



Pozitif-iz Derneği

**HIV ile Yaşayanlarda
Akran Danışmanlığının Etkisinin Araştırılması**



İÇİNDEKİLER

- A. PROJE ARKA PLANI
- B. PROJENİN AMACI VE HEDEFİ
- C. ÇALIŞMA YÖNTEMİ
- D. BULGULAR
- E. SONUÇ
- F. GELEN GERİ BİLDİRİMLER
- G. TEŞEKKÜR



*HIV ile Yaşayanlarda Akran Danışmanlığının Etkisinin Araştırılması' Kırmızı Kurdele İstanbul
- Sivil Toplum HIV Konferansı #HIV2022 Araştırma Fonu tarafından desteklenmiştir.*

Raporu hazırlayan: Çiğdem Şimşek

HIV ile Yaşayanlarda Akran Danışmanlığının Etkisinin Araştırılması

H. PROJE ARKA PLANI

HIV tanısı alan kişiler, tanıyı ilk duydukları andan itibaren büyük bir şok ve travma yaşayabilmektedirler. Tanı anından itibaren edindikleri tüm bilgiler HIV ile yaşamı normalleştirmelerinde büyük önem taşımaktadır. Aldıkları bu ilk bilgiler doğru ise çok kısa sürede HIV ile barışarak, normal yaşam rutinlerine geri dönebilmektedirler. Ancak edindikleri ilk bilgiler yanlış veya eksik ise kendilerini suçlama, içe kapanma, yani içsel damgalama yaşayabilmektedirler. Bu da beraberinde psikolojik sorunları getirebilmekte ve günlük hayatlarına geri dönmelerinin önünde engel teşkil edebilmektedir.

İlk şok anında sağlık profesyonellerinin aktardıkları bilgileri algılayabilmek çoğu zaman olanaksızdır. Aktarılan bilgileri doğru anlamak, sonradan hatırlamak da pek mümkün olmayabilmektedir. Tanı alan kişiler anlatılanların ancak bir kısmı ile oradan ayrılırlar.

Ardından tanı alan bu kişiler daha net bilgi edinmek, nasıl bir enfeksiyon ile karşı karşıya olduklarını anlamak için araştırmaya başlarlar. Günümüzde kendilerini en hızlı bilgi edineceklerini düşündükleri internet ortamında bulurlar. Doğru bilgiye erişeceklerini düşündükleri internette ise ne yazık ki güncel olmayan, eksik veya hatalı bilgilerle de çokça karşılaşmaktadırlar. Çeşitli sosyal mecralarda genelde anonim profiller kullanan HIV ile yaşayan diğer kişiler de çoğu zaman başkalarına hiçbir tıbbi dayanağı olmayan çok kişisel, yanlış yönlendirebilecek deneyimler aktarabilmektedirler. Edindikleri bu kusurlu bilgiler onların travma süreçlerini uzatmakta ve ruhsal olarak daha da olumsuz etkilenmelerine neden olmaktadır.

Tam da bu noktada HIV tanısını yeni alan bu kişiler için 'HIV ile yaşamayı normalleştirmiş, HIV'in her yönüne hakim HIV alanında çalışan bir dernek çatısı altında danışmanlık veren akranından destek alması çok kıymetli ve önemlidir. Bu destek, tanıdan sonra HIV ile barışmasını, hayatına nasıl devam edip yön vereceğini de belirleyen çok önemli bir destektir.

B. PROJENİN AMACI VE HEDEFİ

Türkiye'de, HIV tanısı almış kişilere yönelik yürütülen araştırma ile akran danışmanlığının, yani HIV tanısı almış bir kişinin kendi gibi, HIV alanında çalışan bir derneğe bağlı, HIV konusunda yetkin başka bir HIV pozitiften destek almasının etkilerinin ölçülmesi amaçlandı.

Elde edilen veriler ile özellikle akran danışmanlığının tanı travmasını atlatmada, HIV ile yaşamı normalleştirmede, tedaviye bağlılık ve uyumda, ayrıca psikolojik olarak sağlamlıklarına olan katkısının ölçülmesi hedeflendi.

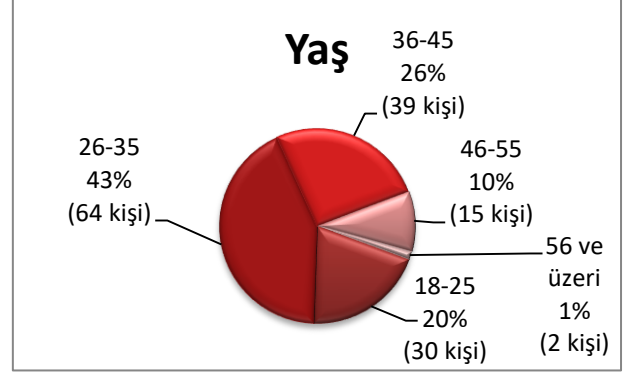
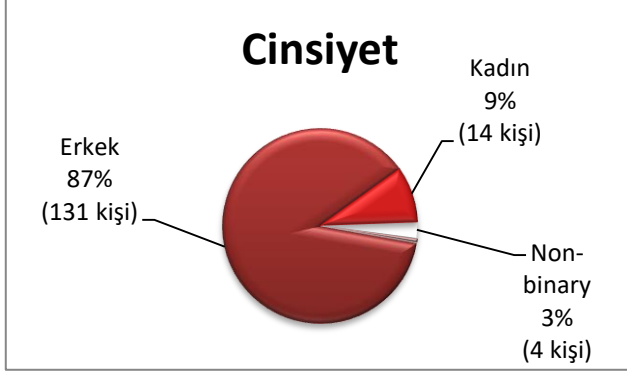
Öte yandan verilerin kanıt niteliğinde olması ve çalışma sonuçları ile sağlık profesyonellerinin HIV alanında çalışan derneklere daha fazla danışan yönlendirmesi de amaçlandı.

Çalışma ile, 'akran danışmanlığının' temel eğitimlerinin alınarak, belli bir donanıma / kapasiteye sahip olunması gerektiğinin de altı çizildi.

