



EKOL HASTANESİ
www.izmirkolhastanesi.com

DANIŞMA VE RANDEVU HATTI
0(232) 386 55 05
Mavişehir - Çiğli Kipa Kavşağı - İZMİR

KULAK BURUN BOĞAZ **DOĞUŞ SAĞLIĞI VE HİJYEN UZMANI**
GENEL CERRAHİ **İNDİRİMLİ KLİNİKLERİ**
ENTENK ve PLASTİK CERRAHİ **KARDİYOLOJİ KLİNİKLERİ**
OBEZİTE CERRAHİSİ **GASTROENTEROLOJİ**
GÖZ KLİNİKLERİ **İÇ HASTALIKLARI**
ÜROLOJİ KLİNİKLERİ **DERMATOLOJİ**
ÇİFTER VE TRİPLET DOĞUM **PSIKİYATRİ KLİNİKLERİ**
GENİTAL SAĞLIK UZMANI **CHECK-UP BİRİMİ**
DANIŞMA İÇ HASTALIKLARI **İLAÇ ENJE**



What is maladaptive daydreaming?

SAĞLIK

Maladabative Daydreaming NEDİR ?

Ağustos 14, 2020 / Haber Merkezi

Lütfen Paylaşın ve Beğenin



Maladabative Daydreaming'e uyumsuz hayal kurma da diyebiliriz. Uyumsuz hayal kurma kişinin aşırı hayal kurmasının insanlarla iletişimin yerini aldığı ve günlük işlerin aksatıldığı bir durumdur.

Maladabative Daydreaming, bir diğer deyişle "Hayallerin Kontrolde Çıkması" insanı hayattan uzaklaştırıp sürekli şekilde hayal kurmaya neden olan bir psikiyatrik durumdur. Buna uyumsuz hayal kurma da diyebiliriz. Uyumsuz hayal kurma kişinin aşırı hayal kurmasının insanlarla iletişimin yerini aldığı ve günlük işlerin aksatıldığı bir durumdur. Bu uyumsuz hayal kurma isteği kişinin ve duygularının gerçeğe bağlı kalma yeteneğini körleştirdiği zamanla ortaya çıkmıştır. Ayrıca Daydreaming çoğu insan için günlük hayatlarının ayrılmaz bir bütünü haline gelmiştir. Maladabative Daydreaming İsrail'de Hayfa Üniversitesi'nde Prof. Dr. Eliezer Somer tarafından tespit edilmiştir.

Küçük yaşlardan itibaren varlığını gösteren Daydreaming, çoğu çocukta sosyal çevre ile değil de hayalleri ile oynama olarak seyirini göstermektedir. Çoğu insan ise 14-15 yaşlarından itibaren başladığını ve yıllar geçmesine rağmen tüm günlerini hayalleri ile geçirdiklerini belirtmişlerdir. Kişilere şifozifreni tanısı konulmayı düşünülse de konulmamıştır, çünkü kurdukları hayallerin gerçek olmadıklarını kabul etmektedirler.

Uyumsuz Hayal Kuruyorsanız Nasıl Anlırsınız?

Uyumsuz hayal kuran insanların birden fazla etkenle belirtilerini gösterdiği gözlenmekte olup bu etkenlerin hepsi her insanda görülmemekte ve aynı şekilde seyir etmemektedir. Ortak belirtiler ise şunlardır:

- Kendi karakterleriyle hikâye benzeri özellikleri ile canlı hayaller
- Gerçek hayattaki olayların tetiklediği hayaller
- Günlük yapılması gereken görevleri tamamlamama
- Gece uyumakta zorluk çekme
- Hayal kurmaya devam etmek için arzu duyma
- Hayal kurarken aynı hareketleri tekrar etme
- Hayal kurarken yüz ifadeleri, jest mimik yapma
- Hayal kurarken frisdama ve konuşma
- Uzun süre boyunca hayal kurma (saatlerce)

gibi belirtiler gözlenmektedir.

Günlük yükümlülüklerine ve rutinlerine katılmak yerine kendilerini iç dünyalarına kaptırmak için kendilerini çıldırmış hissediyorlar. Bu durum, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabında (DSM) resmi olarak psikiyatrik bir bozukluk olarak kabul edilmemektedir. Bu durumu Somer şu ifadeler ile açıklamıştır:

"Farklı popülasyonlarda daha fazla araştırma yapılması, çoğaltılması ve genişletilmesi gerekiyor. Aynı zamanda, bu eşsiz hayali formda yer alan beyin mekanizmalarını daha iyi anlamak için beyin görüntüleme çalışmalarını yürütmeliyiz ve neden bu kadar çok bağımlılık yaratabileceğimizi de belirtmeliyiz."

