



Cinsel İşlev Bozuklukları Olan Bireylerde Cinsel Terapinin Sistemik Derlemesi

Psk. Sadık Ahmet BÖLÜKBAŞI

psksadikahmetb@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5364-2013>

Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi

Psikoloji Bölümü, meryem.karaaziz@gmail.com

Özet

Cinsel işlev bozuklukları, ergenlik sonrası genç yetişkinlik döneminde veya düzenli bir cinsel yaşamın başlaması sonrasında ortaya çıkan bir bozukluk olarak DSM-5 tanı kriterlerinde yer almaktadır. Organik ya da psikolojik kökenli olabilen bu bozukluklar, başka bir tanının tesiri ile ortaya çıkmamış olması beklenmektedir. Cinsel terapi günümüzde klinikler ve hastanelerde sıkça kullanılan bilişsel davranışçı temelli bir psikoterapi yöntemidir. Özellikle tek bir kuram veya model ışığında ilerlemek yerine eklettik bir bakış açısına sahiptir. Bireyin yaşadığı cinsel sorunlardan önce yaşamının tamamına dair bütüncül bir bakış açısı ile yaklaşım geniş bir perspektif ile bakılmayı gerekli kılan bir tedavi yöntemidir. Bu çalışmanın amacı, cinsel işlev bozukluklarının, cinsel terapiler bakış açısı ile incelenmesi ve sistemik olarak ulusal ve uluslararası alanyazınında yürütülen kuramsal ve nicel çalışmaları derlemektir. Bu araştırmada sistemik derleme yöntemi kullanılmıştır. 2011-2022 yılları arasında yürütülen en güncel çalışmalara dair literatür taraması yapılmıştır. Araştırmaya dâhil edilecek çalışmaların derlenmesi için, Google Scholar, DergiPark, ScienceDirekt, Ulakbim, Yök Tez, PubMed ve Near East Grand Library elektronik veri tabanlarında Türkçe ve İngilizce dilinde tarama yapılmıştır. Belirlenen kriterler ışığında, toplam 6 araştırma dahil edilmiştir. Bu sistemik derleme araştırmasının neticesi, CİB asgari düzeye indirilmesinde cinsel terapinin etkin bir müdahale olduğunu ve bireyin cinsel hayatına dair işlevselliği artırıcı bir faktör halini aldığını düşündürmektedir.

Anahtar kelimeler: cinsellik, cinsel işlev bozuklukları, cinsel terapi

Systematic Review of Sexual Therapy for Individuals with Sexual Dysfunctions

Abstract

Sexual dysfunctions are included in the DSM-5 diagnostic criteria as a disorder that occurs in young adulthood after adolescence or after the start of a regular sexual life. These disorders, which may be of organic or psychological origin, are not expected to occur under the influence of another diagnosis. Sex therapy is a cognitive-behavioral-based psychotherapy method that is frequently used in clinics and hospitals today. In particular, it has an eclectic perspective rather than advancing in the light of a single theory or model. It is a treatment method that requires a holistic approach to the entire life of the individual and a broad perspective before the sexual problems experienced by the individual. The aim of this study is to examine sexual dysfunctions from the perspective of sexual therapies and to compile theoretical and quantitative studies systematically conducted in national and international literature. A systematic review method was used in this study. A literature review was conducted on the most recent studies conducted between 2011-2022. In order to compile the studies to be included in the research, Google Scholar, DergiPark, ScienceDirekt, Ulakbim, Yök Tez, PubMed and Near East Grand Library electronic databases were searched in Turkish and English. In the light of the determined criteria, a total of 6 studies were included. The results of this systematic review study suggest that sexual therapy is an effective intervention in minimizing SD and it becomes a factor that increases the functionality of the individual's sexual life.

Keywords: sexuality, sexual dysfunctions, sexual therapy

Giriş

Cinsellik, niteliksel olarak organik, psikolojik ve toplumsal boyutlarda çoklu anlam inşasına sahip olan bir kavramdır. Cinselliğin ne ifade ettiği bireyin bilişsel şemaları ve değer sistemleri ile ilişki göstermektedir. Üremek, ruhsal ve bedensel haz ve doygunluk haline ulaşma, ergenlikten itibaren biyolojik olarak gelişen tüm insanların ortak yanı olarak kabul görmektedir. Anne karnından itibaren gelişim gösteren organik cinsel kimlik, ergin olma hali ile psikojenik bir yapı oluşmasına ve bireyde oluşan kişilik yapısına cinsel kimlik edinme süreci de dâhil olmaktadır (Yörükoğlu, 2012). Cinsellik denilince sıklıkla “seks” kelimesi kullanılmakta ve dilimizde “cinsel ilişkiye girme, cinsel birleşme” anlamında yer alsa da uluslararası anlamda, cinselliğin bilinen iki öznesi olarak “dişi ve erkek” kimliğini temsil eden bir mefhum olarak yer alır. Cinsiyet kimliği ve cinsel rollerin oluşum temelinde, içinde yaşanılan toplumun cinsel rol beklentileri ve davranış kalıpları

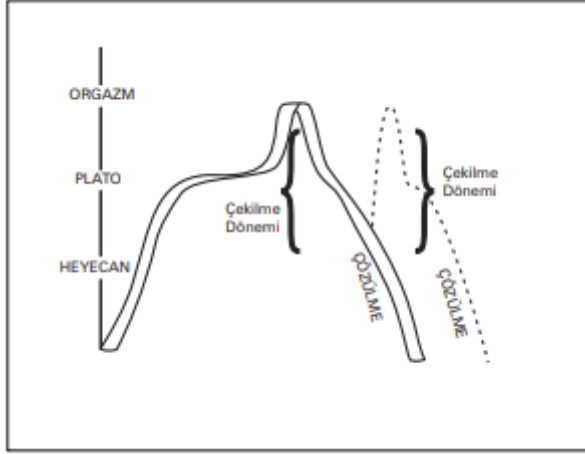
yer almaktadır. Geleneksel anlamda kadın ve erkek cinsiyet davranışlarının toplumsal ve yazılı olmayan bir onay durumu ve toplumsal beklentisi bulunmaktadır. Bu durum dış görünüşten ev yaşamına, meslek seçimine ve partnerle cinsel birliktelik yaşamaya varana dek pek çok davranış kalıplarını öngörmektedir (Dökmen, 2012).