C. ÇALIŞMA YÖNTEMİ

Araştırma **150 HIV pozitif katılımcı** ile yürütülmüştür. Veriler hiçbir kimlik bilgisi alınmadan, tamamen anonim olarak Google.forms anketi üzerinden elde edilmiştir. Anket 26 sorudan oluşturulmuştur. Çalışma 15 Temmuz - 25 Ağustos 2022 tarihleri arasında, çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir.

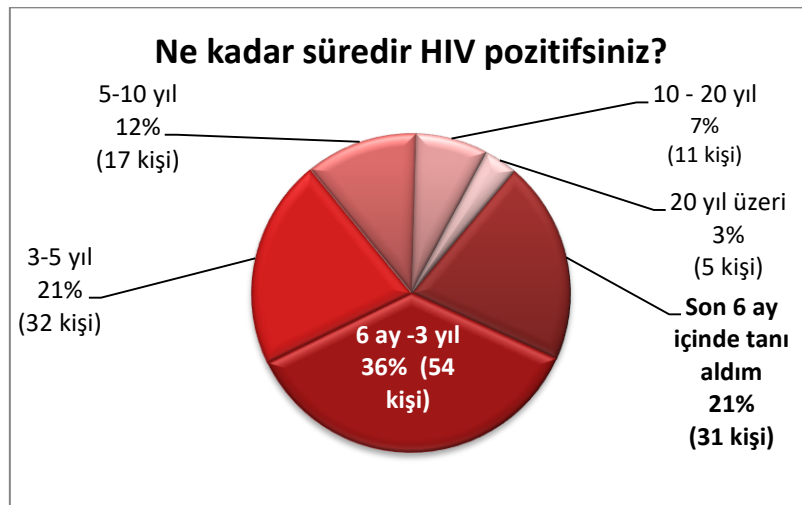
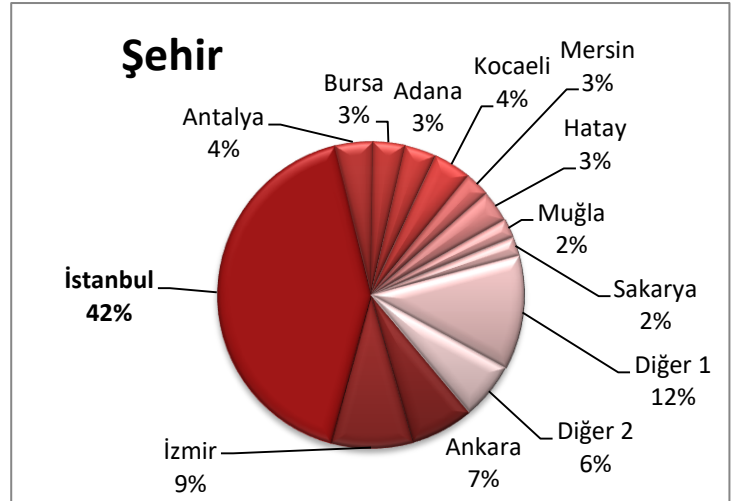
D. BULGULAR



Araştırmaya katılanların **%87'si erkek, %9'u da kadındır.** . %20'si 18-25 yaş aralığında iken **%69'u 26-45 yaşındadır.**

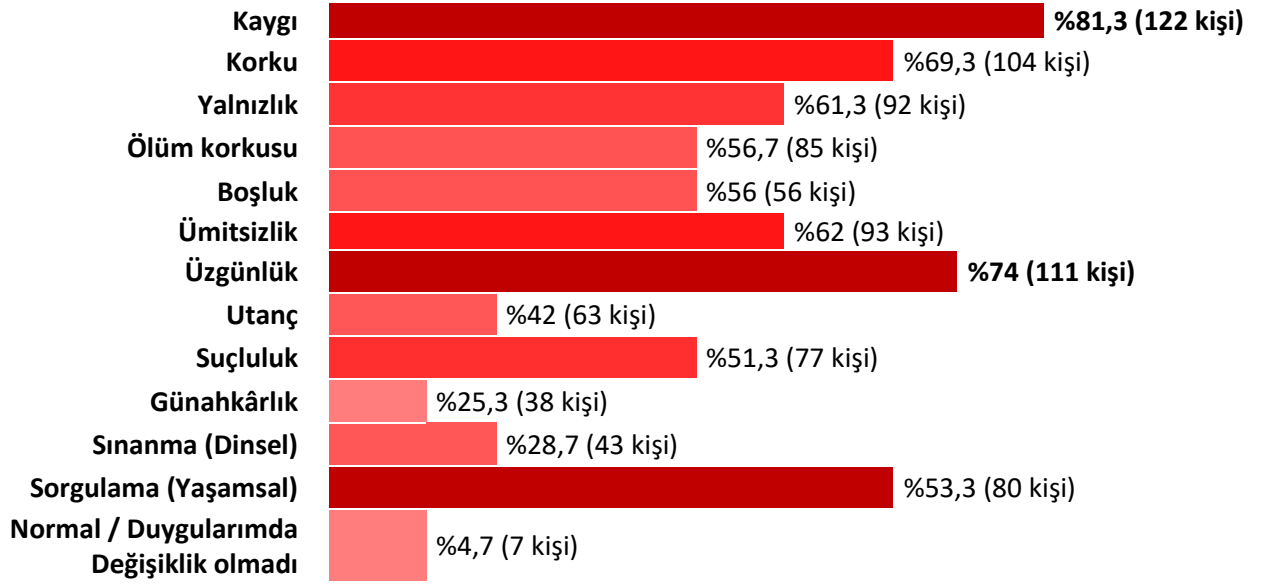
%42 ile büyük bir çoğunluk İstanbul'dan katılmıştır. Bunu %9 ile İzmir, %7 ile Ankara ve %4 ile Antalya ve Kocaeli izlemektedir.