Uyumsuz Hayal Kurma Tedavi Edilebilir Mi?

Uyumsuz hayal kurmayı teşhis etmek için herhangi bir yöntem bulunamamıştır. Somer ise Maladapative Daydreaming Scale'i (MDS) geliştirmiştir. MDS, kişinin uyumsuz hayal kurup kurmadığını deneyip denemediğini belirlemek için yardımcı olabilir. MDS 14 bölümlük bir ölçek olup uyumsuz hayal kurmanın 5 özelliğini değerlendirmektedir. Bunlar;

- Kurulan hayallerin içeriği (detayı)
- Bir kişinin hayal etme yeteneğini kontrol etme becerisi
- Hayal kurmanın neden olduğu rahatsızlık derecesi
- Bir kişinin hayal kurmanın algılanan yararları
- Hayal kurma yetisinin günlük yaşamı ne derece etkilediği

ve hayal kurma belirtilerini ne sıklıkla yaşadıklarını değerlendiriyor.

Somer, MDS çalışmasında ve onaylanmasında bahsedilecek olursa;

45 ülkeden 447 İngilizce konuşan bireyler ile gerçekleştirilmiştir. 3-korelasyonlu faktörler modeli, en iyi öğrenme becerileri, Kinestezi ve Bozukluk, ilgili ödüllendirici deneyimleri yakalamanın yanı sıra uyumsuz hayal kurma psikolojik bozulma altta yatan boyutlarını incelemiştir. MDS puanları, hayal kurma sırasında obsesif-kompulsif davranış ve düşünceler, dissosiyatif emilim, dikkat eksikliği ve yüksek mevcudiyet duygusu ile ilişkililiydi ama psikotik belirtilerle daha az gözlenmiştir. MDS ve alt ölçeği iyi geçerlilik, sağlam iç tutarlılık ve zamansal istikrar göstermiş ve kendini tanımlayan bireyler arasında uyumsuz hayal kurma olan ve olmayan kişiler arasında iyi bir ayrım göstermiştir. Bu yöntem, Daydreaming tedavisinin geliştirilmesine ışık tutacak olan bir yöntem olduğu düşünülmektedir.

Bir diğer uyumsuz hayal kurma tedavi çalışmasında ise araştırmacılar fluvoksamin'in (Luvox) uyumsuz bir daydreamer'in hayallerini kontrol etmesine yardım etmede etkili olduğunu bulmuşlardır. Fluvoksamin ilacının intihara meyil ettirdiği ve kara kutu uyarısı olduğu bilinmektedir. Fluvoksamin, beyninizdeki serotonin denilen bir kimyasal miktarının artmasına yardımcı olur. Bu değişiklik obsesif kompulsif bozukluğun belirtilerine yardımcı olur.

Kıscacası Maladabative Daydreaming kişinin hayalleri ile gerçek hayatı birbirine karıştırdığı bir durumdur. Tedavisi yoktur ve bir hastalık olarak literatüre geçmemiştir. Daydreaming'in görüldüğü kişilerin sosyal medya da büyük bir platform oluşturduğu görülmüştür. Hayal etmekten korkmayın. Yazının sonunu Einstein'ın sevdiğim bir sözleriyle bitirmek isterim.

"Hayal, bilimden daha önemlidir; çünkü bilim sınırlıdır. İnsan, aklın sınırlarını zorlamadıkça hiçbir şeye ulaşamaz."

