanbul

Geliş: 01.09.2020, **Düzeltilme:** 27.10.2020, **Kabul:** 05.11.2020

Yazar Notu: Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında hazırladığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



Çevreyle etkileşime geçerken kimi zaman ihtiyaçlarımızın doyurulmasına odaklı bir beklentiyle kimi zaman da diğerlerinin ihtiyaçlarını gözetip, özgeci bir motivasyonla hareket etmekteyiz. Kendine odaklı beklentilerin yükünden sıyrılıp diğer insanlardan karşılık beklemeden yardım etmek psikolojik sağlığı nasıl etkilemektedir? Bu konuda yapılan birçok araştırma özgeci davranışların fiziksel ve psikolojik sağlıkla pozitif ilişkisini desteklemektedir ancak bu ilişkiyi sağlayan mekanizma ile ilgili birçok farklı teori ortaya atılmasına rağmen henüz bu konuda net bir fikir birliği bulunmamaktadır (Post, 2005). Özgeci bir niyetle yardım eden kişiler, kişisel çıkar beklentisiyle yola çıkmasa dahi bu davranışların, kişiyi içsel olarak ödüllendiren yönleri bulunmaktadır ve çoğu insan yardım etmenin kendilerini iyi hissettirdiğini belirtmektedir (Post, 2005). Adler'in yaklaşımına göre sosyal ilgi ve özgeci motivasyonlarla hareket etmek sağlıklı bir ruh halinin belirleyicisi olmasına rağmen (Adler, 1979; Rareshide ve Kern, 1991) bu davranışların fiziksel ve psikolojik sağlığa yararları henüz yakın tarihlerde araştırma konusu olmuştur (Post, 2005). Bu araştırmanın amacı, özgeciliğin ve özgeci davranışların bir alt türü olarak gönüllü çalışmanın psikolojik sağlıkla ilişkisini depresyon ve olumlu algılar özelinde incelemektir. Bu incelemeyi yapabilmek adına, kanser hastalarıyla gönüllü ve profesyonel olarak çalışan iki grup üzerinden mevcut araştırmanın değişkenleri karşılaştırılmıştır. Öncelikle onkoloji servisinde çalışan bu gruplar ele alınacak olup, ileriki aşamada araştırmanın değişkenlerinin birbiriyle ilişkisine yer verilecektir.

Onkoloji Servisinde Çalışmak

Kanser hastalarıyla çalışmak; hastaların bakımının zahmetli oluşu, ölüm oranlarının yüksekliği, ağrılı hastaların fazlalığı gibi faktörler nedeniyle zor ve stresli bir görevdir (Shanafelt ve Dyrbye, 2012). Bu durumun, çalışanların ruh sağlığı üzerinde çeşitli etkileri mevcuttur. Bazı araştırmalar onkoloji servisinde çalışan personellerin, hastaların teşhislerine verdikleri duygusal tepkilere maruziyet, ağrılı hastaların fazlalığı, sıklıkla karşılaşılan hasta ölümleri gibi nedenlerle tükenmişlik sendromuna (Maslach ve Jackson, 1981) ve depresyona (Kuerer ve ark., 2007; Medisaskaite ve Kamau, 2017) karşı yüksek risk altında olduklarını göstermektedir. Kanser hastalarıyla çalışan kişilerin psikolojik sağlıklarının hastalara sundukları hizmet kalitesini etkileyeceği göz önünde bulundurulduğunda (Parlar, 2008), bu alandaki çalışanların ruh sağlıklarını koruyucu faktörlerin incelenmesinin önemi anlaşılmaktadır. Bu nedenle kanser hastalarıyla çalışanlar mevcut araştırmaya dahil edilmiştir. Özgeci davranışların ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisini gösteren araştırmalar (Post,

2005; Schwartz ve ark., 2009), bu davranışların onkoloji servisi çalışanlarının ruhsal sağlıkları üzerinde benzer bir etki gösterme ihtimalini gündeme getirmektedir. Alanyazında bu konuda yapılmış herhangi bir araştırmaya rastlanmamış olup, mevcut çalışma, özgecilik ve gönüllülük gibi değişkenlerin onkoloji servisinde çalışanların depresyon ve pozitif algı düzeyleriyle ilişkisini incelemektedir. Bu noktada özgecilik ve gönüllülük kavramlarının etkinliklerini anlayabilmek adına açılımlarının yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Özgecilik ve Gönüllülük

Özgecilik, gereksinim duyan kişilere ödül beklentisi içinde olmaksızın ve kimi zaman bedel ödeyerek yapılan yardım etme ve yarar sağlama davranışıdır (Oliner, 2003). Kişi, bu davranışla odağını kendinden başkalarına çevirmiş ve ödül beklentisinden uzaklaşmıştır (Bilgin, 1988). Özgeci davranışlarda niyet gereği herhangi bir beklenti olmadığından, kişide beklentilerinin karşılanmaması, hayal kırıklığı, ihanete uğrama veya karşılık görememe gibi kaygılar da oluşmamaktadır (Post, 2005). Gönüllü çalışma ise insanların ihtiyaçlarını gidermek için herhangi bir maddi karşılık almadan birtakım etkinliklerde bulunmayı içermektedir (Wilson, 2000). Alanyazında gönüllülüğün hangi motivasyonlarla sergilendiği konusunda farklı fikirler bulunmaktadır (Allison ve ark., 2002; Clary ve ark., 1998; İşlek ve ark., 2016). Bunların içinde en baskın fikirlerden biri, gönüllülüğün özgeci davranışların bir alt türü olduğunu ve özgeci bir motivasyonla tetiklendiğini belirtmektedir (Burns ve ark., 2006; Unger, 1991).

Özgeci davranışların ve gönüllü çalışmanın hem fiziksel hem de zihinsel sağlığa olumlu etkileri noktasında geniş bir alanyazın bilgisi bulunmaktadır. Gönüllü olarak çalışmanın ömrün uzunluğu (Wilson ve Musick, 2003), hastalık oranlarının düşüklüğü (Schwartz ve ark., 2009), pozitif duygulanımın (Luks, 1988) ve psikolojik iyi oluş seviyesinin yüksekliğiyle (Mellor ve ark., 2008) ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca bu kavramın araştırmanın değişkenlerinden olan depresyon ve pozitif algılarla ilişkili olduğu çeşitli araştırmalar tarafından saptanmış olup çalışmanın ileriki bölümünde bu ilişkilere ayrıntılı bir şekilde yer verilecektir.

Özgecilik ve Depresyon

Özgeci davranışın psikolojik iyi oluşa pozitif etkisi üzerine araştırmalar varken, depresyonla olan ilişkiyle ilgili kısıtlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Depresyon üzerine yapılan araştırmalar genellikle sosyal destek almanın pozitif etkisi üzerineyken, Wright (2013) sosyal destek vermenin ve yardım etmenin dep-

resyonla ilişkisini incelemiştir. Bu çalışmaya göre, özgeci davranışın amaç kazanımı, yaşam memnuniyetindeki artış ve insanlarla kurulan ilişki aracılığıyla depresyon belirtilerinin şiddetini negatif yönde etkilediği saptanmıştır (Wright, 2013). Başka bir çalışmanın bulgularına göre 65 yaş ve üstü bireylerde gönüllü çalışma, düşük depresyon düzeyiyle ilişkili bulunmuştur (Wilson ve Musick, 2003). Gönüllülük ile depresyon oranları arasındaki bu ilişkinin oluşumuna özgüven artışı ve sosyal kaynakların güçlenmesi gibi faktörlerin aracılık ettiği bulgulanmıştır. Depresyonun, dünya çapındaki yoğun artışı ve yeti yitimi noktasında tıbbi rahatsızlıklar arasında 4. sırada yer aldığı (Işık ve ark., 2013) bilgisi göz önünde bulundurulduğunda çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi ve önlem alınması gerektiği düşünülmektedir. Bu konuda alanyazına katkıda bulunmak adına özgeci bir davranış örneği olan gönüllülük, bu çalışmada çalışılmak üzere tercih edilmiştir. Nitekim bu konuda yapılan kısıtlı sayıda araştırmalar, gönüllü çalışmanın sosyal etkileşimi artırıcı (Wilson ve Musick, 2003), yaşama anlam ve amaç katkıcı (Wright, 2013) ve pozitif duygulanım düzeylerini (Luks, 1988) artırıcı özellikleri aracılığıyla depresyon oranlarındaki düşüşle ilişkili olduğunu desteklemektedir. Bu araştırmanın bu ilişkiyi inceleyerek en yaygın psikolojik rahatsızlıklardan biri olan depresyonla baş etme noktasında davranışsal bir çözüm üretmek ve psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör sunarak alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Özgecilik ve Pozitif Bilişsel Üçlü