(Diğer 1) Aydın –Düzce –Kayseri –Antep – Konya –Ordu –Samsun –Tekirdağ –Tokat. Diğer 2) Karabük – Moskova –Eskişehir – Uşak –Zonguldak –Adıyaman –Denizli – Elazığ –Afyon



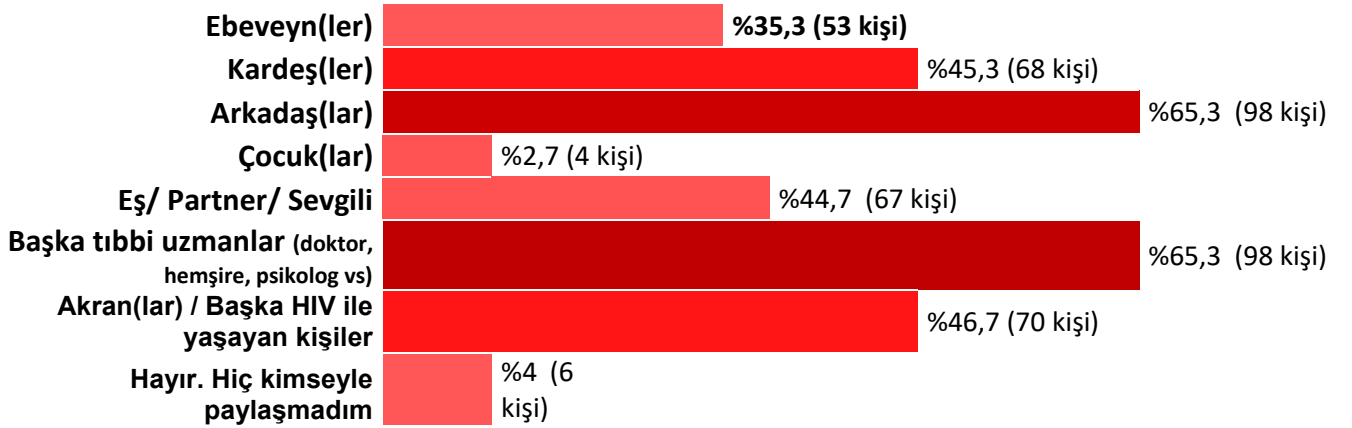
3 yıldır HIV ile yaşayanların toplamı %57 (85 kişi)'dir. Bu katılımcıların %21'i (31 kişi) son 6 ay içinde HIV tanısı almıştır.

'Hangisi HIV tanısı aldığınızda hissettiğiniz duyguları tanımlamaktadır?'



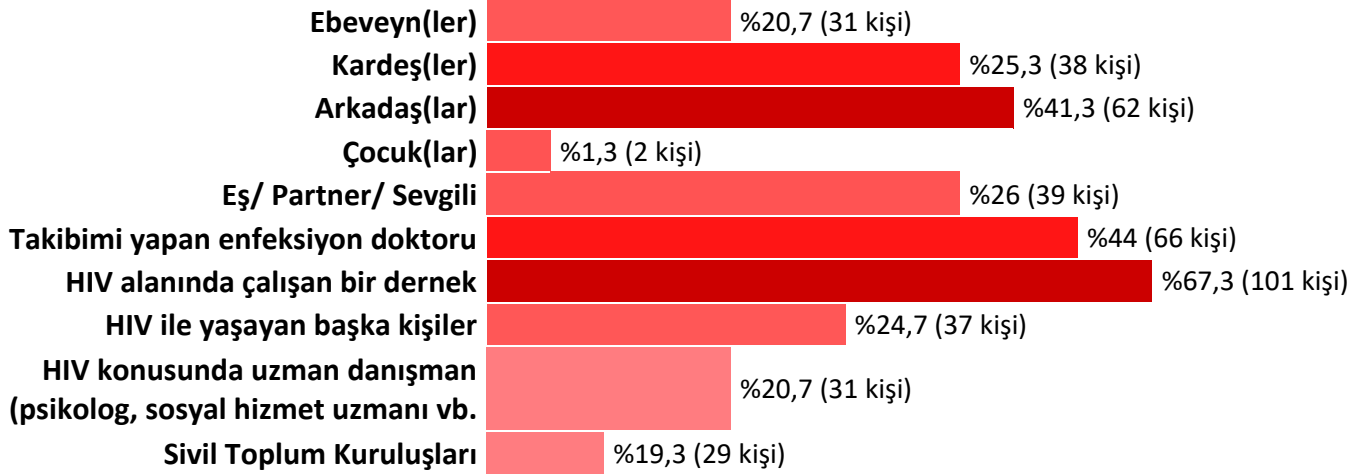
Çoklu cevap seçeneği bulunan 'Hangisi HIV tanısı aldığınızda hissettiğiniz duyguları tanımlamaktadır?' sorusuna **%81,3'ü (122 kişi)** 'korku' hissettiği cevabı verirken, **%74'ü (111 kişi)** **üzgünlük** ve **%53,3'ü (80 kişi)** **de yaşamsal sorgulama** demiştir. Bunları; korku, ümitsizlik, yalnızlık, ölüm korkusu, boşluk, suçluluk, utanç, dinsel sinanma ve günahkârlık takip etmektedir. Sadece 7 kişi duygularında bir değişiklik olmadığını belirtmiştir.

HIV pozitif olduğunuzu kimseyle paylaştınız mı?



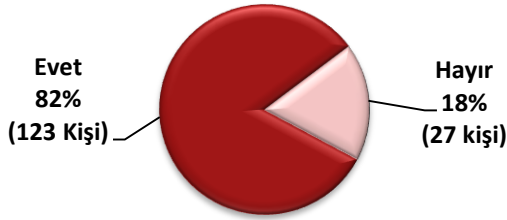
Anketi dolduranların **%65,3'ü statülerini aynı oranlarda arkadaşları ve başka tıbbi uzmanlar** (doktor, hemşire, psikolog vb) **ile paylaştığını söylemiştir**. Bunu %46,7 ile akranlar ve %45,3 ile de kardeşler izlemektedir. Hiç kimse ile paylaşmayanların oranı %4'tür.

Tanı almanız sonrasında aşağıdakilerden hangisi size en çok destek oldu?