Hazırlayan: Gamze Gülden

Referanslar

<https://www.reddit.com/r/MaladabativeDreaming/>

<https://daydreamresearch.wixsite.com/md-research/about-md>

<https://thepsychologist.bps.org.uk/volume-29/december-2016/maladabative-daydreaming>


<http://www.magtheweekly.com/detail/2173-decades-in-a-daydream>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26707384>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/319400.php>

Bir Cevap Yazın

0 Yorum Sırala:

 Facebook Yorumları Eklentisi

SPOR



SPOR

ALTAY'IN PAROLASI: "KADRO DERİNLİĞİ"

Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

GÖZTEPE'DE İÇ TRANSFER MÜJDESİ

Ağustos 11, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

Gazimir'in amazonlarından 5'i 1 yerde

Ağustos 10, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

4 milyon TL'lik Anlaşma

Ağustos 7, 2020 / Haber Merkezi



15 DAKIKA

EKONOMİ GÜNDEM MANŞET

BERAT ALBAYRAK'TAN FLASH DOLAR YORUMU

Ağustos 13, 2020 / Haber Merkezi

Lütfen Paylaşın ve Beğenin

Lütfen Paylaşın ve BeğeninMaliye ve Hazine Bakanı Berat Albayrak, salgın nedeniyle dünya ekonomilerinde büyük krizler yaşanırken Türkiye'nin bu süreçten en az etkilenen ülkelerden olduğunu söyledi. Bakan Albayrak, kur yükselişlerinin ise...



KÜLTÜR & SANAT

İLBER ORTAYLI'DAN RESTORASYONA SERT TEPKİ

Ağustos 14, 2020 / Haber Merkezi

Lütfen Paylaşın ve Beğenin

Lütfen Paylaşın ve BeğeninGalata Kulesi'nde gerçekleştirilen "restorasyon" çalışmalarına tepkiler sürerken, sert bir tepki de tarihçi yazar Prof. Dr. İlber Ortaylı'dan geldi. Ortaylı, "Manzara çok vandalcaydı" dedi. Galata Kulesi'nde gerçekleştirilen "restorasyon" çalışmalarına tepkiler...



BİLİM & TEKNOLOJİ GÜNDEM

PERSEİD YAĞMURU TÜRKİYE'DEN İZLENEBİLECEK

Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi

Lütfen Paylaşın ve Beğenin

Lütfen Paylaşın ve BeğeninPerseus Takımıydı bölgesinde gözlemlenecek Perseid meteor yağmuru, Türkiye'den izlenebilecek. Bugün ve yarın kuzeydoğuya doğru bakıldığında meteor yağmuru görülebilecek. PauseMuteLoad. Galata Kulesi'nde Perseid meteor yağmuru, her yıl aynı dönemde...



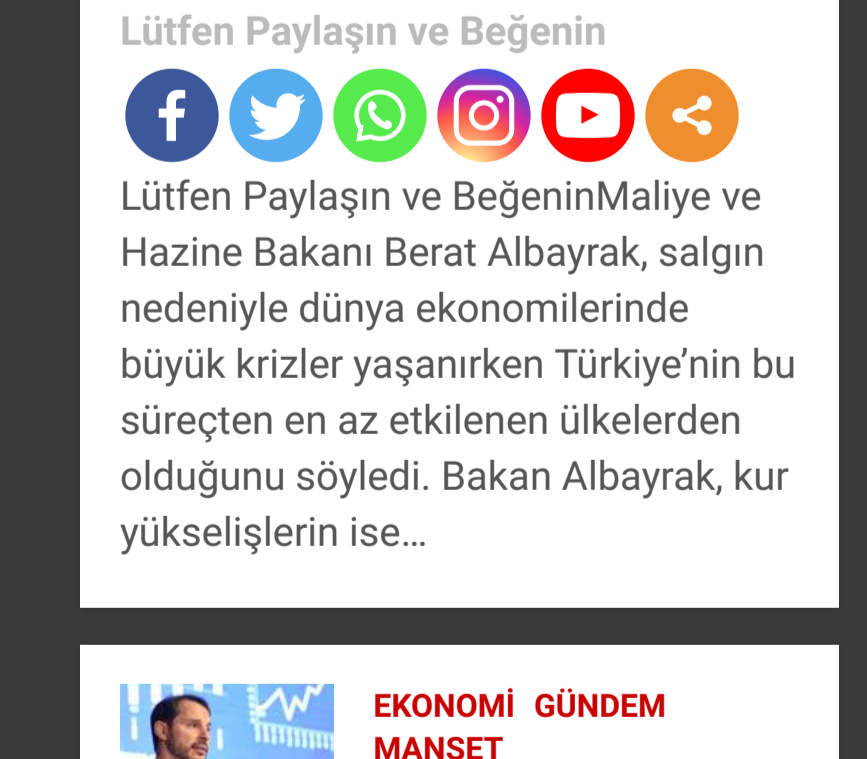
SPOR

ALTAY'IN PAROLASI: "KADRO DERİNLİĞİ"

Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi

Lütfen Paylaşın ve Beğenin

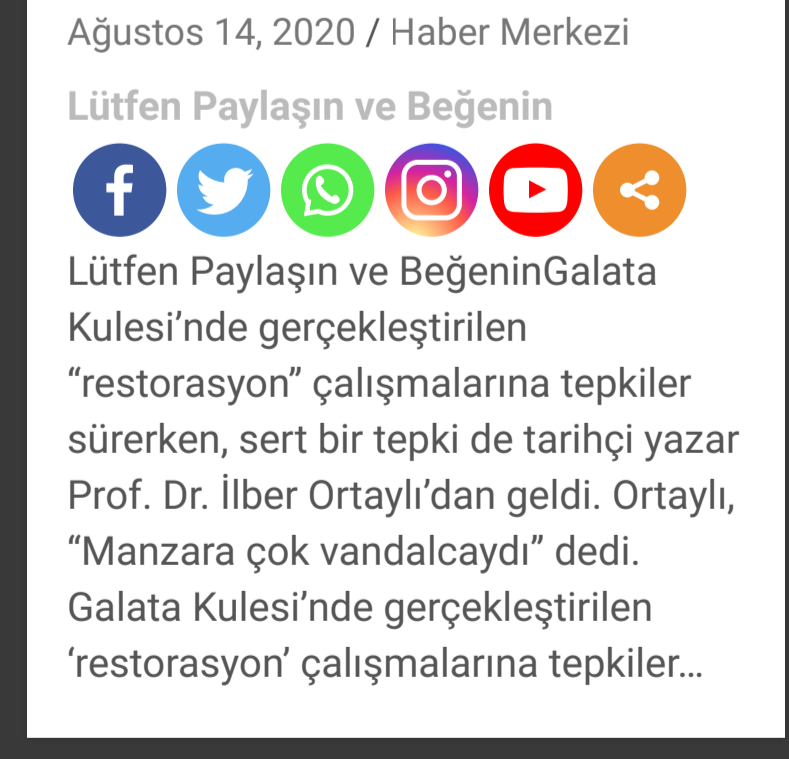
Lütfen Paylaşın ve BeğeninProfesyonel Şube Sorumlusu Hilmi Bozok, yeni sezonda Süper Lig hedefine ulaşabilmek için güçlü ve alternatifli bir kadro oluşturmak istediklerini söyledi. Transfer gücünde öne çıkan Altay'da Profesyonel...



EKONOMİ GÜNDEM MANŞET

Bakan Albayrak 'kimse merak etmesin'

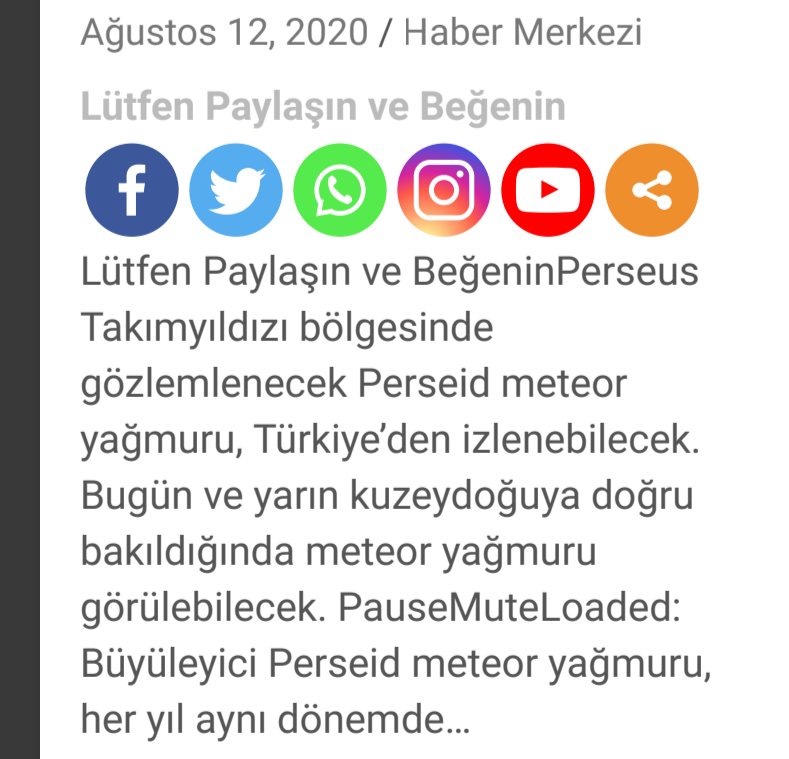
Ağustos 10, 2020 / Haber Merkezi



KÜLTÜR & SANAT

Ünlü Aktör Amir Khan Türkiye'ye geldi.