Araştırmanın değişkenlerinden biri olan pozitif bilişsel üçlü kavramı, kişinin kendine, dünyaya ve geleceğe dair pozitif düşüncelerini içermektedir. Dolayısıyla pozitif benlik algısı, pozitif dünya algısı ve pozitif gelecek algısı olmak üzere 3 alt faktörden oluşmaktadır (Erarslan, 2014). Literatürde özgeci davranışın pozitif bilişsel üçlü değişkeniyle direkt ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır ancak pozitif bilişsel üçlünün alt faktörleriyle ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Pozitif bilişsel üçlü kavramının bir alt faktörü olan pozitif benlik algısı kişinin kendisine yönelik sahip olduğu değersizlik, eksiklik, yetersizlik gibi negatif bilişlerin tersine özgüven ve öz yeterlilik gibi olumlu bilişlerden oluşmaktadır (Erarslan ve Işıklı, 2019). Ryff ve Singer (2008) gönüllü çalışanların yüksek özgüven oranlarına sahip oluşunu, gönüllü çalışmanın kişide ürettiği yararlı ve üretici olma düşüncesine bağlamışlardır. Pozitif bilişsel üçlü kavramının bir diğer alt faktörü olan pozitif dünya algısı, kişinin çevreyi düşmanca, korku dolu, engelleyici bir yer olarak algılamasına zıt olarak dünyayla ilgili olumlu düşünceleri içermektedir (Erarslan ve Işıklı, 2019). Lin ve arkadaş-

larının (1999) gerçekleştirdiği çalışmaya göre gönüllü çalışmanın, kişiyi bir topluluğa ait hissettirdiği ve bu sayede o kişide depresif belirtilerin azaldığı bulunmuştur. Sosyal etkileşim ve aitlik hissiyatı arttıkça güvenli dünya algısı güçlenmekte (Wilson ve Musick, 2003) ve çevreyi korku dolu bir yer olarak algılama durumu azalmaktadır (Moen ve ark., 1993; Sungur, 1999). Pozitif bilişsel üçlü kavramının son alt faktörü olan pozitif gelecek algısı, hayatta olumsuzlukların her zaman süreceğine dair negatif bir gelecek algısının tersine geleceğe dair umutlu olmak ve hayat amaçlarına ulaşmakla ilgilidir (Erarslan, 2014; Snyder ve ark., 1991). Gönüllü çalışmanın bir amaç yaratıp onu gerçekleştirme algısı oluşturması muhtemeldir. Nitekim bu tarz aktivitelerin hayata anlam ve amaç kattığı, hayat memnuniyetini arttırdığı araştırmalar tarafından desteklenmektedir (Midlarsky, 1991; Thoits ve Hewitt, 2001). Gönüllü çalışmanın bireyin kendilik algısını pozitif çevirdiğine (Ryff ve Singer, 2008), umutsuzluk hissiyatını azalttığına (Miller ve ark., 1986), özgüveni (Feng ve Guo, 2017), hayat memnuniyetini arttırdığına, hayata anlam ve amaç kattığına (Midlarsky, 1991) yönelik yapılan araştırmalar, gönüllü çalışmanın pozitif bilişsel üçlü kavramıyla ilişkisini göstermektedir. Psikolojik sağlamlık ve düşük depresyon oranlarıyla (Mak ve ark., 2011) ilişkili olan pozitif bilişsel üçlü kavramının psikolojik sağlığı olumlu olarak etkilediği ve depresyona karşı koruyucu etkisi olduğu düşünülmektedir (Erarslan ve Işıklı, 2019). Bu noktada bilişleri pozitif çevirmeye katkıda bulunacak bir değişken olarak görülen gönüllü çalışma kavramını incelemenin faydalı bir yaklaşım olduğu düşünülmektedir.

İlgili alanyazın dikkate alındığında, özgecilik ile pozitif bilişsel üçlü kavramı üzerine çalışılmış doğrudan bir araştırmanın olmayışı ve özgeciliğin depresyon ile ilişkisine yönelik yapılan araştırmaların azlığı bu kavramlar üzerinde çalışma ihtiyacı doğurmuştur. Bu noktada kanser hastalarıyla gönüllü ve profesyonel olarak çalışan iki farklı grup üzerinden özgecilik, depresyon ve pozitif bilişsel üçlü oranlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Aynı iş kolunda gönüllü hizmet edenlerle profesyonel çalışanların karşılaştırılması ile işi icra etmedeki niyet farkının psikolojik sağlıkla ilişkisini doğrudan göstermesi bakımından önemli bir çalışma olduğu düşünülmektedir. Ayrıca kanser hastalarıyla çalışmanın getirisi olarak yaşanabilecek duygusal problemlere karşı önleyici bir faktör olarak gönüllü çalışmayı inceleyen ilk çalışma olması bakımından alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Örneklem-1

İstanbul Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi On-

koloji Bölümü'nde 'Mavi Melekler' adlı gönüllü olarak hizmet veren 65 kadından 61'i araştırmaya katılım sağlayarak birinci örneklem grubunu oluşturmaktadırlar. 30 yılı aşkın süredir kanser hastalarına çeşitli konularda gönüllü olarak hizmet sunan 'Mavi Melekler' adlı grup genel olarak hastaların hastane içinde işlerini kolaylaştırmak ve onlara bu süreçte destek olmak üzere hizmet görmektedir. Her biri haftanın bir günü çalışan gönüllülerin sundukları çok yönlü hizmetler arasında her gün hastalara ve yakınlarına ücretsiz yiyecek dağıtma, temizlik ve kıyafet ihtiyaçlarıyla ilgilenme, maddi katkıda bulunma, hastalara sosyal destek sunma gibi çeşitli yardımlar bulunmaktadır. Yaşları 32 ile 78 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 54.28 ($SS = 11.01$) olarak belirlenmiştir. Eğitim durumlarına bakıldığında, 2 kişinin ilkokul (%3.3), 15 kişinin ortaokul (%24.6), 29 kişinin lise (%47.5) ve 15 kişinin üniversite (%24.6) mezunu olduğu belirlenmiştir. Bu grupta 38 evli (%62.3), 5 bekar (%8.2), 5 boşanmış (%8.2) ve 13 dul (%21.3) katılımcı bulunmaktadır.

Örneklem-2

İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Hastanesi Onkoloji Enstitüsü'nde onkoloji hastalarına profesyonel bir şekilde hizmet eden 60 kadın çalışan araştırmacının ikinci örneklem grubunu oluşturmaktadır. Bu grupta 28 hemşire (%46.7), 4 doktor (%6.7), 3 tıbbi sekreter (%5), 4 hasta bakıcı (%6.7) ve toplamda 21 tane biyolog, dozimetris, eczacı, eczacı teknisyeni, kanser genetiği uzmanı, kayıt memuru, laborant, moleküler biyolog, sağlık teknisyeni, sağlık teknikeri, sekreter, temizlik personeli, veri girişi analisti (%34.9) bulunmaktadır. Haftanın 5 günü çalışan katılımcıların yaşları 23 ile 59 arasında değişmektedir ve yaş ortalamaları 38.46 ($SS = 8.77$) olarak belirlenmiştir. Eğitim durumlarına bakıldığında 1 kişinin ilkokul (%1.7), 2 kişinin ortaokul (%3.3), 7 kişinin lise (%11.7), 30 kişinin üniversite (%50.0) ve 20 kişinin yüksek lisans/doktora (%33.3) mezunu olduğu belirlenmiştir. Bu grupta 37 evli (%61.7), 21 bekar (%35.0), 1 boşanmış (%1.7) ve 1 dul (%1.7) katılımcı bulunmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Sosyo-demografik Bilgi Formu Araştırmacı tarafından hazırlanan bu form katılımcıların yaşı, cinsiyeti, eğitim ve çalışma durumu, medeni durumu, çocuk bilgisi gibi sorulardan oluşmaktadır.

Özgeciliğin Ölçeği (ÖÖ) Özgeciliğin ölçeği Rushton ve arkadaşları tarafından 1981 yılında geliştirilmiştir. 20 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipi olarak hazırlanmıştır. Ölçekte ters kodlanan madde yoktur ve ölçekten

elde edilen yüksek puanlar yüksek özgeciliğin yorumlanmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Tekeş ve Hasta (2015) tarafından yapılmıştır. Orijinal ölçek tek faktörlüdür ancak Türkçeye uyarlanmış versiyonu yardım etme ve bağışçılık şeklinde iki faktörlü yapıdadır. Tüm ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı geçerlik güvenirlik çalışmasında .84 olarak hesaplanmıştır. Yardım etme alt ölçeğinin iç tutarlık katsayısı .81, bağışçılık alt ölçeğinin ise .70 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği .83'tür (Tekeş ve Hasta, 2015). Mevcut çalışmada tüm ölçeğin Cronbach Alfa değeri .90, alt ölçeklerde ise alfa değeri yardım etme için .86 ve bağışçılık için .82 olarak bulunmuştur.

Beck Depresyon Envanteri (BDE) Beck ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilmiş olup bireylerin depresyon seviyelerini ve depresyon yönünden risklerini belirleyen bir ölçüm aracıdır. Ölçek depresyondaki duygusal, bedensel, bilişsel ve motivasyonel semptomları ölçen 21 adet kendini değerlendirme sorusundan oluşmaktadır ve her bir soruya 0-3 arası puan verilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 63'tür. Hisli (1989) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Güvenirlik çalışmasından elde edilen sonuca göre ölçeğin yarıya bölme güvenirliği .74, madde analizinden bulgularan Cronbach Alfa katsayısı ise .80'dir (Hisli, 1989). Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .86 olarak saptanmıştır.

Bilişsel Üçlü Envanteri (BÜE) Beckham ve arkadaşları (1986) tarafından oluşturulan bu ölçek bireylerin kendilerine, dünyaya ve geleceğe yönelik pozitif ve negatif bilişlerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 7'li Likert tipi olarak hazırlanmıştır. Negatif maddelerin tamamı ters kodlanmaktadır ve ölçekten alınan düşük puanlar negatif bilişsel üçlüyü, yüksek puanlar ise pozitif bilişsel üçlüyü ifade etmektedir. Envanterin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Erarslan ve Işıklı (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek, benlik algısı, dünya görüşü ve gelecek algısı olmak üzere üç faktörlü yapıdadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .91 olup, benlik algısı alt faktörünün katsayısı .85, dünya görüşü alt faktörünün katsayısı .72 ve gelecek algısı alt faktörünün katsayısı .87'dir. Mevcut çalışmada Bilişsel Üçlü Envanterinin Cronbach Alfa değeri .89, gelecek algısı alt faktörünün .84, benlik algısı alt faktörünün .74 ve dünya görüşü alt faktörünün ise .82 olarak belirlenmiştir.