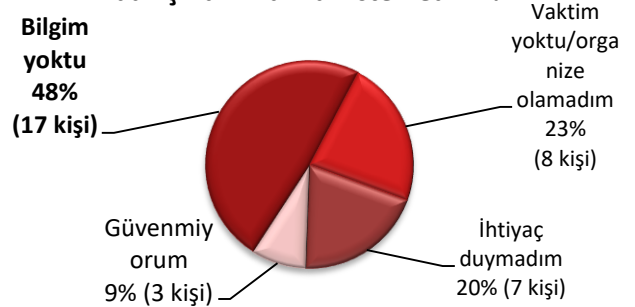


Çoklu seçenekli ‘Tanı almanız sonrasında aşağıdakilerden hangisi size en çok destek oldu?’ sorusunda **%67,3 (101 kişi)** ile birinci sırada ‘**HIV alanında çalışan bir dernek**’ yanıtı gelmiştir. Bunu **%44 (66 kişi)** ile takibini yapan doktor ve **%41,3 (62 kişi)** ile arkadaşlar geldiği belirtilmiştir.

HIV alanında çalışan herhangi bir dernekten danışmanlık aldınız mı?



Cevabınız “hayır” ise, neden danışmanlık almak istemediniz?



‘Daha önce HIV alanında çalışan bir dernekten danışmanlık aldınız mı?’ sorusuna %82’si evet demiştir. Hayır diyenlerin ise **%48’i ‘bilgim yoktu’** cevabı vermiştir.

Katılımcılara, doktorlarının hangi konularda bilgi paylaştığı sorulduğunda ‘**sadece %34,7’sine** ‘Dernekler ile iletişime geçmenin yararları’ bilgisinin verildiği belirtildi. Katılımcıların sadece üçte birine bu bilginin verilmiş olması öne çıkan bulgulardandır. **%65,3** oranındaki HIV ile yaşayanların alandaki dernekler hakkında neden bilgi sahibi olmadığına dair önemli bir göstergedir.

Bu çıktıyı, özne derneklerinin hizmetlerini enfeksiyon hekimlerine yeteri kadar tanıtamadığı şeklinde de yorumlayabiliriz.

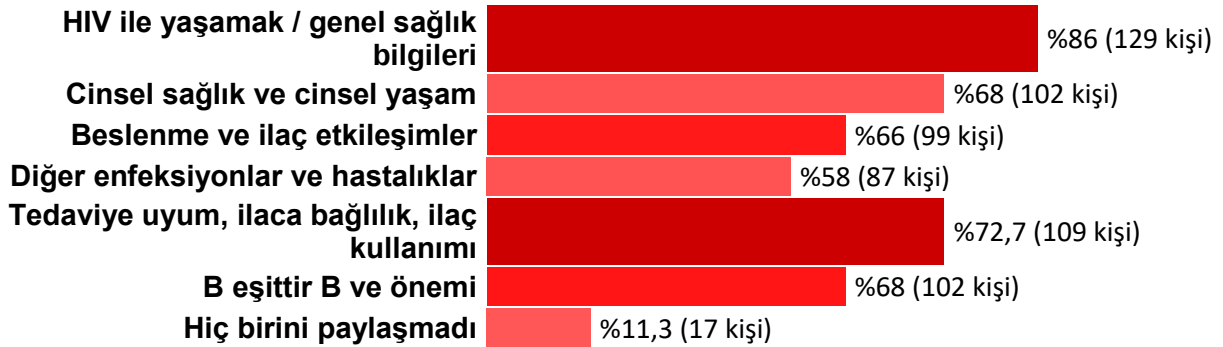
Öte yandan derneklerden hizmet almayanların **%20’si ihtiyaç duymadığını** belirtirken, **%9’u da güvenmediğini** şu cümlelerle açıklamışlardır: “Güvenmiyorum, kamuda olduğum için korktum” – “Konuşmaya utandım ve çekindim.” – “Olması gerekenden daha fazla paylaşmak istemedim sanırım.” “Bilgim yoktu, İlk yıllar dernekler hakkında bilgim yoktu, 6. Yıldan sonra Pozitif-iz ile tanıştım ve destek almaya başladım”

HIV alanında çalışan derneklerin aşağıda sundukları hizmetlerin hangisinden haberiniz var?



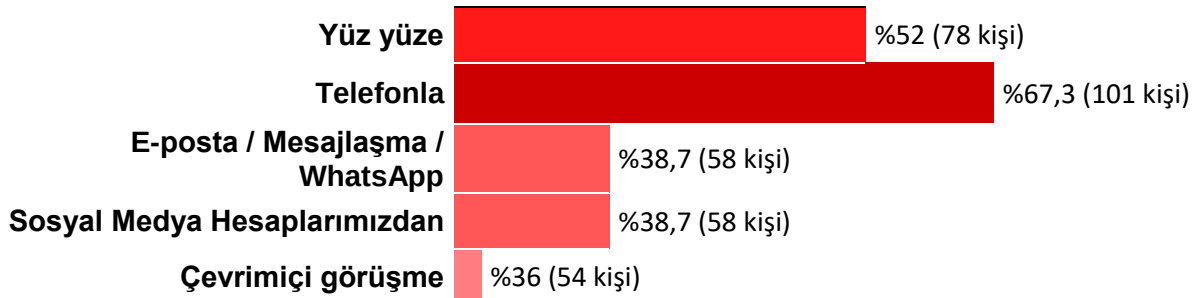
Derneklerin sundukları hizmetlerin hangilerinden haberdar oldukları sorulduğunda **%84,7'si** (127 kişi) **güncel bilgi** sağlayıcılığı cevabı verirken, **%79,3'ü** (119 kişi) de akran danışmanlığı demiştir. Bunları %77,3 (116 kişi) ile psikolojik destek, %72 (108 kişi) ile eğitim – seminer, %70,7 (106 kişi) ile hukuki destek, %54,7 (82 kişi) sağlıklı yaşam, %47,3 ile tıbbi kaynaklara yönlendirme ve %46,7 ile de sosyal hizmet takip etmektedir.

Akran danışmanınız sizinle aşağıdaki konulardan hangileri ile ilgili bilgi paylaşımında bulundu?



'Akran danışmanının hangi konularda paylaşımında bulunduğu sorulduğunda **%86'sı** (129 kişi) **HIV ile yaşamak / genel sağlık bilgileri** yanıtı verdi. Ardından **%72,2** (109 kişi) **tedaviye uyum**, **%68** (102 kişi) **cinsel yaşam** ve yine aynı oranda **%68** (109 kişi) **B eşittir B ve önemi** hakkında bilgi paylaşıldığını söyledi. 17 kişi ise 'hiçbirini paylaşmadı' olarak görüş bildirdi.