Dürtüsellik sonucu cinsel güdülenme sürecine girip, amaca yönelme şematik süreci başladığında, insan cinsel işlevleri bilimsel olarak kategorize edilen aşamalarda gerçekleştiği bilinmektedir. Masters ve Johnson tarafından modellendirilen dört aşama bulunmaktadır. Bu aşamalar insanın cinsel uyarana yönelik gösterdiği fizyolojik tepki esas alınarak oluşturulmuştur. Kadın veya erkek olmanın cinsel uyarıcıya gösterilen sürecin farklılaşmasına neden olduğu çeşitli grafiklerle belirtilmiştir (Masters & Johnson, 1994). Uyarılma evresi, plato evresi, orgazm evresi ve çözülme evresi, kadın ve erkeklerde aynı olsa da, erkeklerde cinsel belirti döngüsü aynılık gösterip tek bir grafik oluştururken, kadında yoğunluğun ve sürenin ilişkisi çok sayıda farklı bir cinsel işlev şeması oluşturmaktadır.

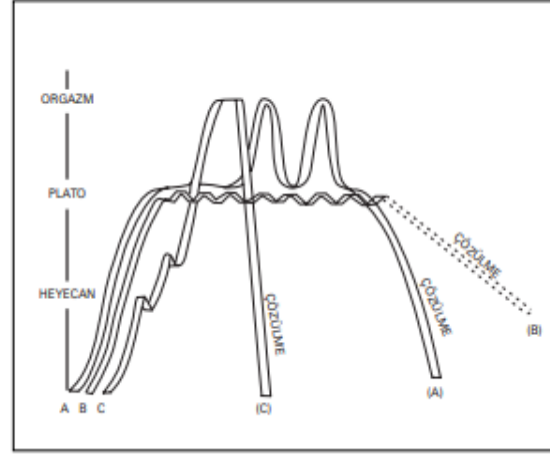
Şekil 1 ve şekil 2’de ayrı olarak gösterilen kadın ve erkeğin cinsel uyarılma aşamaları süre ve yoğunluk dışında alt başlıklar olarak benzerlik göstermektedir. İlk aşama olan uyarılma evresinde cinsel çekim ve arzu kaynaklı erotik hissin belirmesi aşamasıdır. Erkeklerde ereksiyon hali, kadınlarda vazokonjesyon yani vajinal ıslanma ve myotoni yani kas hareketlenmesi görülmektedir.

Bu evrenin süresi ve yoğunluğu kişinin içinde bulunduğu koşula göre artabilir ya da uzatılabilmektedir. İkinci kısım olan platoda kişinin cinsel uyarılması giderek uzamış ve yükselmiş aşamada olup birinci evrenin devamı niteliğini göstermektedir. Arzu nesnesine olan haz ve çekim artmış ve devam etmiş şekilde orgazm beden ve beyin tarafından beklenilmektedir.

Üçüncü aşama olan orgazm evresi aslında cinsel ilişki ve birleşmede en bilinen ve diğer aşamaların yoğunluk olarak önüne geçmektedir. Bu kısımda organik olarak erkekte ejakülasyon yani boşalma hali yaşanırken kadınlarda vazokonjesyon sonucu pelviste kasılma hareketliliği artmakta ve hazzın en yüksek doyumunu partnerler tarafından yaşanmaktadır. Bu aşamada zevk kaynağı kadınlarda klitoris ve vajina iken, erkeklerde glans, penis ve prostatta gerçekleşir. Son evre olan çözülme evresi organlar bazında bir orgazmın yaşanıp yaşanmamasına göre değişiklik göstermektedir. Erkekler, orgazm sonucu belli refrakter süreç yaşayıp tekrar yükselme aşamasına geçemezken, kadınlar orgazm yaşamama halinde son aşamadan diğer kısma hızla geçebilmektedir.



Şekil 1. Erkeklerde Cinsel Yanıt Döngüsü (İncesu, 2004).



Şekil 2. Kadınlarda Cinsel Yanıt Döngüsü (İncesu, 2004).

Cinsel İşlev Bozuklukları

Cinsel işlev bozuklukları, ergenlik sonrası genç yetişkinlik döneminde veya düzenli bir cinsel yaşamın başlaması sonrasında ortaya çıkan bir bozukluk olarak DSM-5 tanı kriterlerinde yer almaktadır. Organik ya da psikolojik kökenli olabilen bu bozukluklar, başka bir tanının tesiri ile ortaya çıkmamış olması beklenmektedir (Köroğlu, 2014)

CİB, primer yani yaşam boyu süregelen olarak devam eden ya da edinsel olarak bir duruma ya da kişiye bağlı sonradan gelişen bir bozukluk olarak var olabilen patolojik durumlardır. CİB, özgül bir duruma bağlı olarak ortaya çıkabildiği gibi (örnek olarak eşyle cinsel ilişkiye giremeyen bir bireyin, başka bir partner ile sorunsuz cinsel ilişki yaşayabilmesi) ya da bir seks partneri olmaksızın kendini tatmin (mastürbasyon) yoluyla kişinin yaşamını etkileyen ayırt edici noktalar olarak tanı sınıflandırılmasında yer almaktadır (Morrison, 2017).

Tablo 1: DSM-5'e göre Cinsel İşlev Bozukluklarının Sınıflandırılması

302.74. Geç boşalma
302.72. Sertleşme bozukluğu
302.72. Kadında orgazm bozukluğu
302.72. Kadında Cinsel İlgi/Uyarılma Bozukluğu

302.76. Cinsel Organlarda-Pelviste Ağrı/İçe Girme Bozukluğu
302.71. Erkeklerde Düşük Cinsel İstek Bozukluğu
302.75. Erken Boşalma
Maddenin/İlacın Yol Açtığı Cinsel İstek Bozukluğu
302.79. Tanımlanmış Diğer Bir CİB
302.70. Tanımlanmamış CİB

(Şahbaz, 2017).