İşlem

Bu çalışma için Işık Üniversitesi Etik Kurulu'ndan etik

onay ve ilgili hastanelerden uygulama izni alınmıştır. Veri toplama araçları, gönüllü katılımcılar tarafından hastanenin sessiz bir köşesinde oturarak doldurulmuştur.

İstatistiksel Analizler

İstatistiksel analizler SPSS 22 paket programı ile gerçekleştirilmiş olup, %95 güven aralığı belirlenmiştir. Bu çalışmada ölçeklerin normallik dağılımlarını test etmek için normallik testi (Kolmogorov-Smirnov) uygulanmıştır. Bu testten elde edilen verilere göre gönüllü çalışan grubun ölçeklerinin normallik dağılımına uymadığı ancak profesyonel çalışan grubun ölçeklerinin normal dağılım gösterdiği bulgulanmıştır. Bu nedenle, ikili grup karşılaştırmaları için Mann Whitney U-testi yürütülmüştür. Değişkenler arası ilişkiler, profesyonel çalışan grup için Pearson korelasyon analizi, gönüllü çalışan grup için ise Spearman's rho korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir.

BULGULAR

Özgecilerlik, Depresyon ve Pozitif Bilişsel Üçlü Değişkenleri Açısından Profesyonel ve Gönüllü Grupların Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların kanser hastalarıyla çalışma şekillerine göre farklılık gösterip göstermediği parametrik olmayan testlerden Mann Whitney U testi yapılarak belirlenmiştir. Tablo 1'de görüldüğü üzere Özgecilerlik Ölçeğinden alınan puanlar açısından kanser hastalarıyla çalışan gönüllü grup ile profesyonel grubun sıra ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($U = 621.500$; $p < .05$). Buna göre, gönüllü grubun ($Ort. = 80.81$) profesyonel gruba göre ($Ort. = 40.86$) özgecilerlik puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Tablo 2'de görüldüğü üzere Beck Depresyon Envanterinden alınan puanlar açısından gönüllü grup ile profesyonel grubun sıra ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($U = 1029.500$; $p < .05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, gönüllü grubun ($Ort. = 47.88$) profesyonel gruba göre ($Ort. = 74.34$) depresyon belirti düzeylerinin anlamlı olarak düşük olduğu görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere Bilişsel Üçlü Envanterinden alınan puanlar açısından gönüllü grup ile profesyonel grubun sıra ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($U = 808.000$; $p < .05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, gönüllü grubun ($Ort. = 77.75$) profesyonel gruba göre ($Ort. = 43.97$) pozitif bilişsel üçlü puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Korelasyon Analizi Sonuçları

Kanser Hastalarıyla Çalışan Profesyonellerde Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi

Profesyonel grupta Özgecilerlik Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Bilişsel Üçlü Envanteri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Tüm değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 4'te sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre kanser hastalarıyla çalışan profesyonel grubun özgecilerlik oranı ile depresyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.30$ $p < .05$). Bu bulgu, özgecilerlik oranındaki artışın depresyon düzeyindeki düşüşle ilişkili olduğunu ifade etmektedir.

Tablo 1. Özgecilerlik Ölçeği Puanlarının Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekline Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekli	Özgecilerlik Ölçeği					
	N	Sıra Ortalamaları	Sıra Toplamı	U	Z	p
Gönüllü	61	80.81	4929.50	621.500	-6.268	< .05
Profesyonel	60	40.86	2451.50			

Tablo 2. Beck Depresyon Envanteri Puanlarının Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekline Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekli	Beck Depresyon Envanteri					
	N	Sıra Ortalamaları	Sıra Toplamı	U	Z	p
Gönüllü	61	47.88	2920.50	1029.500	-4.157	< .05
Profesyonel	60	74.34	4460.50			

Tablo 3. Bilişsel Üçlü Envanteri Puanlarının Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekline Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Kanser Hastalarıyla Çalışma Şekli	Bilişsel Üçlü Envanteri					
	N	Sıra Ortalamaları	Sıra Toplamı	U	Z	p
Gönüllü	61	77.75	4743.00	808.000	-5.300	< .05
Profesyonel	60	43.97	3638.00			

Tablo 4. Kanser Hastalarıyla Çalışan Profesyonel Grupta Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları (N = 60)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Özgecilerik Ölçeği	1							
2. ÖÖ-Yardım Etme Alt Boyutu	.94**	1						
3. ÖÖ-Bağışçılık Alt Boyutu	.81**	.58**	1					
4. Beck Depresyon Ölçeği	-.30*	-.31*	-.21	1				
5. Bilişsel Üçlü Envanteri	.37**	.34**	.31*	-.69**	1			
6. BÜE-Benlik Algısı Alt Boyutu	.30*	.28*	.25*	-.51**	.86**	1		
7. BÜE-Dünya Algısı Alt Boyutu	.34**	.33**	.27*	-.65**	.86**	.86**	1	
8. BÜE-Gelecek Algısı Alt Boyutu	.31*	.28*	.29*	-.60**	.87**	.67**	.58**	1

* $p < .05$, ** $p < .001$. ÖÖ: Özgecilerik Ölçeği, BÜE: Bilişsel Üçlü Envanteri

Tablo 5. Kanser Hastalarıyla Çalışan Gönüllü Grupta Değişkenler Arasındaki Spearman Korelasyon Katsayıları (N = 61)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Özgecilerik Ölçeği	1							
2. ÖÖ-Yardım Etme Alt Boyutu	.97**	1						
3. ÖÖ-Bağışçılık Alt Boyutu	.76**	.60**	1					
4. Beck Depresyon Ölçeği	-.38**	-.38**	-.24	1				
5. Bilişsel Üçlü Envanteri	.48**	.43**	.43**	-.60**	1			
6. BÜE-Benlik Algısı Alt Boyutu	.45**	.40**	.44**	-.58**	.92**	1		
7. BÜE-Dünya Algısı Alt Boyutu	.37**	.33**	.34**	-.46**	.85**	.75**	1	
8. BÜE-Gelecek Algısı Alt Boyutu	.40**	.39**	.30*	-.53**	.79**	.66**	.46**	1

* $p < .05$, ** $p < .001$. ÖÖ: Özgecilerik Ölçeği, BÜE: Bilişsel Üçlü Envanteri

Aynı grubun özgecilerik oranı ve bilişsel üçlü düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .37$, $p < .001$). Bu durum, katılımcıların özgecilerik oranındaki artışın pozitif bilişsel üçlü düzeyindeki artışla ilişkili olduğunu göstermektedir.

Kanser Hastalarıyla Çalışan Gönüllülerde Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi

Gönüllü grupta Özgecilerik Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Bilişsel Üçlü Envanteri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Spearman Korelasyon Analizi yapılmıştır. Tüm değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 5'te sunulmuştur. Tablo 5'te görüldüğü üzere kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin özgecilerik oranı ile bilişsel üçlü düzeyi arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur ($\rho = .48$, $p < .001$). Bu bulgu, özgecilerik oranlarındaki artışın pozitif bilişsel üçlü düzeyindeki artışla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bununla birlikte gönüllü grubun özgecilerik oranı ve depresyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($\rho = -.38$, $p < .001$). İlgili analiz, özgecilerik oranı yükseldiğinde depresyon düzeyinde düşüş olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı gönüllü çalışmanın özgecilerik, depresyon düzeyi ve pozitif bilişsel üçlü ile ilişkisini incelemektir. Bu noktada kanser hastalarıyla gönüllü

ve profesyonel olarak çalışan iki farklı grup üzerinden özgecilerik, depresyon ve pozitif bilişsel üçlü oranlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın ilk bulgusu, kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin özgecilerik oranlarının kanser hastalarıyla çalışan profesyonellere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bazı araştırmalara göre hizmet etme süresi arttıkça özgeci motivasyon düzeyi artmaktadır (Clary ve Miller, 1986; Clary ve Orenstein, 1991; Rosenhan, 1970). Nitekim mevcut çalışmada gönüllü grup olarak tercih edilen Mavi Melekler, 30 yılı aşkın süredir faaliyetlerine devam etmekteyken, profesyonel grubun daha genç katılımcılardan oluşması hizmet etme sürelerinin daha az olduğuna işaret etmektedir. Mavi Melekler adlı grubun yaş ortalaması 54 iken profesyonel grubun yaş ortalaması 38'dir. Levinson (1986) 30'lu yaşlardaki bireyi meslekte ilerleme kaydetme gibi kendi ihtiyaçlarına odaklı bir hal içinde betimlerken, 50'li yaşlardaki bireyi topluma katkıda bulunma, deneyim paylaşma gibi diğer insanların ihtiyaçlarına odağın arttığı bir yapıda ifade etmektedir. Bu görüş, iki grup arasındaki özgecilerik düzeyi farkına yaş değişkeni üzerinden bir açıklama sunmaktadır.