Akran danışmanlığı için aşağıdaki hangi hizmet türünü tercih ettiniz ya da hangisini tercih edersiniz?

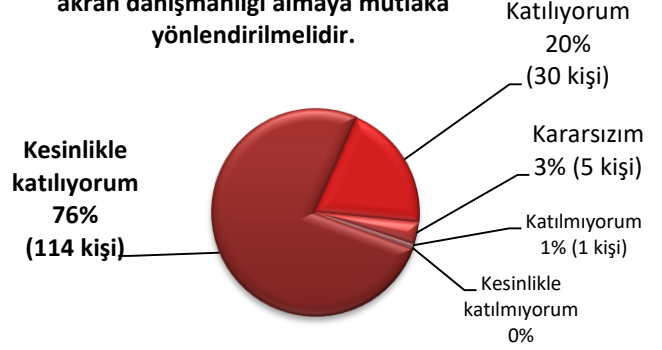


Birden fazla seçenekli soruda %67,3'ü (101 kişi) telefonla akran danışmanlığı almayı tercih ederken, %52'si (78 kişi) yüz yüze görüşmeyi istemiştir. Yazışarak (WhatsApp - sms – e-posta ve sosyal medya hesaplarından danışmanlık almak isteyenlerin oranları %38,7'dir.

HIV tanısını yeni alan kişilere akran danışmanlığı almalarını tavsiye ediyorum.



Bir kişi HIV tanısını aldıktan sonra akran danışmanlığı alması konusunda desteklenmeli ve akran danışmanlığı almaya mutlaka yönlendirilmelidir.

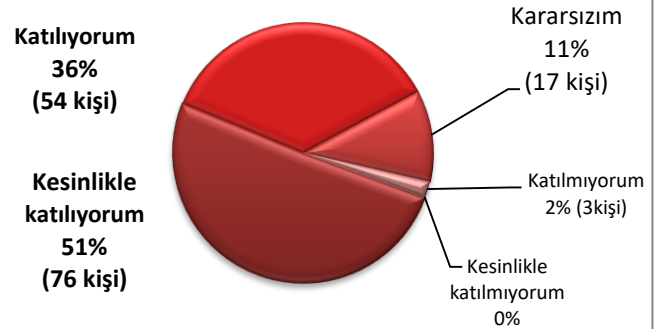


HIV tanısını yeni alan kişilerin **akran danışmanlığı almasını** 'kesinlikle katılıyorum' diye **tavsiye edenlerin oranı %81 (121 kişi)** dir. 'Tanı alanlar akran danışmanlığı alması konusunda desteklenmeli ve mutlaka yönlendirilmelidir.' diyenlerin %76'sı (114 kişi) 'kesinlikle katılıyorum' derken, %20'si (30 kişi) 'katılıyorum' demiştir.

Akran Danışmanlığı almak HIV ile yaşamamı normalleştirmeme katkı sağladı

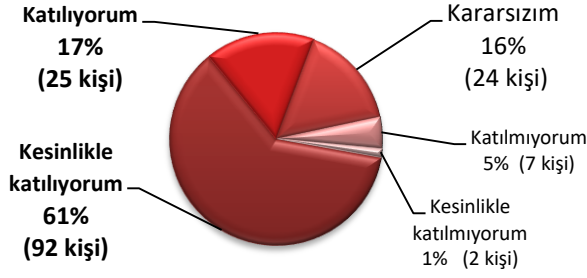


Akran danışmanından en güncel ve doğru bilgileri edindiğime inanıyorum

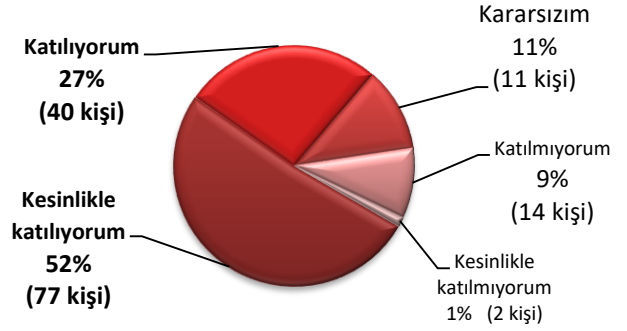


Akran danışmanlığı almanın **HIV ile yaşamlarını normalleştirmelerine** katkı sağladığını düşünenlerin **oranı toplamda %91 (136 kişi)**. Akran danışmanından en güncel ve doğru bilgiyi aldıklarına inananların toplamı ise %87 (130 kişi).

Akran danışmanından aldığım desteğin, doktorumdan aldığım destekten daha güçlü ve samimi olduğunu düşünüyorum.



Doktorumla paylaşmadığım konuları akran danışmanımla rahatlıkla paylaşabiliyorum.



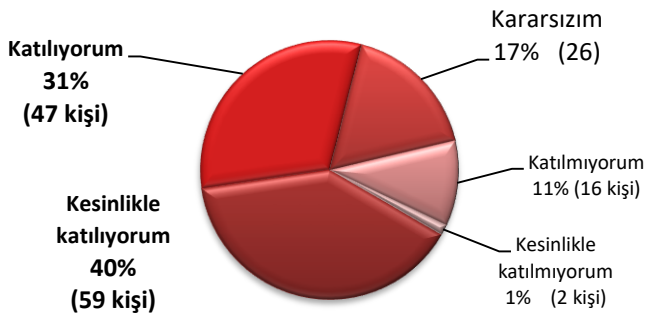
'Akran danışmanından aldığım desteğin, doktorumdan aldığım destekten **daha güçlü ve samimi olduğunu düşünüyorum**' diyenlerin toplamı **%78 (117 kişi)** iken bu konuda kararsız kalıp, katılmayanların toplamı ise **%21 (31 kişi)**'dir.

Doktoru ile paylaşmadığı konuları akran danışmanı ile daha rahat paylaştığını düşünenlerin sayısının toplamı **%79 (117 kişi)**'dir. Kararsız olan ve katılmayanların toplamı ise **%20 (25 kişi)**'dir.