Cinsel Terapi

Cinsel terapi günümüzde klinikler ve hastanelerde sıkça kullanılan bilişsel davranışçı temelli bir psikoterapi yöntemidir. Özellikle tek bir kuram veya model ışığında ilerlemek yerine eklektik bir bakış açısına sahiptir. Bireyin yaşadığı cinsel sorunlardan önce yaşamının tamamına dair bütüncül bir bakış açısı ile yaklaşım geniş bir perspektif ile bakılmayı gerekli kılan bir tedavi yöntemidir. Bu çoklu bakış, yakın bir zamanda gittikçe yaygın hale gelen cinsel terapiler, kimi zaman geleneksel ana akım terapi modelleri ile bir arada kabul görürken kimi zaman da ayrı bir terapi ve tedavi yaklaşımı olarak kabul edilmektedir.

Kümülatif olarak insanlık tarihi kadar eski cinsel bilgi, deneyim ve sorunlar en çağdaş hali ile cinsel terapiler olarak etkinliğini göstermekte ve gerek psiko eğitim gerek sağaltım yanıyla gelişmeye, güncellenmeye devam etmektedir (Özgüven, 2012). Cinsel terapiler en sıklıkla uyarılma ve orgazm bozukluklarında kullanıldığı bilinmektedir. Bu tanılarının konulmasında belirli kriterlerin elenmesi ve tüm yönleriyle ele alınması gerekmektedir. İlk olarak profesyonellerin fiziksel ve psikolojik etmenleri net bir şekilde ayırt etmesi beklenilmektedir. Fiziksel muayene ve tetkikler öncesinde yapılmakta ve multidisipliner inceleme gerekmektedir. Özellikle psikolojik kökenli olarak bireyin, uyarılma gücü veya arzu eksikliği yaşamaması noktasında, etiyolojik olarak bu semptomların kişide nasıl ve neden ortaya çıktığı detaylı bir biçimde ele alınmaktadır. Yetersiz cinsel uyarı/fiziksel temasın azlığı, cinsel terapistlerin sıkça irdelediği bir başlıktır (Masters & Johnson, 1970). Cinsel anlamda heyecan ve haz uyanmanın belirli aşamaları vardır. Fiziksel temas ve uyarımın doğru zamanda verilmesi, bireyin Şekil 1'deki gibi "cinsel uyarılma" evresine geçmesini sağlamaktadır. Fiziksel ve düşsel yakınlık bir bütündür ve arzunun oluşumu

beraberinde sağlıklı bir biçimde gerçekleşmektedir. Cinsel terapistler öncelikle hastalarının nelerden uyarıldıklarını ve haz sistemlerini öğrenmeyi hedeflemektedirler. Bir diğer önemli kavram ise cinsel mitlerin varlığı ve bireyde gelişen, doğru olmayan önyargılardır. Çeşitli kültür kodları, ebeveyn aktarımı ve yanlış öğrenmeler cinselliğin ve seksin işleyişine dair kalıp düşünceleri beraberinde getirmekte, bu durum kişinin uyarılma ve cinsel alanda rahatlamasına engel teşkil eder hale gelmektedir. Ayrıca bu mitsel şematik düşünceler, partnerlerin birbirini tanıma ve farklı fantezilere sahip olmalarını engellemektedir. Cinsel terapiler, bilişsel yapılanma ve cinselliğe dair yıkıcı düşünceleri çalışan bir alan sağlamaktadır (Kaplan, 2019).

Cinsel işlev bozukluklarının tedavisinde sıklıkla kullanılan cinsel terapiler belirli bir planı oluşturmayı ilke edinmektedir. Geleneksel terapilerde olduğu gibi cinsel işlevde altta yatan tüm dinamikleri ele almak, organik, fizyolojik ya da nöropsikolojik tüm etmenleri bertaraf etmek, kişinin cinselliğe ve cinsel yaşama dair olan tüm hatalı bilişsel yapılanmalarını düzenlemek ve bu terapötik müdahalenin sonucunda davranış boyutunda değişim ve ilerlemeyi tedavi yaklaşımı olarak görmektedir (Yalom, 2021).

Tablo 2. Cinsel terapilerde tedavi yaklaşımı

6

1. Aşama	Fiziksel nedenleri tespit edip ortadan kaldırmak hedeflenir.
2. Aşama	İşlev bozukluğuna neden olan başat etmenle mücadele etmek gerekir.
3. Aşama	Bozukluğun altında yatan dinamikleri çalışmak ve ortadan kaldırmak amaçlanır
4. Aşama	Sürecin devamında bireyin başarılı cinsel deneyimler edinmesi beklenmektedir.

(s. 268-269, Yalom, 2021).

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada sistemik derleme yöntemi kullanılmıştır. Sistemik derleme, çalışılması istenen belirli bir araştırma problemine yönelik yayınların, çalışmaya başlamadan önceden belirlenen kriterlerle çerçvelendirilerek tertip edilmesi yöntemidir (Higgins & Green, 2011).

Tasarım

Bu çalışma sürecinde makalelerin tanımlanması ve seçilmesi gibi tüm ayrıntılar PRISMA (Sistemik İncelemeler ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Ögeleri) yönergelerinden yararlanılarak yürütüldü (Moher ve ark., 2009).

Literatür Araştırması

Bu araştırmanın verileri, 2011-2022 yılları arasında cinsel işlev bozuklukları olan bireylerde cinsel terapinin incelendiği bilimsel çalışmalar sistemik olarak ele alınmıştır. Araştırmaya dâhil edilecek çalışmaların derlenmesi için, Google Scholar, DergiPark, ScienceDirekt, Ulakbim, Yök Tez, PubMed ve Near East Grand Library elektronik veri tabanlarında Türkçe ve İngilizce dilinde tarama yapılmıştır. Tarama sırasında DSM-V tanı sınıflama sistemine dayalı CİB alt türlerine dair araştırma başlıklarının, cinsel terapi yöntemi kavramı ile ilişkili olarak incelenmiş olması ölçütü ile gerçekleştirilmiştir.