Araştırmanın iki grup karşılaştırması sonucu elde edilen diğer bir bulgusu, kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin profesyonellere göre depresyon oranlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu bulgunun, aynı iş kolunda gönüllü hizmet edenlerle profesyonel çalışanların karşılaştırılması ile işi icra etmedeki niyet

farkının psikolojik sağlıkla ilişkisini doğrudan göstermesi bakımından alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Nitekim Weinstein ve Ryan (2010) araştırmalarında motivasyon ve niyet farkının etkisini göstererek, içsel amaçlarla gönüllü çalışanların dışsal amaçlarla gönüllü çalışan kişilere göre kendilerini daha iyi hissettikleri sonucuna ulaşmışlardır. Mevcut araştırma bu bulguyu depresyon özelinde desteklemektedir. Alanyazına göre gönüllü çalışmak hem psikolojik sağlığı olumlu etkilemekte hem de depresyon gibi ruhsal rahatsızlıklara karşı koruyucu bir etki oluşturmaktadır (Wilson, 2012). Özgeçmiş düzeyinin depresyon seviyesiyle ilişkisini gösteren Wright'ın (2013) yaptığı araştırmaya göre özgeçmiş davranışın amaç kazanımı, yaşam memnuniyetindeki artış ve insanlarla kurulan ilişkilerdeki artış dolayısıyla depresyon şiddetini negatif etkilediği saptanmıştır.

Gönüllülük ile depresyon arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışma, gönüllülüğün, insanlarla kurulan ilişkilerdeki artış nedeniyle düşük depresyon seviyesiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır (Wright, 2013). Mevcut araştırmada aynı hasta grubuyla çalışırken hastalarla sosyal anlamda etkileşim içerisinde olan iki grup karşılaştırılmıştır ancak kurulan iletişimin kalitesi bakımından bu gruplar arasında belli bir fark oluşmaktadır. Yardım eden insanlar veya gönüllü çalışanlar bir işi belli bir ücretle yapan kişilere kıyasla diğer kişilerin takdirini daha fazla kazanmakta ve şükran duygularıyla karşılanılmaktadırlar. Dolayısıyla bu ortamlar genelde pozitif ve sıcak olmaktadır (Wilson ve Musick, 2003). Bu durum bir yandan kişide çevre tarafından kabul edildiği algısı yaratmaktayken diğer yandan insanlar arasındaki güven duygularının güçlenmesine hizmet etmektedir. Dolayısıyla mevcut araştırmadaki gönüllü grubun düşük depresyon seviyesini insanlarla kurulan iletişimin kalitesi bakımından açıklamak mümkün görünmektedir. Ayrıca Wilson ve Musick'e (2003) göre gönüllü çalışmak kişide pozitif biliş ve pozitif duygulanım üretmektedir; dolayısıyla depresif mod gibi negatif olanlara karşı koymaktadır. Luks (1988) yardım edenlerin kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlayan (helper's high) içsel birtakım değişikliklerin söz konusu olduğundan bahsetmektedir. Nitekim diğer insanlara yardım ederken yapılan ölçümler sonucu, beyinde iyi hissetmeyi sağlayan ve acı algı duyumunu etkileyen dopamin kimyasalının salgılandığı ve beynin ödül bölgesinin aktifleştiği bulunmuştur (Strobel ve ark., 2014). Ayrıca diğerlerine yardım odaklı bir motivasyonla çalışıldığında vücutta stres aktivitesini baskılayan ve pozitif duygularla ilişkili bulunan oksitosin hormonunda artış olduğu belirlenmiştir (Moll ve ark., 2006). Bu yönüyle gönüllü çalışmanın depresyona karşı koruyucu bir etkisinin olmasının ve duygu düzenlemek için bir

yol olarak kullanılmasının mümkün olduğu düşünülmektedir.

Bir önceki paragrafta belirtilen araştırmalar, gönüllülerdeki düşük depresyon oranlarının ardındaki muhtemel mekanizmaları açıklar niteliktedir. Bu aşamada kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin depresyon düzeylerinin gönüllülere göre daha yüksek bulunmasını açıklamaya ihtiyaç vardır. 73 onkoloji hemşiresi üzerinde yapılan bir araştırma, çalışanların %60'ının depresif bir ruh hali içerisinde olduğunu göstermektedir (Keskin ve ark., 2018). İşyerinde yoğun düzeyde strese maruz kalma, iş yükünün fazlalığı, uzun çalışma saatleri gibi faktörlerin etkisiyle onkoloji servisi çalışanlarının depresyon düzeylerinde artış olduğu belirtilmektedir (Camps ve ark., 2009; Kryss-Peak, 2017). Mevcut çalışmada, profesyonel grup (5 gün) gönüllü gruba (1 gün) nazaran daha fazla gün çalışmaktadır. Dolayısıyla profesyonel çalışanların iş yükünün gönüllü çalışanlara göre fazla oluşu depresyon oranlarındaki yüksekliği açıklamaktadır. Ayrıca bazı araştırmalar onkoloji servisinde çalışan personellerin, hastaların teşhislerine verdikleri duygusal tepkilere maruziyet, ağırlı hastaların fazlalığı, sıklıkla karşılaşılan hasta ölümleri gibi nedenlerle depresyona karşı yüksek risk altında olduğunu belirtmektedir (Kuerer ve ark., 2007; Medisaskaite ve Kamau, 2017). Kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin hastaların tedavileriyle ilgilendikleri için sorumlulukları daha fazla olmaktadır ve tedavi sonucunda yaşanan ölüm gibi durumlarla gönüllü gruba nazaran daha yoğun bir şekilde karşılaşmaktadırlar. Bu durum profesyonel grubun depresyon oranlarındaki yüksekliğe bir açıklama sunmaktadır.

Mevcut çalışmada iki grup karşılaştırması sonucu elde edilen bir diğer bulgu, kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin pozitif bilişsel üçlü oranlarının profesyonellere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle gönüllü grubun kendilerine, çevrelerine ve geleceğe yönelik algılarının profesyonel gruba göre olumlu bir yönde olduğu saptanmıştır. Pozitif bilişsel üçlü kavramı pozitif benlik, pozitif dünya ve pozitif gelecek algısı olarak 3 alt boyuttan oluşmaktadır (Erarslan, 2014). Alanyazında gönüllü çalışmanın pozitif bilişsel üçlü kavramının üç alt boyutuyla ilişkisini destekler nitelikte araştırmalar varken, pozitif bilişsel üçlü kavramıyla ilişkisini doğrudan inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır (Lin ve ark., 1999; Miller ve ark., 1986; Ryff ve Singer, 2008). Pozitif bilişsel üçlü kavramının ilk alt boyutu olan pozitif benlik algısı incelendiğinde gönüllülük gibi diğerlerine odaklı yapılan aktivitelerde topluma hizmet etmenin getirdiği önemli hissetme ve özgüven artışının söz konusu olduğu görülmüştür (Piliavin ve Siegl, 2007). 20 çalışma gözden geçirilerek oluşturulan bir araştırmaya göre, gönüllü

çalışma, yüksek özgüven oranlarıyla ilişkili bulunmuştur (Allen ve Rushton, 1983). Ryff ve Singer (2008) gönüllü çalışanların yüksek özgüven oranlarına sahip olmasını, gönüllü çalışmanın kişide ortaya çıkardığı yararlı ve üretken olma düşüncesiyle bağdaştırmışlardır. Dolayısıyla ilgili alanyazın incelendiğinde gönüllülerde pozitif benlik algısının profesyonel çalışanlara oranla daha yüksek oluşu; gönüllü çalışmanın, değersizlik, eksiklik gibi bilişlerin etkisinden kişiyi koruyarak, özgüven ve öz yeterlilik gibi pozitif kendilik algısını arttırıcı gücüyle ilişkili olmasındandır. Pozitif bilişsel üçlü kavramının ikinci boyutu, pozitif dünya algısına işaret etmektedir. Kişi çevresinin kendisine karşı dostça tutumlarıyla karşılaştıkça, sosyal ilişkilerle ilgili algısı olumlu anlamda gelişmeye başlamakta ve kişiler arası güven duyguları pekişmektedir (Wilson ve Musick, 2003). Ayrıca gönüllü çalışmanın kişinin kendini bir topluluğa ait hissettirdiği ortaya konmuştur (Lin ve ark., 1999). Bütün bunların toplamında korku dolu, tehlikeli, hedeflere ulaşmada engelleyici bir dünya algısı yerine güvenli ve daha olumlu düşünceleri içeren bir dünya algısının yerleşmesi beklenmektedir. Pozitif bilişsel üçlü kavramının üçüncü boyutu pozitif gelecek algısına işaret etmektedir ve bu çalışmada gönüllülerin diğer gruba göre pozitif gelecek algılarının daha yüksek oranlarda olduğu saptanmıştır. Bunu destekleyen Miller ve arkadaşlarının (1986) araştırmasına göre yaşlı bireylerde özgeci eğilimler yükseldikçe umutsuzluk oranlarının düştüğü saptanmıştır. Bu çalışmalar, gönüllü çalışma ile kişinin kendine, çevreye ve dünyaya karşı geliştirdiği olumlu algıların ilişkisini desteklemektedir. Mevcut araştırma, tüm bu değişkenleri pozitif bilişsel üçlü adlı tek bir kavram altında incelemiş olup bunların gönüllü çalışma ile ilişkisini göstermektedir.