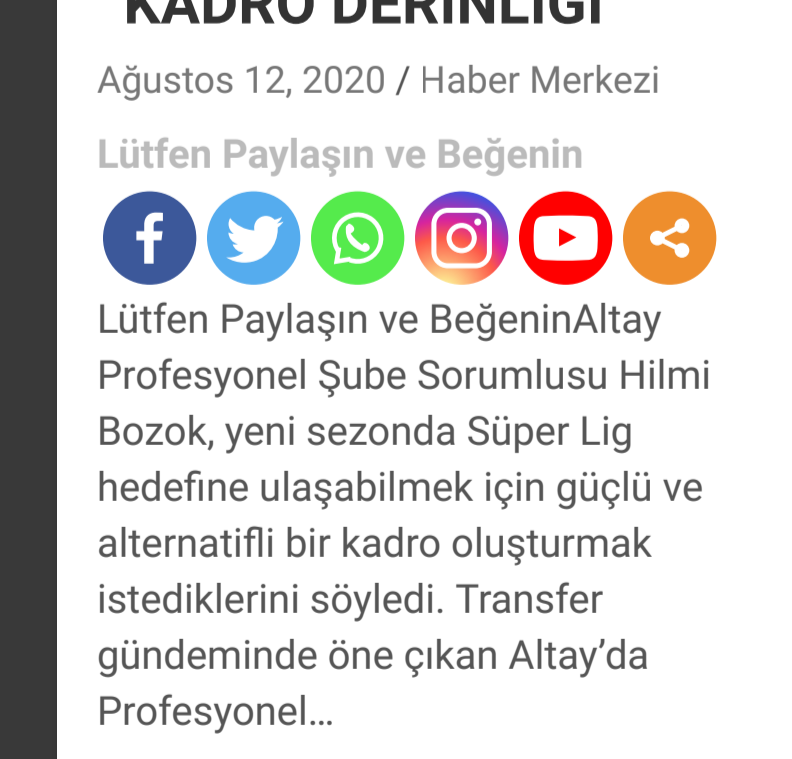
Ağustos 10, 2020 / Haber Merkezi



BİLİM & TEKNOLOJİ GÜNDEM MANŞET

İNGİLTERE'DE YENİ BİR DİNAZOR TÜRÜ KEŞFEDİLDİ

Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

GÖZTEPE'DE İÇ TRANSFER MÜJDESİ

Ağustos 11, 2020 / Haber Merkezi



EKONOMİ MANŞET

Dolar 7,31 ile tüm zamanların en yüksek seviyesinden işlem görüyor

Ağustos 7, 2020 / Haber Merkezi



KÜLTÜR & SANAT

Minik ressamların eserleri sanal sergide

Ağustos 10, 2020 / Haber Merkezi



BİLİM & TEKNOLOJİ GÜNDEM MANŞET

ALMANYA SAĞLIK BAKANINDAN BOMBA İDDAA

Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

Gazimir'in amazonlarından 5'i 1 yerde

Ağustos 10, 2020 / Haber Merkezi



EKONOMİ

Güne yükselişe başlayan dolar 7,07'den işlem görüyor

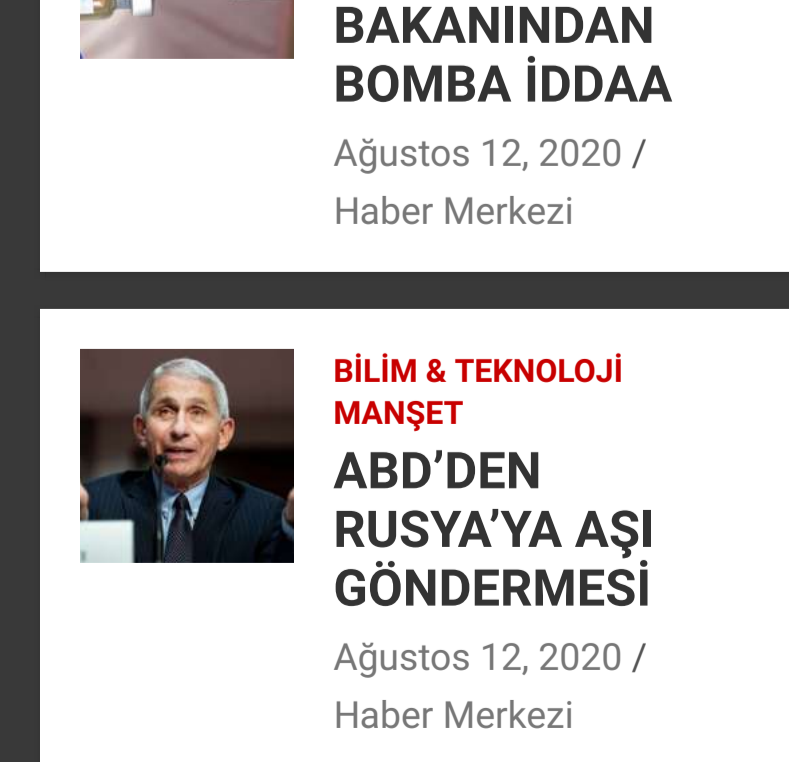
Ağustos 6, 2020 / Haber Merkezi



KÜLTÜR & SANAT

Çim Konserleri başlıyor

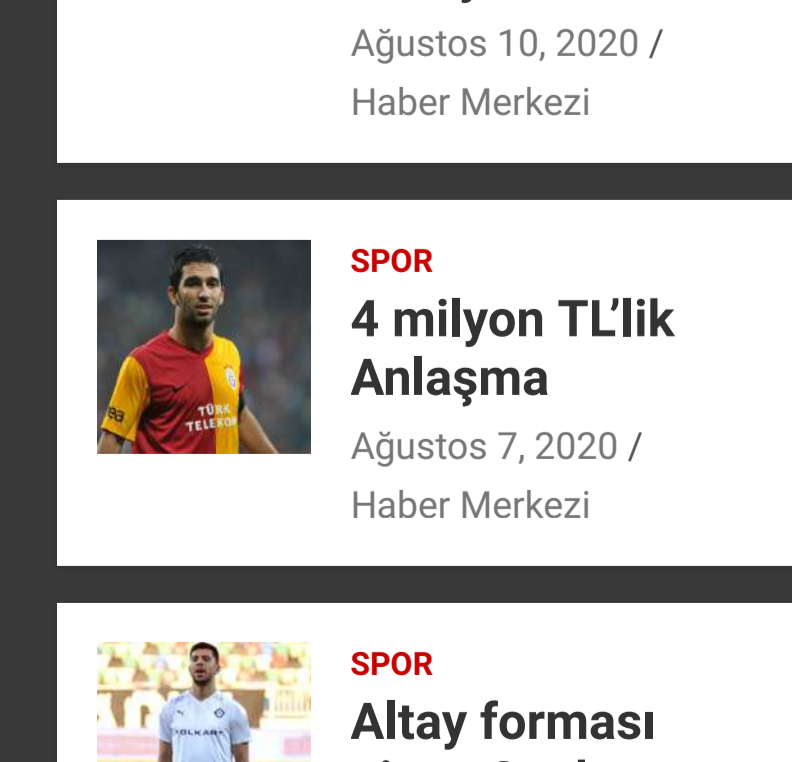
Ağustos 5, 2020 / Haber Merkezi



BİLİM & TEKNOLOJİ MANŞET

ABD'DEN RUSYA'YA AŞI GÖNDERMESİ

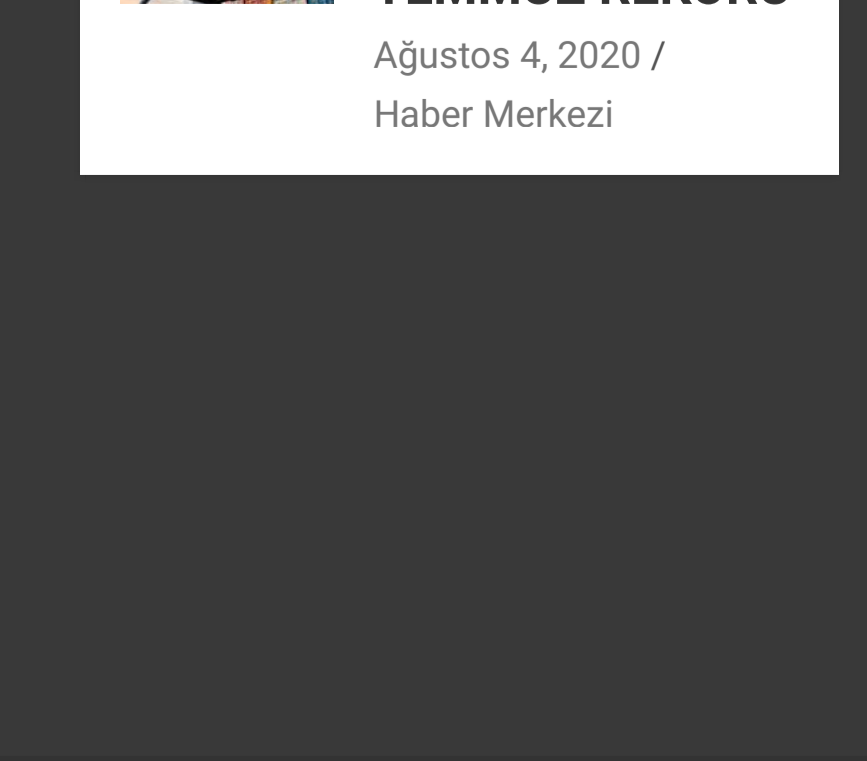
Ağustos 12, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