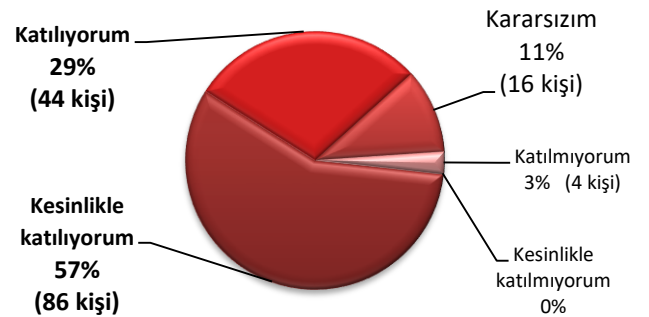
Hekimlerimizin uzmanlıkları ve güvenli bilgileri tartışmasız çok kıymetli ve önemli. Ancak birbirini en iyi, benzer zorlu yollardan geçenler anlar. Bu nedenle özellikle HIV tanısını yeni almış biri için; aynı yolculuğu yapmış, donanımlı başka bir HIV pozitifin varlığı paha biçilemezdir.

Öte yandan muayene sürelerinin kısalığı sebebiyle, hekimlerin dar zaman diliminde hastalarını görmek zorunda kaldığını da hatırlamak gerekir. Bu kısıtlılıklar içerisinde hekim sadece belli başlı temel bilgilendirmeleri yapabilmektedir. Akran danışmanları ise daha geniş süre ayırabilmekte ve kimi zaman aynı konuyu tekrar tekrar anlatabilmektedirler.

Akran danışmanlığı Belirlenemeyen seviyeye ulaşmama katkı sağladı.

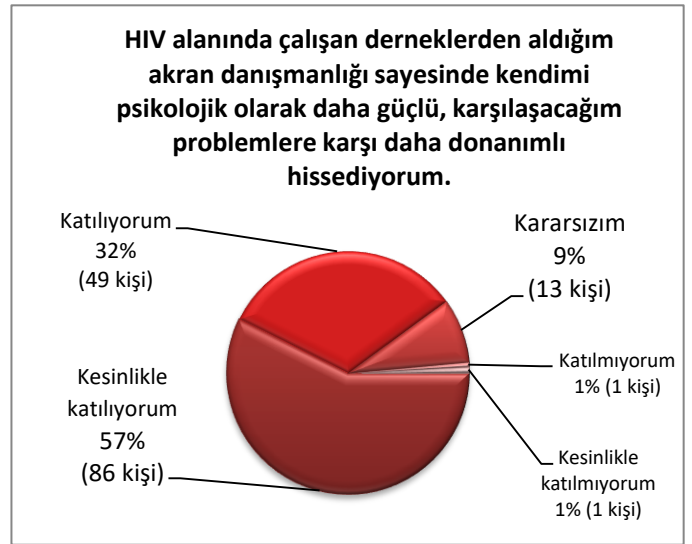
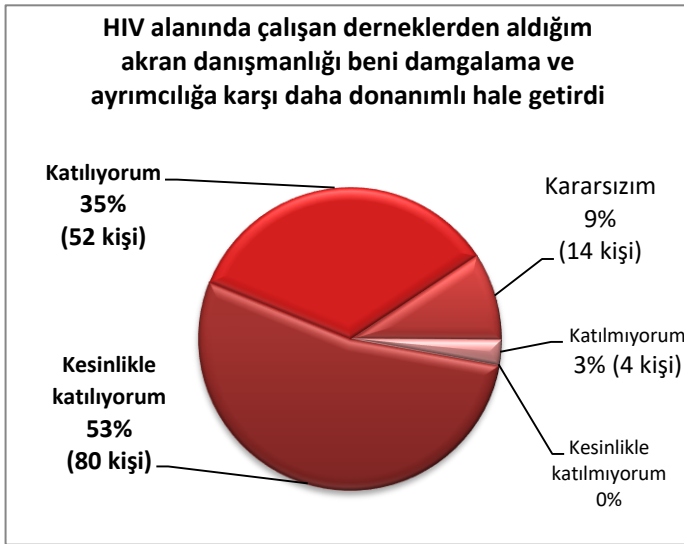


Akran danışmanlığı tedaviye uyumuma ve ilaç sadakatime katkı sağladı



Akran danışmanlığının, **tedaviye uyuma** ve sadık kalınmasına katkı sağladığını **düşünenlerin toplamı %86 (130 kişi)**'dir. Katılımcıların '**B eşittir B**' seviyede kalmasına ise katkı sağladığını kaydedenlerin **toplamı %71 (106 kişi)**'dir. Her ikisinde de kararsız kalanların oranı **%11** ila **%17**'dir.

Doktorlarının ilaç kullanımı, tedaviye uyum ve bağlılık hakkında bilgi verdiğini söyleyenlerin oranı **%79,3 (119 kişi)** idi. Öte yandan '**B eşittir B**' hakkında da sadece **%28,7'si (43 kişi)** bilgilendirildiğini kaydetmişti.



HIV alanında çalışan derneklerden aldıkları akran danışmanlıkları sonucu **‘beni damgalama ve ayrımcılığa karşı daha donanımlı hale getirdi’** diyenlerin toplamı **%88 (132 kişi)**’dir. Kararsız kalan ve katılmayanların ise toplamı **%12 (18 kişi)**’dir.

Aldıkları akran danışmanlığı sayesinde kendilerini **psikolojik olarak daha güçlü** ve olası problemlere karşı daha donanımlı **hissedenlerin ise toplamı %89 (135 kişi)**’dir. Burada kararsız kalan ve katılmayanların toplamı ise **%10 (14 kişi)**’dir.