Yukarıda iki grubu değişkenler açısından karşılaştırarak elde edilen bulgulardan bahsedilmiş olup bu aşamada grup içindeki değişkenlerin karşılaştırıldığı korelasyon bulgularına yer verilecektir. "Kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin özgecilik değerleri ile pozitif bilişsel üçlü oranları arasında pozitif yönde ilişki beklenmektedir" hipotezi doğrulanmıştır. Dolayısıyla profesyonel grupta özgecilik düzeylerindeki artışla beraber kişilerin kendilerine, çevrelerine ve geleceğe yönelik olumlu algılarında yükselme olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Onkoloji servisinde çalışmak, hastaların bakımının zahmetli oluşu, ölüm oranlarının yüksekliği, ağırlı hastaların fazlalığı gibi faktörler sonucu zor ve stresli bir görevdir (Shanafelt ve Dyrbye, 2012). Bazı araştırmalar tarafından kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin çaresizlik, umutsuzluk, özgüven kaybı ile karakterize olan tükenmişlik sendromu (Maslach ve Jackson, 1981) düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna

ulaşılmıştır (Işıkhan, 2009; Tunçel ve ark., 2014). Mevcut çalışmada ise özgecilik oranları yüksek olan kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin özgüven oranı (Ryff ve Singer, 2008), aidiyet hissiyatı (Lin ve ark., 1999) ve umut düzeyinde artış (Miller ve ark., 1986) ile karakterize olan olumlu algı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, kanser hastalarıyla çalışmanın getirisi olarak yaşanabilecek duygusal problemlere karşı önleyici bir faktör olarak özgecilik değişkeninin önemini göstermektedir. Bu alanda çalışan profesyonellerin ruhsal sağlık durumlarının hastalara sunulan sağlık hizmetinin kalitesini etkilediği bilinmektedir (Parlar, 2008). Olumlu algıların psikolojik sağlamlık ve düşük depresyon oranlarıyla bağlantılı olduğu (Mak ve ark., 2011) düşünüldüğünde, olumlu algı düzeyleri yüksek olan sağlık çalışanlarının hastalara daha verimli hizmet sunacakları çıkarımını yapmak mümkün görünmektedir.

Kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin benzer şekilde özgecilik oranları arttığında kendilerine, çevreye ve geleceğe yönelik olumlu algılarında artış olduğu bulunmuştur. Özgecilik, doğası gereği kişinin odağının kendisinden diğer insanlara doğru kaymasını içermektedir (Bilgin, 1988). Kanser hastalarıyla çalışmanın yaratabileceği olumsuz etkiye (Shanafelt ve Dyrbye, 2012) karşı kişinin odağındaki bu değişikliğin pozitif algılardaki artışta rolünün olması mümkündür. Bunu destekleyebilecek bir teoriye göre dikkatin kendi üzerinden diğer kişilere kaydırılması kişinin kendilik kalıplarıyla bağlantısını kesip, değer yargılarının, içsel standartlarının esnemesi için bir kapı aralamaktadır. Bu şekilde kişi, hayatını olaylara kattığı anlamları, yaşadığı kayıpları, stres kaynaklarını dışsal rolleriyle birlikte yeniden yorumlayıp alternatif düşünceler üretmeye fırsat bulmaktadır (Schwartz ve ark., 2003). Kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin özgecilik oranlarındaki artışla beraber odaklarını diğer insanlara çevirmelerinin olumlu algıların gelişimine kapı araladığı anlaşılmaktadır.

Araştırma sonuçları, gönüllü çalışmanın ve özgecilik oranlarındaki artışın olumlu algı seviyesindeki yükselişle ilişkili olduğunu göstermektedir. Benliğe, dünyaya ve geleceğe dair algıların ruhsal sağlıkla doğrudan ilişkisi dikkat çekmektedir. Depresif bireylerin düşünme şeklinin negatif kendilik, dünya ve gelecek algısıyla karakterize olduğu ve bu negatif algıların depresyonun gelişiminde ve sürdürülmesinde etkin rol oynadığı bilinmektedir (Beck, 1979; Beck ve ark., 1987). Buna ek olarak Beck (1979) birçok ruhsal bozukluğun temelinde negatif, çarpıtılmış algıların olduğunu belirtmiştir. Bu negatif bilişlerin esneyip değişmesi depresyon, kaygı bozukluğu gibi psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde önemli bir rol oynamaktadır (Bozkurt,

2003). Bunun aksine pozitif algıların, psikolojik sağlamlık ve düşük depresyon oranlarıyla bağlantılı olduğu bilinmektedir (Mak ve ark., 2011). Dolayısıyla bireyde pozitif bilişlerin güçlenmesine hizmet eden faktörler, ruh sağlığının korunması noktasında önemli olarak değerlendirilmektedir (Erarslan, 2014). Bu faktörler arasına özgeci davranışlar ve bu davranışların kapsamı altında olan gönüllü çalışmanın girmesi bu araştırmanın bulguları arasında bulunmaktadır. Dolayısıyla bu bulgu, klinik ortamda danışanın pozitif algılarını güçlendirebilmek için kullanılabilir bir davranışsal yöntem olarak yararlı görünmektedir. Bu noktada tedavi programında böyle bir değişkenin etkilerinin incelenebileceği yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmada korelasyon analizinden elde edilen bir diğer bulgu, kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin özgeciliğin oranları arttığında depresyon düzeylerinin azaldığına işaret etmektedir. Gönüllü hizmet veren grubun yaş ortalaması 58'dir. Wilson ve Musick'in (2003) çalışmasına göre yaş almış bireylerin gönüllü faaliyetler içinde yer alması düşük depresyon oranlarıyla ilişkili bulunmuştur. Yaşlılıkta depresif semptomların görülme sıklığı oldukça yüksek olmasına (Balogun ve Katz, 2002; Perlmutter ve ark., 2010; Yuan, 2007) rağmen Li'nin (2007) araştırması gösteriyor ki eşlerini kaybeden gönüllü çalışan yaşlı bireyler düşük oranda depresyon belirtileri göstermektedirler. Bu noktada alanyazın, gönüllü faaliyetlerin hayattaki rollerin azaldığı dönemde oluşan boşluğu doldurarak depresyona karşı koruyucu olduğu görüşünü desteklemektedir (Wilson, 2012; Wilson ve Musick, 2003). Mevcut araştırmadaki bulgu bu şekilde açıklanmaktadır. Onkoloji servisinde çalışanlar, kanser hastalarıyla ilgilenmenin zorlukları nedeniyle depresyona karşı yüksek risk altında bulunmaktadır (Medisaukaite ve Kamau, 2017). Gönüllü olarak çalışanların özgeciliğin düzeyindeki artışla beraber hem bu riskten hem de yaşlılık risk faktöründen korundukları anlaşılmaktadır.

Benzer şekilde kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin özgeciliğin oranları arttığında depresyon düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. Kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin işleri insanlara yardım etmeyi içermektedir ancak kişilerin özgeciliğin oranları arttığında yani kendine odaklı bir halden diğerlerine odaklı yapıya geçildiğinde, ruh sağlığı üzerinde pozitif etkinin görüldüğü bu bulgudan anlaşılmaktadır. Bunu alanyazın bilgisine göre inceleyecek olursak, topluma yararlı işlerde çalışıp yardım etmek, bazı insanlar tarafından yurttaşlık görevi olarak algılanmakta ve bu görevi yerine getirmek kişi tarafından içsel olarak ödüllendirilmektedir (Wilson ve Musick, 2003). Bu hal kişiye hayat misyonunun oluşması ve bir amaç kazanımı noktasında yardımcı olmakta ve hayatına anlam katmaktadır (Wilson ve Musick, 2003). Bu durum depresyondaki

değersizlik ve boşluk hissiyatlarına karşı koruyucu etki oluşturmaktadır (Weinstein ve Ryan, 2010). Bu konuda yapılmış olan bazı çalışmalara göre özgeci bir motivasyonla yardım etme davranışının kişide hayat amacı oluşmasıyla bağlantılı olduğu bulunmuştur (Schwartz ve ark., 2009; Wright, 2013). Kanser hastalarıyla çalışan profesyonellerin özgeciliğin düzeyindeki artışın bu şekilde bir mekanizma sayesinde düşük depresyon oranlarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın sonuçları, gönüllü çalışmanın ve özgeciliğin oranlarındaki yükselişin düşük depresyon oranlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Dünya Sağlık Örgütüne göre günlük hayatı geniş çaplı bir şekilde etkileyip, yeti kaybına yol açan depresyonun yaygınlığının daha da artacağı ve kalp damar rahatsızlıklarından sonra en fazla görülen ikinci rahatsızlık olacağı tahmin edilmektedir (World Health Organization, 2017). Bu verilere bakıldığında depresyon üzerinde çalışmanın ve depresyonla baş etme noktasında davranışsal çözümler üretmenin önemi anlaşılmaktadır. Bu araştırmanın depresyonla mücadelede davranışsal çözümler üretme noktasında bir veri sunduğu görülmektedir ancak tedavi programına alınarak, özgeci davranışların depresyon semptomlarını azaltıcı etkisi incelenmelidir. Nitekim Mason'un (2004) yaptığı çalışmada, üniversite öğrencisi katılımcılarla prososyal davranışın depresyon tedavisindeki etkisi araştırılmıştır. Psikoterapiye ek olarak prososyal davranışlar sergilenmesi istenen grupta depresyon semptomlarında azalma meydana gelmiştir. Bir diğer çalışmada, depresyon tedavisinin sonuçlarını öngören özellikler araştırılmıştır (Spek ve ark., 2008). Buna göre, özgeciliğin puanları yüksek olan katılımcıların tedavi sonrasında daha düşük oranda depresyon semptomları gösterdikleri bulunmuştur (Spek ve ark., 2008). Bu araştırmalar özgeci davranışların depresyon tedavisiyle ilişkisini göstermektedir. Kişi depresyon semptomları arttıkça hareket etmekten uzaklaşmaya ve içe çekilmeye başladığı için kişinin aldığı pozitif pekiştiriciler azalmaktadır (Mete, 2008). Depresyonun davranışçı tedavisinde uygulanan davranışsal aktivasyon yönteminde kişinin ödül mekanizmasının uyarılması için aktiviteler planlanmaya çalışılmaktadır (Hopko ve ark., 2003). Bu noktada klinik ortamda kişilerin, özgeci davranışların içsel olarak ödüllendirici sistemi dolayısıyla bu davranışlara yönlendirilmesi fikri göz önünde bulundurulmalı ve bu yönde yeni araştırmalar planlanmalıdır. Bu bağlamda kısıtlı sayıda çalışma olması nedeniyle, özgeci davranışların hem depresyona karşı koruyucu hem de belirti düzeylerini azaltıcı etkisi üzerine yapılacak ileri çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu sayede psikolojik sağlığın korunumu noktasında özgeciliğin sahada kullanılmasını mümkün bir hale gelebilecektir.