Literatür taramasının gerçekleştirildiği veri tabanlarında, “Cinsel İşlev Bozuklukları”, “Cinsel Terapi”, “Sexual Dysfunctions” ve “Sexual Therapy” anahtar kelimeleri ile arama yapılmış, çalışmanın başında belirlenen ölçütlere bağlı olarak ortaya konan çalışmalar incelenmiştir.

İlgili inceleme sonucunda 10 uygun çalışma görülmüş ancak dâhil edilme kriterlerine uygun olan 6 bilimsel araştırma tespit edilmiştir. İnceleme yapılırken ele alınan araştırma kavramları şekilde gösterilmiştir (Şekil 3.).

Şekil 3. İncelemenin yapıldığı süreçte yararlanılan araştırmaya dair arama terimleri.



Tablo 3. Araştırmaya Dâhil Etme ve Dışlama Kriterleri

Dâhil Etme Kriterleri	Dışlama Kriterleri
<ul style="list-style-type: none">• Cinsel işlev bozukluklarının tamamını ya da bir alt tür cinsel işlev bozukluğunu içeren,• Cinsel terapi kavramı ile ele alan,• Türkçe ve İngilizce literatürde ulaşılabilen,• Son on yıl içerisinde yayımlanmış tüm bilimsel çalışmaları kapsamaktadır.	<ul style="list-style-type: none">• Cinsel işlev bozukluklarını cinsel terapi yöntemiyle ele almayan,• Cinsel terapileri cinsel kimlik güçlükleri ile ele alan çalışmalar,• Tam metnine ulaşamayan,• Türkçe/İngilizce dillerinde yayımlanmamış çalışmaları kapsamaktadır.

Bulgular

Cinsel işlev bozuklukları olan bireylerde cinsel terapi yöntemleri ile sağaltımına yönelik yaklaşımları ele alan çalışmalar, Google Scholar, DergiPark, ScienceDirekt, Ulakbim, Yök Tez, PubMed ve Near East Grand Library elektronik veri tabanlarında Türkçe ve İngilizce

dilinde taranmıştır. Çalışmaya dair aramada kullanılan anahtar kelimeler (cinsel işlev bozuklukları, cinsel terapi, sexual dysfunctions, sexual therapy) çeşitli birleşimlerle incelenmiştir. 2011-2022 yılları arasındaki baz alınan tarama sonucunda, Nisan 2022 tarihine kadar, Google Scholar’da 18.800, PubMed veri tabanında 1.883, DergiPark 667.563 makalenin bu anahtar kelimeler bağlamında yer aldığı tespit edilmiştir. Çalışmalardan tekrar edilen yedi makale ve tam metnine ücretsiz bir şekilde ulaşılamayan araştırmalar ve son on yıl içerisinde yayımlanmamış olanlar, yöntemde belirtilen kriterler neticesinde dışlanmıştır. Sadece cinsel işlev bozukluklarını cinsel terapi yöntemi ile ele alan 2011-2022 yılları arasında yayımlanan çalışmaların tespit edilmesi sonucunda, altı adet araştırma çalışmaya dahil edilmiştir. Ele alınan altı araştırmadan (n=2) 2013 ve (n=1) 2011, (n=1) 2012, (n=1) 2016 ve (n=1) 2019 olarak belirlenmiştir. Bu araştırmalar, Türkiye, Amerika Birleşik Devletleri, İngiltere, Norveç ve Meksika’da yapılmıştır. (Dişsiz ve ark., 2019) ve (Özdel ve ark., 2013) Türkiye’de, Helen Singer Kaplan’ın yayını ABD’de, (Landmark ve ark., 2012) Norveç, (Byrne ve ark., 2016) İngiltere ve (Valeska ve ark., 2013) Meksika’da yapılmıştır. Ele alınan araştırmaların çeşitli yaş, cinsiyet ve sayıda örneklere sahip olduğu gözlemlenmekle beraber Byrne ve arkadaşlarının yürüttüğü çalışma bir sistemik derleme olarak dâhil edilmiştir.

Araştırmanın yönteminde belirlenen kriterler neticesinde dâhil edilen altı çalışmanın, üç tanesi derleme çalışması olarak literatürde yer almaktadır. En eski yayın tarihine sahip çalışma, Helen Singer Kaplan’ın 1974’te yayımladığı ve 2011 senesinde güncellenmiş yayını yer almakta ve derlemelerden iki tanesi güncelleştirilmiş ve bir tanesi sistemik derleme olarak yürütülmüştür. Çalışmalarda birbirinden farklı yöntemlere bağlı olarak çeşitli ölçekler kullanılmıştır. Araştırmaların örneklem gruplarını ve sosyodemografik özelliklerini, araştırma hipotezi belirlemekle birlikte, cinsiyet, herhangi bir organik sağlık sorununa sahip olma, partnerli beraberliklerde çiftlerin yaşadıkları cinsel ve ilişkisel problemler baz alınarak belirlendiği gözlemlenmiştir.

Belirlenen kriterler esas alınarak dâhil edilen, Özdel ve arkadaşlarının yürütmüş olduğu çalışma, vajinismus sorunu olan 28 evli çift ile beraber yürütülmüştür. Ölçüm aracı olarak ise Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) kullanılmıştır (Tuğrul ve ark., 1993). Evlilik memnuniyeti, cinsel doyum, cinsel deneyimlere dayalı çeşitli ölçekler ve sosyodemografik bilgi formu ölçüm aracı olarak yer almaktadır (Byrne ve ark., 2016). Cinsel İşlev

bozukluklarının cinsel terapiler ekseninde incelendiği seçili çalışmalarda yetişkin bireyler (18 yaşından büyük olma) örneklem grubu olarak ele alınması belirgin bir ortak nitelik olarak gözlemlenmektedir. Masters ve arkadaşları tarafından alan yazınına kazandırılan cinsellik modeli ve yaklaşımı esas alınarak Kaplan tarafından 1974 yılında yayımlanan cinsel terapinin temeli haline gelen çalışma, günümüzde halen daha güncel olarak kabul edilen bir çalışma olarak bilinmektedir. Bu çalışma 2011 yılında New York'ta revize edilerek, bu araştırmada yer alan en uzun ve kapsamlı çalışma olarak yer almaktadır (Kaplan, 2011). Düzce Üniversitesi'nde yürütülen derleme çalışması ise, cinsel işlev bozukluklarına terapötik yaklaşım ve sağıltım çalışmalarını ele alan en kısa çalışmadır (Dişsiz ve ark., 2019).