4 milyon TL'lik Anlaşma

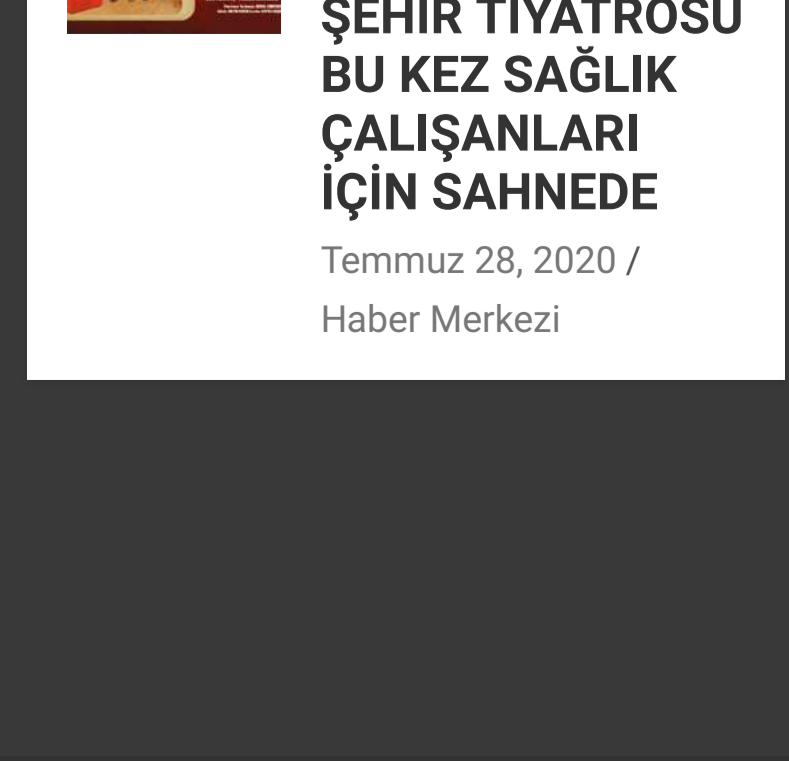
Ağustos 7, 2020 / Haber Merkezi



EKONOMİ MANŞET

EGE İHRACATÇI BİRLİKLERİ'NDEN TEMMUZ REKORU

Ağustos 4, 2020 / Haber Merkezi



KÜLTÜR & SANAT

BODRUM BELEDİYESİ ŞEHİR TİYATROSU BU KEZ SAĞLIK ÇALIŞANLARI İÇİN SAHNEDE

Temmuz 28, 2020 / Haber Merkezi



BİLİM & TEKNOLOJİ MANŞET

İZMİRLİLER GÖZÜZ GÖKYÜZÜNDE OLSUN...ŞÖLEN BAŞLIYOR..

Ağustos 11, 2020 / Haber Merkezi



SPOR

Altay forması giyen Cenk Özkaçar,Avrupa Yolcusu

Ağustos 5, 2020 / Haber Merkezi