Tüm bu alanyazın bilgisi dikkate alındığında, gönül-

l çalışma ile pozitif bilişsel l kavramı üzerine çalışılmış doğrudan bir araştırmanın olmayışı ve gönüllü çalışmanın depresyon ile ilişkisine yönelik yapılan araştırmaların azlığı, bu kavramlar üzerinde çalışma ihtiyaı doğurmuştur. Bu araştırmanın, olumlu algıların gelişiminde ve en yaygın rahatsızlıklardan olan depresyonla baş etme noktasında davranışsal bir çözüm üreterek ve psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör sunarak klinik alana önemli bir katkı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca kanser hastalarıyla çalışmanın getirisi olarak yaşanabilecek duygusal problemlere karşı önleyici bir faktör olarak özgeci davranışların önemini gösteren ilk çalışma olması bakımından alanyazına katkıda bulunmaktadır. Kanser hastalarıyla çalışan kişilerin psikolojik sağlıklarındaki artışın hastalara sundukları hizmet kalitesini etkileyeceği düşünüldüğünde değerli bir katkı olduğu anlaşılmaktadır. Mevcut araştırmanın sağladığı katkılarının yanı sıra birtakım sınırlılıkları da bulunmaktadır. Bu sınırlılıklar göz önünde bulundurulduğunda, öncelikle katılımcı sayısının azlığı dikkat çekmektedir. Araştırmaya dahil edilen ‘‘Mavi Melekler’’ adlı gönüllü yapılanma 65 kişiden oluşmaktadır. Katılım sağlamak istemeyen veya ulaşılamayan 4 kişi ele nince, 61 kişi üzerinden veri toplanabilmiştir. Profesyonel grup da benzer sayıda seçilmiş ve toplamda 121 katılımcıdan veri toplanmıştır. Bu durum araştırmanın popülasyona genellenmesi noktasında bir kısıtlılık oluşurmaktadır. Buna ek olarak gönüllü grup kadınlardan oluştuğu için sadece kadın katılımcılardan veri toplanmış ve araştırmaya erkek katılımcılar dahil edilmemiştir. Dolayısıyla elde edilen bulguların erkeklere genellenmesi noktasında bir kısıtlılık oluşmakta ve bu noktada yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırmada karşılaştırılan iki grubun yaş, eğitim seviyesi, kanser hastalarıyla çalışılan gün sayısı gibi özellikler bakımından birbirine yaklaştırılmasının mümkün olmaması araştırmanın bir diğer kısıtlılığı olarak görülmektedir. Gönüllü grup sadece kanser hastalarına haftada bir gün hizmet eden, profesyonel olarak bir işte çalışmayan ve yaş ortalaması yüksek kişilerden oluşurken, profesyonel grup icra ettikleri meslek gereği yaş ortalaması daha düşük, eğitim seviyesi daha yüksek ve kanser hastalarıyla haftada 5 gün çalışan kişilerden oluşmaktadır. Gruplar arasındaki bu farklılıklar bulguların geçerliliği noktasında sınırlılık yaratmaktadır ve bu konuda iki örneklem grubunun bu özellikler bakımından birbirine denk olduğu yeni araştırmalara gerek duyulmaktadır. Bu araştırma deneysel nitelikte olmadığı için değişkenler arasında bir ilişkiden bahsedilebilirken, neden sonuç ilişkisinden söz edilememektedir. Dolayısıyla iki grup karşılaştırmasında elde edilen bulgulara, yukarıda sözü edilen farklılıkların etkisinin olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Özetle, bu araştırma kanser hastalarıyla çalışan gönüllülerin profesyonellere kıyasla özgecilik ve pozitif bilişsel l oranlarının daha yüksek, depresyon oranlarının ise daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca her iki grup içerisinde özgecilik oranları arttıka depresif belirti düzeylerinin azaldığı ve pozitif bilişsel l oranlarının arttığı bulunmuştur. Mevcut araştırmada elde edilen bulgulardan çıkarılabilecek en önemli nokta, özgeciliğin pozitif algıların güçlenmesiyle ve düşük depresyon oranlarıyla ilişkili olduğunun bulunması ve bu Şekilde ruh sağlığına katkıda bulunma noktasında umut vaat ediyor olmasıdır. Özgecilik ve gönüllü çalışma ülkemizde olduka az sayıda çalışmaya konu olan bir kavram olduğundan, bu kavramın öneminin gösterildiği çalışmaların, özgeci davranışların klinik alanda kullanımını teşvik için veri sunması yönünden önemli olduğu düşünülmektedir. Bu konuda yapılacak araştırmaların daha geniş örneklem grupları ile yürütülmesi ve özgeciliğin tedavi programlarına katkı olarak etkisinin incelenmesi önerilmektedir.

Etik İlkelere Uygunluk Beyanı Uygulamaya geçilmeden önce Işık Üniversitesi Etik Kurulu’ndan 16.01.2020 tarihinde 236 evrak sayısı ile etik onay ve İstanbul Üniversitesi Onkoloji Enstitüsü Müdürlüğü’nden çalışma yapılmasına yönelik etik izin 241817 evrak sayısı ile 22.10.2019 tarihinde alınmıştır. Ayrıca Mavi Melekler adlı grubun sorumlusu olarak belirtilen Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi Eğitim ve İdari Sorumlusu Uzm. Dr. Süleyman Altın’dan 01.10.2019 tarihinde 83 numaralı evrak sayısı ile gerekli izin alınmıştır.

ıkar atışması Beyanı Bu makalenin tüm yazarları, makaleye ilişkin herhangi bir çıkar atışması olmadığını beyan ederler.



KAYNAKLAR

- Adler, A. (1979). *Superiority and social interest*. W.W. Norton Co.
- Allen, N. ve Rushton, J. P. (1983). Personality characteristics of community mental health volunteers. *Journal of Voluntary Action Research*, 12, 36-49.
- Allison, L. D., Okun, M. A. ve Dutridge, K. S. (2002). Assessing volunteer motives: A comparison of an open-ended probe and likert rating scales. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 12, 243-255.
- Balogun, J. A. ve Katz, J. S. (2002). Physiological changes and functional limitations associated with aging: A critical literature review. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 13(1), 37-59.
- Beck A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. A Meridian Book.
- Beck A. T., Ward C. ve Mendelson M. (1961). An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 4, 561-71.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. ve Emery, G. (1987). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press.

- Beckham, E. E., Leber, W. R., Watkins, J. T., Boyer, J. L. ve Cook, J. B. (1986). Development of an instrument to measure Beck's cognitive triad: The cognitive triad inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 566-567.
- Bilgin, N. (1988). *Sosyal psikolojiye giriş*. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Bozkurt, N. (2003). Depresyonda bilişsel davranışçı yaklaşımlar: Beck'in bilişsel kuramı. *Ege Eğitim Dergisi*, 3(2), 59-64.
- Burns, D. J., Reid, J. S., Toncar, M., Fawcett, J. K. ve Anderson, C. E. (2006). Motivations to volunteer: The role of altruism. *International Review on Public and Nonprofit Marketing*, 3(2), 79-91.
- Camps, C., Escobar, Y., Esteban, E., Almenárez, J. A., Jiménez, B. M., Herrero, M. G. ve Sánchez, P. T. (2009). Professional burnout among spanish medical oncologists. *Clinical & Translational Oncology*, 11(2), 86-90.
- Clary, E. G. ve Miller, J. (1986). Socialization and situational influences on sustained altruism. *Child Development*, 57, 1358-1369.
- Clary, E. G. ve Orenstein, L. (1991). The amount and effectiveness of help: The relationship of motives and abilities to helping behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(1), 58-64.
- Clary, E. G., Snyder, M. ve Stukas, A. A. (1998). Volunteer motivations: Findings from a national survey. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25(4), 485-505.
- Erarslan, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile depresif belirtiler ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide benlik saygısı, pozitif dünya görüşü ve umudun aracı rolünün incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Entitüsü, Ankara.
- Erarslan, Ö. ve Işıklı, S. (2019). Bilişsel üçlü envanterinin Türkçe uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Nöro-Psikiyatri Arşivi*, 56(1), 32-39.
- Feng, L. ve Guo, Q. (2017). Beneficial effect of altruism on well-being among Chinese college students: The role of self-esteem and family socioeconomic status. *Journal of Social Service Research*, 43(3), 416-431.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 23, 3-13.
- Hopko, D. R., Lejuez, C. W., Ruggiero, K. J. ve Eifert, G. H. (2003). Contemporary behavioral activation treatments for depression: Procedures, principles, and progress. *Clinical Psychology Review*, 23(5), 699-717.
- Işık, E., Işık, U. ve Taner, Y. (2013). *Çocuk, ergen, erişkin ve yaşlılarda depresif ve bipolar bozukluklar*. Ziraat Grup Matbaacılık.
- İşıkhan, V. (2009). *Onkolojide tükenmişlik ve başa çıkma*. Vizyon Yayınları.
- İşlek, M. S., Büyük, K., Çakmak, M. N. ve Tiltay, M. A. (2016). Yöneticilerin ve çalışanların bakış açısıyla sivil toplum kuruluşlarında gönüllülerin motivasyonları. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 1(17), 303-324.
- Keskin, Ö., Oktay, E., Turan, M., Kertmen, N., Tanrıverdi, O., İmamoğlu, G. I., Yüce, D., Öztürk, B. ve Ata, O. (2018). Depression and anxiety in oncology nurses. *Journal of Clinical Oncology*, 36(15), e18552-e18552.
- Kryss-Peak, G. L. (2017). *Compassion fatigue, depression, and anxiety in oncology nurses: A quantitative exploration*. (Unpublished doctoral dissertation). John F. Kennedy University, California.
- Kuerer, H. M., Eberlein, T. J., Pollock, R. E., Huschka, M., Baile, W. F., Morrow, M., Michelassi, F., Singletary, S. E., Novotny, P., Sloan, J. ve Shanafelt, T. D. (2007). Career satisfaction, practice patterns and burnout among surgical oncologists: Report on the quality of life of members of the society of surgical oncology. *Annals of Surgical Oncology*, 14(11), 3043-3053.
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41, 3-13.
- Li, Y. (2007). Recovering from spousal bereavement in later life: Does volunteer participation play a role? *Journals of Gerontology, Series B: Psychological and Social Sciences*, 62, 257-266.
- Lin, C. L., Huang, J. F., Huang C. Y., Liao H. H. ve Lin, P. Y. (1999). Impact of hospital volunteers on the patients' and nurses' perception of medical care quality. *Tzu Chi Medical Journal*, 11(1), 25-31.
- Luks, A. (1988). Helper's high: Volunteering makes people feel good, physically and emotionally. And like "runner's calm," it's probably good for your health. *Psychology Today*, 22(10), 34-42.
- Mak, W. W., Ng, I. S. ve Wong C. C. (2011). Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 610-617.
- Maslach, C. ve Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Mason, R. A. (2004). Efficacy of prosocial behavior as an adjunct to short-term psychotherapy in treating clinically depressed college students. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 64(10-B), 5225.
- Medisaukaite, A. ve Kamau, C. (2017). Prevalence of oncologists in distress: Systematic review and meta-analysis. *Psycho-Oncology*, 26(11), 1732-1740.
- Mellor, D., Hayashi, Y., Stokes, M., Firth, L., Lake, L., Staples, M., Chambers, S. ve Cummins, R. (2008). Volunteering and its relationship with personal and neighbourhood wellbeing. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 38(1), 144-159.
- Mete, H. E. (2008). Kronik hastalık ve depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11, 3-18.
- Midlarsky, E. (1991). Helping as coping: Prosocial behavior. *Review of Personality and Social Psychology*, 12, 238-264.
- Miller, M. J., Denton, G. O. ve Tobacyk, J. J. (1986). Social interests and feelings of hopelessness among elderly persons. *Psychological Reports*, 58(2), 410.
- Moen, P., Dempster-McCain, D. ve Williams, R. M. (1993). Successful aging. *American Journal of Sociology*, 97, 1612-1632.
- Moll, J., Krueger, F., Zahn, R., Pardini, M., de Oliveira-So-