Tablo 6. Cinsel İşlev Bozukluğu Olan Bireylerde Cinsel Terapilerin Kullanılması

Yazar/Yıl/Ülke	Araştırma Tasarımı	Örneklem	Ölçekler	Müdahale	Karşılaştırma Grubu	Sonuçlar
Singer Kaplan/2011/ABD	Kitap yayını					CİB tedavisinde cinsel terapi teknik ve yaklaşımlarının kullanılmasında etkin sonuçları beraberinde getirmektedir.

Cinsel İşlev Bozuklukları Olan Bireylerde Cinsel Terapinin Sistematik Derlemesi

Özdel ve ark./ 2013/Türkiye.	Nicel Araştırma	Vajinismusa sahip 28 kadın ve eşleri	Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) uygulanmıştır.	BDT temelli cinsel terapi uygulanmış, öncesi ve sonrasında 28 çifte ölçek uygulanmıştır.	Vajinismuslu kadınlarda belirtilerde azalma görülmüştür. Eşleri toplum yaygınlığına göre daha az CİB göstermekte ve var olan belirtilerinde eşlerinin cinsel terapi görmesi sonucunda azalma görülmemiştir.
Dişsiz ve ark./ 2019/ Türkiye.	Derleme	Yetişkin (18 yaşından büyük) ve CİB sahip kadın veya erkeklerden oluşan örneklem grubuna sahip çalışmalar ele alınmıştır.			Ağrılı cinsel birleşme sorunlarında hatalı öğrenmeler, etkin bir rol oynamakta ve cinsel terapi güncel bir tedavi yaklaşımı olarak kabul görmektedir.

Valeska ve ark./ 2013/ Meksika.	Sistematiik Derleme					CİB sahip kadınlarda cinsel terapiye yönelik yürütülmüş araştırmalar sistematiik olarak derlenmiştir. Cinsel terapinin etkinliği vurgulanmıştır.
Byrne ve ark./ 2016/ İngiltere.	Sistematiik Derleme					KVH tanılı bireylerde gelişen CİB, cinsel danışmanlık ve primer olarak gelişen CİB sahip bireylere göre daha açık olduğu gözlemlenmiştir.
Landmark ve ark./ 2012/ Norveę.	Sistematiik Derleme					Cinsel problemleri olan bireylerin sorunlarının cinsel terapi yaklaşımı ile çözümlmesine, cinsel terapi etkin bir müdahaledir

Seçilen Çalışmaların Özellikleri

Helen Singer Kaplan tarafından cinsel terapi yönteminin temellerinin atıldığı “The New Sex Therapy” kitabı, CİB etiyolojik ve epidemiyolojik nitelikleri, günümüz toplumlarında eksik olan cinsellik eğitimlerinin ve cinsel mitlerin, kadın ve erkeklerde yarattığı işlev sorunlarını açıklayan temel bir yayın olarak kabul görmektedir. Masters ve Jonson’ın cinselliğe dair yaklaşım ve laboratuvara dayalı bilimsel incelemelerle oluşturdukları model, Kaplan tarafından günümüz cinselliğin psikopatolojik özellikleri ile desteklenmektedir. İlk yayımlandığı 1974 senesinde, Latin Amerika ve Avrupa’da cinsel sorunlara ve cinsellik psikolojisine yönelik artan yüksek ilginin ve toplumsal talebin neticesinde ortaya çıktığı belirtilmektedir. Cinsel sorunların gizemli ve karmaşık olarak görülmesi, mahremiyet algısının yanlışlığı sonucunda, kişilerin tedaviden uzak durarak cinsel sorunlarının daha büyük işlevsel sorunları beraberinde getirdiği gözlemlenmiştir. Kaplan’ın CİB tanı sınıflamasının güncel cinsel terapi yaklaşımı ile oldukça hızlı ve etkili sonuçlar getirebileceğini ortaya koymaktadır. Bu araştırmada, diğer psikoloji bilimine dayalı diğer kuramlarda olduğu gibi (psikanaliz, gestalt yaklaşımı vs.) derin laboratuvar çalışmaları ve kontrol grubu güçlükleri, cinsel işlev bozukluklarında cinsel terapilerinin tam anlamıyla bilimsel b-nitelikte kanıtlanabilmesine dair bir sınırlılığa sahip olduğu belirtilmektedir. Ancak uzun yıllar gerek bilimsel gerek de toplumsal olarak, cinselliğin psikojenik ve patolojik yönü bilimsellikte çok yakın olmayan ve görmezden gelinen bir noktada bulunurken

Masters ve arkadaşlarının (1970), insan zihni ve bedenini bir bütün olarak ele alarak cinselliği kuramsal temele oturtması ve laboratuvar bilgileri ile desteklenmesi, bu araştırmanın ortaya çıkmasında etkili olduğu sıklıkla vurgulanmaktadır. Bu kitapta belirtilen terapötik teknikler başlı başına araştırmacı tarafından ortaya konulmamıştır. Kaplan’ın mesleki deneyimleri, bilimsel çalışmaları ile birlikte en güncel tarihe kadar olan kümülatif olarak büyüyen CİB cinsel terapiye dair usul ve uygulamaları içerisinde barındırmaktadır. İnsan cinselliğini; anatomik, nöropsikolojik, orgazmik yapı, klinik sorunlar ve sağaltım ekseninde ele alan ve günümüzde 2011 yılında New York’ ta yapılmış revizyonu sayesinde, alan uzmanları tarafından sıklıkla kullanılan bir el kitabı olarak kabul görmektedir (Kaplan, 2011).