ÖZETLEMEK GEREKİRSE;

HIV alanında çalışan bir derneğe bağlı, HIV konusunda yetkin başka bir HIV pozitiften akran desteği alınmasının etkilerinin ölçülmesi amaçlanan çalışmada öne çıkan bulgular şöyledir:

- Katılımcıların demografik özelliklerine bakıldığında;
 - %87’si erkektir ve %42’si İstanbul’dan katılmıştır.
 - %20’sinin 18-25 yaş aralığında , %69’unun ise 26-45 yaşlarında oldukları görülmektedir.
- Son 3 yıldır HIV ile yaşayanların tüm toplamı %57’dir.
 - Katılımcıların %21’i son 6 ay içinde HIV tanısı almıştır.
- HIV tanısı aldıklarında **%81,3’ü ‘korku’** hissettiği cevabı verirken, **%74’ü üzümlük ve %53,3’ü de yaşamsal sorgulama** demiştir.
- Katılımcıların %65,3’ü statülerini arkadaşları, aynı oranlarda da başla tıbbi doktorlar (hekim, hemşire, psikolog vb) ile paylaştıklarını söylemiştir.
- Sağlık profesyonellerinin HIV tanısı almış kişilere verdikleri bilgiler değerlendirildiğinde;
 - Katılımcıların **%79,3’ü hekimlerinin ilaç kullanımı, tedaviye uyum ve bağlılık hakkında bilgi verdiğini** söylerken,
 - **%76’sı HIV ile yaşamak** üzerine genel bilgilendirmeler yapıldığını belirtmiştir.
 - **%51,3’üne cinsel yaşam** ile ilgili bilgilendirme yapılırken, **sadece %28,7’sine ‘B eşittir B’** anlatılmıştır.
 - **‘Dernekler ile iletişime geçmenin yararları’ bilgisi %34,7’sine verilmiştir.** (%65,3’üne bilgi verilmemiştir.)
- Tanı sonrası kişilere en çok neyin destek olduğu sorulduğunda **birinci sırada %67,3 oranı ile ‘HIV alanında çalışan bir dernek’** yanıtı gelmiştir.

- Katılımcıların %82'si daha önce HIV alanında çalışan bir dernekten destek aldığını belirtirken, 'almadığını' söyleyenlerin %48'i '**bilgim yoktu**' cevabını vermiştir.

Hekimler tarafından 'Dernekler ile iletişime geçmenin yararları' bilgisinin katılımcıların sadece üçte biri ile (%34,7) paylaşılmış olması öne çıkan bulgulardandır.

- Derneklerin sundukları hizmetlerin hangilerinden haberdar oldukları sorulduğunda **%84,7'si güncel bilgi** sağlayıcılığı cevabı verirken, **%79,3'ü** de akran danışmanlığı demiştir.
- Akran danışmanının hangi konularda paylaşımında bulunduğu sorulduğunda **%86'sı HIV ile yaşamak** / genel sağlık bilgileri yanıtı verdi. Ardından **%72,2 tedaviye uyum**, **%68 cinsel yaşam** ve yine aynı oranda **%68 B eşittir B ve önemi** hakkında bilgi paylaşıldığını söyledi.
 - **B eşittir B konusunda %68'i akran danışmanından bilgi aldığını söylerken, hekiminden bu bilgiyi alanların oranı %28,7'dir.**
- %67,3'ü (101 kişi) telefonla akran danışmanlığı almayı tercih ederken, %52'si (78 kişi) yüz yüze görüşmeyi istemiştir
- HIV tanısını yeni alan kişilerin **akran danışmanlığı almalarını** 'kesinlikle katılıyorum' olarak tavsiye edenlerin oranı **%81'dir.**
- %76'sı 'Tanı alanlar akran danışmanlığı alması konusunda desteklenmeli ve mutlaka yönlendirilmelidir.' demiştir
- Akran danışmanlığı almanın **HIV ile yaşamlarını normalleştirmelerine** katkı sağladığını düşünenlerin **oranı toplamda %91'dir.**
- Akran danışmanından en güncel ve doğru bilgiyi aldıklarına inananların toplamı ise %87'dir.
- Akran danışmanından aldığım desteğin, doktorumdan aldığım destekten **daha güçlü ve samimi olduğunu düşünüyorum**' diyenlerin toplamı **%78'dir.**
- Doktoru ile paylaşmadığı konuları akran danışmanı ile daha rahat konuştuğunu düşünenlerin toplamı %79'dur.
- Akran danışmanlığının, **tedaviye uyuma** ve sadık kalınmasına katkı sağladığını düşünenlerin toplamı **%86'dır.**
- Katılımcıların '**B eşittir B**' seviyede kalmasına akran danışmanlığı almanın katkı sağladığını kaydedenlerin toplamı **%71'dir.**
 - Doktorlarının ilaç kullanımı, tedaviye uyum ve bağlılık hakkında bilgi verdiğini söyleyenlerin oranı %79,3 iken, 'B eşittir B' hakkında sadece %28,7'sine bilgi verilmiştir.
- HIV alanında çalışan derneklerden aldıkları akran danışmanlıkları sonucu '**beni damgalama ve ayrımcılığa karşı daha donanımlı hale getirdi**' diyenlerin toplamı **%88'dir.**
- Aldıkları akran danışmanlığı sayesinde kendilerini **psikolojik olarak daha güçlü** ve olası problemlere karşı daha donanımlı **hissedenlerin ise toplamı %89'dir.**

E. SONUÇ

Araştırma sonuçlarına göre;

Çalışmaya en çok İstanbul'dan genç HIV pozitif erkekler katılım sağlamıştır.

HIV pozitifler ilk tanı aldıkları dönemlerde en çok korku, üzüntü hissetmekte ve yaşamsal sorgulama yaşamaktadırlar.

Bu dönemde kendilerine **en çok HIV alanında çalışan bir dernek destek olmuştur.** Derneklerin sunduğu güncel bilgi sağlayıcılığı, akran danışmanlığı, psikolojik destek, eğitim – seminer, hukuki destek, sağlıklı yaşam, tıbbi kaynaklara yönlendirme ve sosyal hizmet hizmetlerinden haberdardırlar ve büyük çoğunluğu yararlanmıştır. Hizmet almak için çoğunluğu telefonla iletişim haline kalmaktan memnundurlar.

Katılımcılar, HIV tanısı alan kişilerin akran danışmanlığı almalarını ve buna yönlendirmelerini önemle tavsiye etmektedir.

HIV tanısı almış kişilerin HIV ile yaşayan başka yetkin kişilerden deneyim aktarımı ve bilgilendirme almaları, tanı travmalarını daha konforlu atlatmalarına ve yaşamlarını daha hızlı normalleştirmelerine büyük katkı sağladığını belirtmiştir.