- uza, R. ve Grafman, J. (2006). Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 103(42), 15623-15628.
- Oliner, S. P. (2003). *Do onto others: Extraordinary acts of ordinary people*. Westview Press.
- Parlar, S. (2008). Sağlık çalışanlarında göz ardı edilen bir durum: Sağlıklı çalışma ortamı. *Türk Silahlı Kuvvetleri Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 7(6), 547-554.
- Perlmutter, M. S., Bhorade, A. ve Gordon, M. (2010). Cognitive, visual, auditory, and emotional factors that affect participation in older adults. *AJOT*, 64, 570-579.
- Piliavin, J. A. ve Siegl, E. (2007). Health benefits of volunteering in the Wisconsin longitudinal study. *Journal of Health and Social Behavior*, 48, 450-464.
- Post, S. (2005). Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine*, 12, 66-77.
- Rareshide M. ve Kern, R. (1991). Social interest: The haves and the have nots. *The Journal of Individual Psychology*, 47, 464-76.
- Rosenhan, D. L. (1970). *The natural socialization of altruistic autonomy*. Academic Press.
- Rushton, J. P., Chrisjohn, R. D. ve Fekken, G. C. (1981). The altruistic personality and self report altruism scale. *Person and Individual Differences*, 2, 293-302.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Schwartz, C. E., Keyl, P. M., Marcum, J. P. ve Bode, R. (2009). Helping others shows differential benefits on health and well-being for male and female teens. *Journal Happiness Studies*, 10, 431-448.
- Schwartz, C. E., Meisenhelder, J. B., Ma, Y. ve Reed, G. (2003). Altruistic social interest behaviors are associated with better mental health. *Psychosomatic Medicine*, 65, 778-785.
- Shanafelt, T. ve Dyrbye, L (2012). Oncologist burnout: Causes, consequences, and responses. *Journal of Clinical Oncology*, 30, 1235-1241.
- Snyder C. R., Harris, C. ve Anderson, J. R. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.
- Spek, V., Nyklicek, I., Cuijpers, P. ve Pop, V. (2008). Predictors of outcome of group and internet-based cognitive behavior therapy. *Journal of Affective Disorders*, 105, 137-145.
- Strobel, A., Anacker, K., Enge, S., Reif, A. ve Lesch, K. (2014). Dopamine D4 receptor gene variation influences self-reported altruism. *Personality and Individual Differences*, 60, 11-11.
- Sungur, M. Z. (1999). İkincil travma ve sosyal destek. *Klinik Psikiyatri*, 2, 105-108.
- Tekeş, B. ve Hasta, D. (2015). Özgeçilim ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 3(6), 55-75.
- Thoits, P. A. ve Hewitt, L. N. (2001). Volunteer work and wellbeing. *Journal of Health and Social Behavior*, 42(2), 115-131.
- Tunçel, Y. İ., Kaya, M., Kuru, R. N., Menteş, S. ve Ünver, S. (2014). Onkoloji hastanesi yoğun bakım ünitesinde hemşirelerin tükenmişlik sendromu. *Türk Yoğun Bakım Derneği Dergisi*, 12(2), 57-62.
- Unger, L. S. (1991). Altruism as a motivation to volunteer. *Journal of Economic Psychology*, 12(1), 71-100.
- Weinstein, N. ve Ryan, R. M. (2010). When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(2), 222-244.
- Wilson, J. (2000). Volunteering. *Annual Review of Sociology* 26(1), 215-240.
- Wilson, J. (2012). Volunteerism research: A review essay. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 41(2), 176-212.
- Wilson, J. ve Musick, M. (2003). Doing well by doing good: Volunteering and occupational achievement among American women. *The Sociological Quarterly*, 44(3), 433-450.
- World Health Organization (2017). *Depression and other common mental disorders*. <https://www.who.int/mental-health/management/depression/prevalence-global-health-estimates/en/>
- Wright, B. C. (2013). *Altruism and depression: Exploring this relationship and the mechanisms behind it*. Available from ProQuest Dissertations and Theses Global. (1617957215).
- Yuan, A. S. V. (2007). Perceived age discrimination and mental health. *Social Forces*, 86, 291-311.

| Extended Abstract |

Comparative examination of altruism, positive cognitive triad, and depression rates in volunteers and professionals working with cancer patientsÇağla Nacaroğlu¹ , Saime Vicdan Yücel² **Keywords**

altruism, volunteering, depression, positive cognitive triad, cancer patients

Abstract

The aim of the current study was to examine the relationship between volunteering, altruism, positive cognitive triad and depression rates. At this point, it was aimed to compare the rates of altruism, depression, and positive cognitive triad between two groups working voluntarily and professionally with cancer patients. The sample of this research selected with convenience sampling method consisted of two groups and 121 participants. The participants of the first group (61 females) were selected from the group named 'Mavi Melekler' who serve at Okmeydani Research and Training Hospital's Institute of Oncology voluntarily. The participants of the second group (60 females) were selected from hospital staff like doctor, nurse, technician, laborant who work at Istanbul University Istanbul Medical Faculty's Institute of Oncology. In the current study, Socio-demographic Information Form, Altruism Scale, Beck Depression Inventory and Cognitive Triad Inventory were applied. According to the findings, volunteers working with cancer patients had higher rates of altruism and positive cognitive triad, and lower rates of depression compared to professionals. As a result of the Pearson and Spearman correlation analysis, as altruism rates increased in both groups, depression levels decreased, and positive cognitive triad rates increased. The fact that volunteering is associated with the decrease in depression rates and the increase in the rates of positive cognitive triad may provide clinical benefit by producing a behavioral method for coping with depression which is one of the most common disorders and by providing a protective factor for psychological health.

How does it affect psychological health by getting rid of the burden of self-centered expectations and helping other people without expecting anything in return? Even if people who help with an altruistic intention do not set out with the expectation of self-interest. These behaviors have aspects that reward the person internally and most people state that it helps them feel good (Post, 2005). According to Wright's study, it was found that altruistic behavior negatively affects the severity of depressive symptoms through goal acquisition, increase in life satisfaction and relationships with people (Wright, 2013). In addition, altruism and volunteer work transform the self-perception of the individual into positive (Ryff & Singer, 2008), reduce the feeling of hopelessness (Miller et al., 1986), increase self-confidence (Feng & Guo, 2017), increase life satisfaction and add meaning to life (Midlarsky, 1991). This situation indirectly indicates the relationship of volunteer work with the concept of positive cognitive triad. Considering the relevant literature, the lack of direct research on the concept of altruism and the positive cognitive triad, and the scarcity of research on the relationship

between altruism and depression have led to the need to study these concepts. The aim of the current study was to examine the relationship between volunteering, altruism, positive cognitive triad, and depression rates. At this point, it was aimed to compare the rates of altruism, depression, and positive cognitive triad between two groups working voluntarily and professionally with cancer patients.