Özdel ve arkadaşları 2013 yılında, Bilişsel davranışçı yöntemlere dayalı cinsel terapi uygulamalarını, vajinismuslu kadınlar ve eşlerinin cinsel problemi ekseninde etkisini

incelemek üzere bilimsel bir çalışma ortaya koymuşlardır. Vajinismus (Cinsel organda- pelviste ağrı /içe girme bozukluğu) tanısına primer düzeyde sahip olan kadınlarla beraber eşlerinde de CİB örüntülerinin gelişebildiğini araştırmayı hedefleyen bu çalışma, BDT temelli cinsel terapinin etkinliğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu araştırmanın örneklemi, primer vajinismusa sahip 28 evli kadın ve eşlerinden oluşmaktadır. Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), uygulamanın öncesinde ve sonrasında cinsel doyum ve tutuma dair değişimi ortaya koymak maksatlı kullanılmıştır. Pamukkale Üniversitesi'nde yürütülen bu çalışma, psikiyatri polikliniğine başvuran kişiler tarafından, heteroseksüel, primer vajinismus, en az bir yıldır evli ve diğer bir sağlık sorununa sahip olmayan çiftlerden oluşturulmuştur. Uygulanan yaklaşım ve araştırma müdahalesi sonucunda; vajinismus bozukluğuna sahip kadınlar tedaviye olumlu bir yanıt vermiş ve yaşadıkları cinsel güçlükte azalma ve ilerlemeler göstermişleridir. Eşleri popülasyona kıyasla yüksek bir cinsel işlev sorunu göstermemekle beraber eşlerinin sorunlarının, cinsel terapi ile sağaltımı sonrası herhangi bir değişime sahip olmadıkları ortaya konmuştur (Özdel ve ark, 2013).

Dişsiz ve arkadaşları 2019 senesinde Düzce Üniversitesi'nde yürüttükleri derleme çalışmasında, CİB bir türü olan genito-pelvik ağrı/ penetrasyon bozukluklarında güncel yaklaşımları ele almış ve cinsel terapiye dair bireylerin cinselliğe dair hatalı öğrenmeleri, kaygı ve iletişim güçlüklerini çalıştığını ve etkinliğini açıklamaktadır.

Tıbbi tedavi yöntemleri, travmatik cinsel deneyimler, hormonal ya da nöropsikolojik etmenlerin eklektik bir biçimde ele alınması ve bu ekseninde cinsel işlev bozukluklarında cinsel terapilerin etkililiğini ortaya koymayı hedeflemiştir. Araştırma, toplumda epidemiyolojik olarak prevalansı net olarak bilinmeyen ancak sağlık kuruluşlarında sıkça rastlanılan bu bozukluğu, çeşitli etiyolojik yanları ekseninde birbirinden farklı sağaltım ve müdahalelerle incelemekte ve cinsel terapinin rolünü betimleyen bir derlem çalışması olarak Türkçe alan yazınında yer almaktadır (Dişsiz ve ark., 2019).

2013 yılında "International Archives of Medicine" dergisinde yayımlanan kadınlarda cinsel işlev bozukluklarının cinsel terapi açısından incelendiği derleme, çeşitli ülkelerden araştırmacılar tarafından gerçekleştirilmiş kapsamlı bir araştırma olarak literatürde yer almaktadır. Valeska ve

Cinsel İşlev Bozuklukları Olan Bireylerde Cinsel Terapinin Sistematik Derlemesi

arkadaşları tarafından yürütülen sistematik derleme çalışması, uluslararası bilimsel yayın portallarında incelenmiştir (Medline, Web of Science ve PsycInfo vs.).

Ortalama olarak dünyanın her yerinde %40 ila 50 oranında görülen ve kadınların orgazm, uyarılma ve arzu yoksunluğu yaşamaması veya ağırlı cinsel birleşme yaşayıp haz yitimi yaşamaları ele alınmaktadır. Bu araştırma, cinsel terapilerin CİB sahip kadınlara yönelik uygulamaların yaygınlığı, psikoterapi açısından uygulama ve davranışçı yöntemlerini incelemektedir. Sistemantik derleme yöntemi ile gerçekleştirilen bu çalışma, Meksika, Brezilya ve Latin Amerika gibi çeşitli ülkelerde gerçekleştirilen ve deney-kontrol gruplarına sahip, davranışçı teknikler ve uygulamalara dair çalışmaları da derin literatür çalışması ile ele almıştır. Heteroseksüel ve düzenli bir seks partnerine sahip kadınlardan oluşan örneklem gruplarına, fantaziye dayalı ya da pornografik içeriklere dayalı mastürbasyon uygulamaları yapılmış, psikoloji biliminin temel modellerinden biri olan klasik koşullanma ekseninde, cinsel uyarana yönelik haz eksikliği ya da arzu kaybına yönelik nötr duygulanım çalışılmıştır. Ayrıca cinsel işlev bozukluklarında cinsel terapi uygulamalarıyla beraber, bilişsel davranışçı temelli yaklaşıma sahip uygulamalardan sıkça bahsedilmektedir. Bireyin günlük yaşamının patolojik seyri, sosyal işlevsel durumu ve hatalı öğrenmelerinin, cinsel sorunlara yol açan bir zemin oluşturduğu, araştırmanın sonuç kısmında sıkça yer verilmiştir (Valeska ve ark., 2013).

Cinsel işlev bozuklukları, DSM-V tabı sınıflama sisteminde organik sebepler ayrı tutulsa da, toplumda yaygın olarak ikincil olarak sıkça görülmektedir. İleri yaşa sahip olma, fizyolojik/organik sebepli olarak ortaya çıktıkları istatistiksel olarak bilinmektedir. Kardiyovasküler sorunlar, kan-damar sisteminde yıpranma ve diyabet, CİB sıkça komorbit olarak görülen bozukluklardır.

Byrne ve arkadaşları tarafından 2016 yılında, “Cochrane Database of Systematic Reviews”de yayımlanan sistematik derleme çalışması, kardiyovasküler tanıya sahip bireylerde CİB ve cinsel terapötik danışmayı ele almaktadır. CENTRAL, MEDLINE, EMBASE gibi araştırma kaynaklarından yararlanılan ve yayım tarihine kadar olan son bir yıla dair güncel çalışmaları bünyesinde barındırmaktadır. Bu araştırma, ABD’den İsrail’e kadar çeşitli ülkelerde hastanelere başvuran, kalp hastalığı, kalp yetmezliği, konjenital kalp sorunu olan yetişkin bireylerde (18 yaş üstü) oluşan katılımcıları içermektedir. Sistemantik derleme ile dahil edilen araştırmalarda,

kardiyovasküler nedenli gelişen cinsel işlev bozukluklarında, cinsel danışmanlık/cinsel terapi yöntemi ile deney-kontrol grupları oluşturularak veriler elde edilmiştir (Byrne ve ark., 2016).

Norveç Sağlık Hizmetleri Bilgi Merkezi (NOKC)'nde, Landmark ve arkadaşları (2012) tarafından cinsel terapi müdahalelerinin cinsel sorunlara etkisi üzerine bir araştırma raporu ortaya konmuştur. Bu çalışmaya göre tüm sağlık profesyonelleri, cinsel yaklaşımların neler olduğu ve cinsel sorunların bireyin yaşamındaki bağlayıcı etkisinin neler olduğunu tanimasının ve farkındalık kazanmasının önemi vurgulanmaktadır. Cinsel sağlık ve cinsel açıdan yaşanan yanlış tutumlar, bilgi eksiklikleri bireyi diğer sağlık alanlarıyla da etkileyen bir sorun halini alabilmektedir. Bu araştırma aynı zamanda, cinsel terapötik müdahalelerin farklı cinsel sorunları olan kişiler üzerindeki etkisine ilişkin soruları incelemektedir. Çeşitli uygulama ve nicel araştırmaların derlendiği bu çalışma; erkeklerde erektil disfonksiyon sorunlarından, kadın orgazmik güçlükleri, jinekolojik tıbbi tedavi görme, çiftlerin yaşadıkları iletişim sorunlarına kadar pek çok araştırmayı dâhil etmiştir. Ele alınan yayımların örneklem grubunun azlığı, Landmark ve arkadaşları tarafından araştırmanın sonucunda bir sınırlılık olarak belirtilmektedir. Cochrane Library, Medline, Embase, Cinahl, Psycinfo and Svemed gibi bilimsel elektronik ayın ortamlarında detaylı bir sistematik derleme gerçekleştirilmiştir. Kesişen makaleler sonucunda şu sonuç elde edilmiştir: cinsel müdahaleler (psikoeğitim, psikoterapi ve danışmanlık) kanser hastası kadınlar, sorunlu partner ilişkileri ve bireysel kaynaklı gelişen tüm cinsel işlev bozukluklarında, cinsel müdahalelerin sağaltımının güçlü olduğunu ortaya koyan pek çok literatür çalışması bulunmaktadır. Yayın yanlılığı ve örneklem sayısının azlığı bir sınırlılığa neden olsa da, tüm sağlık uzmanlarının cinsel yaklaşım ve uygulamalara farkında olarak dahil olması, problemlerin çözümünde kolaylaştırıcı bir etkiyi işaret etmektedir (Landmark ve ark., 2012).

Tartışma

Bu sistematik derleme çalışması, cinsel işlev bozukluklarına sahip bireylere yönelik cinsel terapi yaklaşım ve müdahalelerine yönelik araştırmalardan oluşmaktadır. Son on yıla ait en güncel çalışmalara yönelik literatür taraması gerçekleştirilmiş ve dahil etme/dışlama kriterleri esasınca, 2011-2019 yıllarında gerçekleştirilmiş altı adet çalışmadan yararlanılmıştır. Tam metnine ulaşılamayan, Türkçe ve İngilizce dilleri dışında yayımlanan ve CİB türlerini veya tamamını, cinsel terapi eksenini ile ele alınmayan çalışmalar ayrı tutularak, elde edilen çalışmaların bu araştırmaya entegrasyonu sağlanmıştır. Sistematik olarak derlenen bu altı çalışma, Türkiye,

İngiltere, Norveç, Meksika ve ABD gibi farklı ülkelerde bilimsel anlamda bir yayın olarak neşredilmiştir ve çoğunlukla farklı ülkelerden araştırmacılar tarafından sistemik derleme çalışması olarak yürütülmüş yayınlardır.

Cinsel işlev bozuklukları, tüm toplumlarda yüksek bir epidemiyolojik prevalansa sahiptir ve bu bireylerin çözüm ve tedavi talepleri artış göstermektedir. Bu bozukluklara yönelik cinsel terapi müdahalesi, Singer Kaplan'ın yayını ile birlikte uzun yıllardır gerek cinsellik eğitimleri gerek danışmanlık ve terapötik uygulamalarla etkin bir yöntem olarak kabul görmektedir ve bu araştırma hipotezini destekleyen sonuçları barındırmaktadır (Singer Kaplan, 2011). Etiyolojik olarak hatalı erken yaşam öğrenmeleri, cinsel tabu ve mitler, bilgi eksiklikleri, CİB ortaya çıkışında belirleyici olmakla beraber, organik patolojik durumlar da ikincil anlamda CİB ortaya çıkmasında rol oynamaktadır (Dişsiz ve ark., 2019). Kadınlarda bu bozuklukları meydana getiren overian (kadın üreme sistemi) kanser türlerine dair bilimsel yayınlar yer almaktadır (Sharon ve ark, 2017). Rahim ağzı, yumurtalık sistemi ve menstrüal döngüye dayalı kanser tedavileri sonucu kadın bireylerde yaşanan cinsel güçlükler ve ikincil yönlü CİB dair istatistiksel çalışmalar bulunmaktadır. Maruz kaldıkları kanser tedavisi sonrası, cinsel terapi ve psikolojik desteğin sonradan gelişen işlev bozukluklarında etkin sonuçlar doğurduğu, Sharon ve arkadaşlarının 2017'de yapmış oldukları araştırma ile desteklenmektedir. Yetişkin erkeklerde ise kardiyovasküler bir tanı/tedavi ile birlikte gelişen CİB görülmekte ve bu bireylerin, primer CİB sahip erkeklere göre, cinsel danışmanlık ve terapötik desteğe daha açık olduğu görülmektedir (Byrne ve ark., 2016).