METHODS

The sample of this research selected with convenience sampling method consisted of two groups and 121 participants. The participants of the first group (61 females) were selected from the group named 'Mavi Melekler' who serve at Okmeydani Research and Training Hospital's Institute of Oncology voluntarily. The participants of the second group (60 females) were selected from hospital staff like doctors, nurses, technicians, laborants who work at Istanbul University Istanbul Medical Faculty's Institute of Oncology. In this study, Socio-demographic Information Form, Altruism Scale, Beck Depression Inventory, and Cog-

To cite: Nacaroğlu, Ç., & Yücel, S. V. (2021). Comparative examination of altruism, positive cognitive triad, and depression rates in volunteers and professionals working with cancer patients. *Journal of Clinical Psychology Research*, 5(2), 98-112.

✉ Çağla Nacaroğlu · caglanurnacaroglu@gmail.com | ¹Clinical Psychologist, ²Department of Psychology, Işık University, İstanbul, Turkey.

Received Sep 1, 2020, Revised Oct 27, 2020, Accepted Nov 5, 2020

Authors' Note: This study is based on the first author's master's thesis, which was supervised by the second author.



nitive Triad Inventory were applied.

RESULTS

Mann Whitney U-test was used to compare the volunteer and professional group. According to the scores obtained from the Altruism Scale, a significant difference was found between the mean rank of the volunteer group and the professional group ($U = 621.500$; $p < .05$). A significant difference was found between the mean rank of the volunteer group and the professional group in terms of the scores obtained from the Beck Depression Inventory ($U = 1029.500$; $p < .05$). In addition, a significant difference was found between the mean rank of the volunteer group and the professional group in terms of the scores obtained from the Cognitive Triad Inventory ($U = 808.000$; $p < .05$). As a result, volunteers had higher rates of altruism and positive cognitive triad, and lower rates of depression compared to professionals.

Pearson correlation analysis was conducted to examine the relationships between the Altruism Scale, Beck Depression Inventory, and Cognitive Triad Inventory in the professional group. According to the results of the analysis, a significant negative relationship was found between the altruism rate of the professional group and the level of depression ($r = -.30$, $p < .05$). Also, a positive significant relationship was found between altruism rate and cognitive triad level of the professional group ($r = .37$, $p < .001$). Spearman correlation analysis was conducted to examine the relationships between scales in the volunteer group. A positive significant relationship was found between the altruism rate of volunteer group and the cognitive triad level ($\rho = .48$, $p < .001$). Also, a significant negative correlation was found between altruism rate and depression level of the volunteer group ($\rho = -.38$, $p < .001$). As a result, as altruism rates increased in both groups, depression levels decreased, and positive cognitive triad rates increased.

DISCUSSION

The first finding of the study shows that the altruism rate of volunteers working with cancer patients is higher as compared to professionals. According to some studies, altruistic motivation increases as the duration of service increases (Clary & Miller, 1986; Clary & Orenstein, 1991). As a matter of fact, Mavi Melekler, which is preferred as a volunteer group in the current study, has been continuing its activities for more than 30 years, while the professional group consists of younger participants indicates that their service time is less.

Another finding of the study shows that the depression rates of volunteers are lower than those of professionals. According to the research conducted by

Wright (2013), it was determined that altruistic behavior negatively affects the severity of depression due to goal acquisition, increase in life satisfaction and increases relationships with people. Also, according to Wilson and Musick (2003), volunteering produces positive cognition and positive affect in the person; hence it resists negative ones such as depressive mood. Luks (1988) mentions that there are some internal changes that make the helpers feel better (helper's high). As a matter of fact, as a result of the measurements made while helping other people, it has been found that the dopamine chemical that makes the brain feel good and affects the sense of pain perception is secreted and the reward region of the brain is activated (Strobel et al., 2014). In this respect, it is thought that volunteer work has a protective effect against depression and can be used as a way to regulate emotions.

Another finding indicates that when altruism rates of volunteers and professionals increase, their depression levels decrease. The average age of the volunteer group is 58. According to the study of Wilson and Musick (2003), the involvement of aged individuals in voluntary activities was found to be associated with low depression rates. At this point, the literature supports the view that voluntary activities are protective against depression by filling the gap that occurs when the roles in life are reduced (Wilson, 2012; Wilson & Musick, 2003). The finding in the current study is explained in this way. Considering the findings obtained from the professional group, it is understood that when individuals' altruism rates increase, a positive effect is seen on their mental health. According to the literature, helping people in useful jobs is perceived as a civic duty by some people and fulfilling this duty is rewarded internally by the person (Wilson & Musick, 2003). This helps the person to form a life mission and adds meaning to his/her life (Wilson & Musick, 2003). This situation creates a protective effect against feelings of worthlessness and emptiness in depression (Weinstein & Ryan, 2010). It is thought that the increase in altruism levels of professionals working with cancer patients is associated with low depression rates thanks to such mechanism.

In this study, it was found that the positive cognitive triad ratio of volunteers was higher compared to professionals. While there are studies in the literature that support the relationship of volunteer work with the three sub-dimensions of positive cognitive triad, there is no study that directly examines its relationship with the concept of positive cognitive triad (Lin et al., 1999; Ryff & Singer, 2008). Volunteer work transforms the self-perception of the individual into positive (Ryff & Singer, 2008), reduces the feeling of hopelessness (Miller et al., 1986), increases self-confidence (Feng & Guo, 2017), increases life satisfaction, and adds meaning to life (Midlarsky,

1991). This situation shows the relationship of volunteer work with the concept of positive cognitive triad indirectly. In addition, the hypothesis that a positive relationship is expected between altruism and positive cognitive triad rates of volunteers and professionals has been confirmed. Some studies conclude that professionals working with cancer patients have high levels of burnout syndrome (Maslach & Jackson, 1981), which is characterized by helplessness, hopelessness, and loss of self-confidence (Işıkhan, 2009). In the present study, it was found that professionals working with cancer patients with high altruism rates had high levels of positive perception, which is characterized by self-confidence (Ryff & Singer, 2008), sense of belonging (Lin et al., 1999) and an increase in the level of hope (Miller et al., 1986). This shows the importance of the altruism variable as a preventive factor against emotional problems that can be experienced as a result of working with cancer patients.

It is thought that this research would make an important contribution to the clinical field by producing a behavioral solution in the development of positive perceptions and coping with depression. In addition, it contributes to the literature as it is the first study, to the best of our knowledge, to show the importance of altruistic behaviors as a preventive factor against emotional problems that may be experienced as a result of working with cancer patients. Considering that the increase in the psychological health of people working with cancer patients will affect the quality of the service they provide to patients; it is understood to be a valuable contribution. Considering the limitations of the research, it is noteworthy that the number of participants is low. Data were collected from a total of 121 participants. This situation creates a limitation in terms of generalizing the research to the society. Furthermore, data were collected only from female participants in the study. Therefore, there is a limitation in terms of generalizing the obtained findings to men. Since altruism and voluntary work is a concept that has been the subject of very few studies in our country, it is thought that studies showing the importance of this concept are important in terms of providing data to encourage the use of altruistic behaviors in the clinical field. It is recommended to conduct studies on this subject with larger sample groups and to examine the effect of altruism by participating in treatment programs.

Compliance with Ethical Standards This study was approved by Işık University Ethical Committee (Trial Number: 236, Date: 01.16.2020) and İstanbul University Oncology Institute Directorate (Trial Number: 241817, Date: 10.22.2019).

Conflict of Interest The authors declare that they have no conflict of interest.

REFERENCES

- Clary, E. G., & Miller, J. (1986). Socialization and situational influences on sustained altruism. *Child Development, 57*, 1358-1369.
- Clary, E. G., & Orenstein, L. (1991). The amount and effectiveness of help: The relationship of motives and abilities to helping behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin, 17*(1), 58-64.
- Feng, L., & Guo, Q. (2017). Beneficial effect of altruism on well-being among Chinese college students: The role of self-esteem and family socioeconomic status. *Journal of Social Service Research, 43*(3), 416-431.
- Işıkhan, V. (2009). *Onkolojide tükenmişlik ve başa çıkma*. Vizyon Yayınları.
- Lin, C. L., Huang, J. F., Huang C. Y., Liao H. H., & Lin, P. Y. (1999). Impact of hospital volunteers on the patients' and nurses' perception of medical care quality. *Tzu Chi Medical Journal, 11*(1), 25-31.
- Luks, A. (1988). Helper's high: Volunteering makes people feel good, physically and emotionally. And like "runner's calm," it's probably good for your health. *Psychology Today, 22*(10), 34-42.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior, 2*, 99-113.
- Midlarsky, E. (1991). Helping as coping: Prosocial behavior. *Review of Personality and Social Psychology, 12*, 238-264.
- Miller, M. J., Denton, G. O., & Tobacyk, J. J. (1986). Social interests and feelings of hopelessness among elderly persons. *Psychological Reports, 58*(2), 410.
- Post, S. (2005). Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine, 12*, 66-77.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 13-39.
- Strobel, A., Anacker, K., Enge, S., Reif, A., & Lesch, K. (2014). Dopamine D4 receptor gene variation influences self-reported altruism. *Personality and Individual Differences, 60*, 11-11.
- Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*(2), 222-244.
- Wilson, J. (2012). Volunteerism research: A review essay. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly, 41*(2), 176-212.
- Wilson, J., & Musick, M. (2003). Doing well by doing good: Volunteering and occupational achievement among American women. *The Sociological Quarterly, 44*(3), 433-450.
- Wright, B. C. (2013). *Altruism and depression: Exploring this relationship and the mechanisms behind it*. Available from ProQuest Dissertations and Theses Global. (1617957215).