Sonuç ve Öneriler

Cinsellik, insan doğasının vazgeçilmez bir parçası ve yaşamının sağlıklı bir yönüdür. Çeşitli etmenlerle birlikte ortaya çıkan cinsel işlev bozuklukları bireyin yaşam doyumu, partner ilişkileri ve iyi oluşunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir. Bu sistemik derleme araştırmasının neticesi, CİB asgari düzeye indirilmesinde cinsel terapinin etkin bir müdahale olduğunu ve bireyin cinsel hayatına dair işlevselliği artırıcı bir faktör halini aldığını düşündürmektedir. Ele alınan araştırmaların, farklı popülasyonları ve etiyolojik olarak değişken nitelikli olmakla beraber, nihai noktada cinsel terapinin, bu bozukluklarının semptomlarını azaltıcı veya ortadan kaldıracı etkiye sahip olduğu ve bireyde gözlemlenebilir gelişimi ortaya koyduğu bilimsel olarak alan yazınına yansımaktadır. İlgili araştırmaların kısıtlı bir örneklem grubu ve uygulamaya sahip olması,

sınırlayıcı bir etmen olarak görülse de, yakın zamanda hızla artan cinsel yaşama dair araştırma ve kuramsal yaklaşımlara, derinlemesine bir ele alış sundukları elde edilmektedir.

Bir terapi ekolüne dayalı örneklem gurubu ile çalışmak, genel olarak zamansal ve iktisadi bir uzun soluklu emeği gerektirmektedir. Ancak bu araştırmada konu edilen cinsel terapinin, cinsel sorunlarla ele alınışına dair kısıtlı niceliksel kaynak bulunmaktadır. Bu husus, hipotezin geçerliliğini ve güvenilirliğinin kalıcılığı ve ispatına dair güçlük oluşturmaktadır. Literatürde nicel araştırma sayısının daha da yaygınlaşması gerektiği düşünülmektedir.

Cinsel terapi uygulamaları, bünyesinde danışmanlık ve psikoeğitim süreçleri ile bir bütünü oluşturmaktadır. Bireylerde erken yaşamdaki hatalı/eksik öğrenmeler, organik sorunların tespiti ve giderilmesi, cinsel kimliğin sağlıklı olarak kabulü gibi pek çok konu cinsel işlevde bozulmaya giden süreci oluşturmaktadır. Bu sebeple, eğitim kurumlarında cinsellik eğitimlerinin verilmesi, partnerlere yönelik kamu ve özel kuruluşlarda terapötik ve eğitim desteği sunulması, toplum genelinde cinsel sorunların yaygınlığına dair etkin sonuçlar sağlayacağı öngörülmektedir.

Kaynakça

Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-V), çev. Köroğlu, E., Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Byrne, M., Doherty, S., Fridlund, B.G.A., Mårtensson, J., Steinke, E.E., Jaarsma, T. & Devane, D. (2016). Sexual counselling for sexual problems in patients with cardiovascular disease. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2.

Dişsiz, M., Mamuk, R. ve Oskay, Ü. (2019). Genito Pelvik Ağrı/Penetrasyon Bozuklukları ve Güncel Yaklaşımlar. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi* , 9 (3), 202-208.

Dökmen, Y. Z. (2012). *Toplumsal Cinsiyet Sosyal Psikolojik Açıklamalar*. Sistem Yayıncılık.

Higgins, J. P. T. & Green, S. (2011). *Cochrane handbook of systematic reviews of interventions*. <http://handbook-5-1.cochrane.org/>

İncesu, C. (2004). Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri*, 3:3-13.

Cinsel İşlev Bozuklukları Olan Bireylerde Cinsel Terapinin Sistematik Derlemesi

Landmark, B.F., Almås, E., Brurberg, K.G., Fjeld, W., Haaland, W., Hammerstrøm, K., Svendsen, K.O., Sørensen, D., Tollefsen, M.F., Aars, H. & Reinar, L.M., (2012). The Effects of Sexual Therapy Interventions for Sexual Problems. *Report from Norwegian Knowledge Centre for the Health Services (NOKC)*, 2.

Kulaksızoğlu, I. Ş., Tükel, R., Üçok, A., Yargıç, İ. ve Yazıcı, O. (2009). *Psikiyatri*. İstanbul Üniversitesi Basım ve Yayınevi.

Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1970). *Human Sexual Inadequacy*. Little Brown, Boston.

Masters, W. H. & Johnson, V. E. (1988). *Human Sexuality*. Little Brown, Boston.

Morrison, J. (2017). *DSM-5'i kolaylaştıran klinisyenler için tanı rehberi*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PG (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Medicine*, 6 (7).

Özgüven, İ. E. (2012). *Cinsellik ve cinsel yaşam*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Özdel, O., Tümkaya, S., Levent, N., Ateşçi, F.Ç., Oğuzhanoğlu, N. K. ve Varma, G. (2013). Bilişsel davranışçı yöntemlere dayalı cinsel terapinin vajinismuslu kadınlar ve eşlerinin sorunları üzerine etkileri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14, 129-135.

Singer Kaplan, H. (2011). *The New Sex Therapy, Active Treatment of Sexual Dysfunctions*. Routledge Taylor & Francis Group, New York.

Sharon, L. B., Christopher J. R., Alexis L. M., & Alexi A. W. (2018). Improvement in sexual function after ovarian cancer: effects of sexual therapy and rehabilitation after treatment for ovarian cancer. *Wiley Online Library*, 1, 176-82.

Şahbaz, T. (2017). Cinsel Mitlerin Cinsel İşlev Bozukluğu ve Kaygı Üzerine Etkisi. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji, *Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi*.

Tuğrul C, Öztan N, Kabakçı E. The standardization of Golombok-Rust Sexual Satisfaction Inventory. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 1993;4:8.

Valeska, M. P., Oscar, A. C., Sergio, M., Antonio, E. N. & Adriana, C. S., (2013). Sex Therapy for Female Sexual Dysfunction. *International Archives of Medicine*, 6-37.

Yalom, I. D. & Randolph S. C. (2021). *Cinsel terapi*. Pozitif Yayınları.

Yörükoğlu, A. (2012). *Gençlik Çağı Ruhsal Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*. Özgür Yayınevi.