Büyük bir çoğunluğu akran danışmanları ile daha güçlü ve samimi iletişim kurabildiklerini, hekimlerine nazaran daha rahat paylaşımda bulunabildiklerini ifade etmiştir.

HIV ile yaşayanlarda akran danışmanlığı; tedaviye uyuma ve sadık kalmalarına, ayrıca 'B eşittir B' statüsünde gelmelerine büyük katkı sağlamıştır. Ayrıca, damgalama ve ayrımcılığa karşı daha donanımlı hale getirmiş, psikolojik olarak daha güçlü ve olası problemlere karşı daha donanımlı hissettirmiştir.

Çalışmada 6 ay - 3 yıl arasında HIV ile yaşayanların daha çok danışmanlık aldığı gözlemlenmiştir. Ancak tanı şokuyla kişilerin gerçek, doğru bilgiye ihtiyaçları olduğu ve daha çok arayışa girdikleri bilinmektedir. Buna göre son 6 ay içerisinde HIV tanısı alan kişilerin sadece %21'inin destek hizmetlerine başvurmuş olması çok düşük bir orandır. Bu oranın düşüklüğü, HIV takibi yapan hekimlerin hastalarını hizmet almaları için yeteri kadar derneklere yönlendirmediği şeklinde yorumlanabilir. Hizmet alanların çoğunluğu kendi çabaları ile internetten araştırma yaparak derneklere ulaşmaktadır.

Buradan, HIV alanında çalışan derneklerin, enfeksiyon hekimlerine çalışmalarını daha fazla duyurmaları ve işbirliği geliştirmelerinin gerektiği ödevi de ortaya çıkmaktadır.

Yine enfeksiyon hekimlerinin hastalarını, en az akran danışmanları kadar B eşittir B konusunda bilgilendirmelerine ihtiyaç olduğu gözlemlenmiştir.

Öte yandan derneklerden haberdar olan enfeksiyon hekimlerinin de hastalarını bu derneklere hizmet almaları için yönlendirmeleri beklenmektedir. Hekimlerin, hastalarını uzmanlıkları ile tıbbi yönden güvende tutmaları kadar, kişilerin sosyal ve psikolojik olarak da güçlenmeleri önemlidir.

Yürütülen çalışma ile akran danışmanlığı vermek için; kişinin ilk önce kendisinin HIV ile yaşamını normalleştirilmesi, belli başlı temel eğitimleri tamamlaması, söyledikleri ile davranışlarının da uyum içinde olması doğru bir rol model olması açısından son derece önemli olduğu sonucu da çıkmaktadır.

F. GELEN GERİ BİLDİRİMLER

Dernekler tarafından verilen akran danışmanlığının katkısının tahmin edildiğinden bile fazla olduğuna inanıyorum
Tanı almamın ardından yıllar geçti. Ama o günleri düşündüğümde hala tüylerim diken diken olur. O ilk anki şoku, korku ve çaresizliği kelimelerle ifade edemem. Çok ağırdı :((Neyse ki şanslıydım ve bana rehber olan harika bir başka akranımla tanıştım. Onu ilk gördüğüm an, özellikle de o sağlıklı ve mutlu halini gördüğüm an, HIV ile de barışmıştım. Gerisi çok kolay geldi. Bilgilendikçe güçlendim, güçlendikçe ben de bilgi yaymaya başladım. Her konuda akran desteği elbette çok kıymetlidir. Ama HIV gibi zor bir konuda yeri inanın bambaşka...
İlk akran danışmanlığımı facebook üzerinden almıştım. Yaşadığım ilk şokun hafiflemesinde çok büyük katkısı oldu. Daha sonra iletişime geçtiğim Pozitif-iz Derneği daha fazla bilinçlenmeme yardımcı oldu. Akran danışmanlığının gerçekten hayat kurtaran bir uygulama olduğuna inanıyorum.
Akran danışmanlığı kesinlikle alınmalıdır. Yeni ilk öğrendiğimde yaptığım en doğru karardı. Partnerimin öğrenemediği bilmediği eksikleri danışmandan öğrendim. Hayatıma bakış açımda yön gösteren yeni bir yaşam koçum oldu adeta. Keza o olmasa intiharı bile sorgulamıştım. Samimiyetle soyluyorum, hayat bakış açınız ve perspektifiniz gelişiyor hem HIVe hem HIV pozitiflere hem de genel yaşam ile ilgili. Teşekkürler
Hem bir sağlıkçı hem de akli başında bir insan olarak, günümüz sağlık şartlarını göz önünde bulundurunca ayrıca yaşadığım ilişkileri de düşününce HIV' ile enfekte olmak benim için o kadar yıkıcı ya da kötü bir durum değil, çalışırken hastaya girişim yaptığım bir esnada da enfekte olabilirdim bunlar işim gereği de olabilecek şeylerdi. Evet, olmasa daha iyi olurdu ama enfekte olmakla çok büyük bir sorunun yok. Beni yoran ve korkutan işimi yapmama engel olma ihtimali düşüncesi. Ayrıca STK'lar iyi ki var, ortak bir çatı altında aynı duyguları paylaşan insanları bir araya getirip bilgilendirmek, manevi anlamda rahatlatmak, politikanın ayırtırmaya yönelik olduğu şu dönemde, çok iyi geliyorlar. Son olarak, ten uyumunu yakaladığın biriyle beraber olmanın bedeli bu olmamalıydı... Hayatımın her alanına karışma hakkını kendinde gören yobaz ve muhafazakâr bir çevrede büyüdüm onlara alıştım bir şekilde dinlemesem de alıştım, şimdi de sana sesleniyorum HIV; sen de tıpkı bir yobaz gibi hayatımda birçok şeye karışma hakkını kendinde görüyorsun ama seni dinlemek sana uymak ve seninle yaşamaya alışmak zorundayım...
Ben şanslı bireyim evet dernek ve dernek temalı akranlarımla resmi olarak görüşmedim. Ama dernekte faal ve oldukça donanımlı dostum ve yakın arkadaşım sohbet ederken bile bana aktarılması gerekeni aktardı ve doktorlarımız ne kadar muhafazakâr görünseler de tesettürün altında aydın bir beyin olduğunu hissettirdi bana ve gönül rahatlığı ile her şeyimi konuşabildim ve çok güvendim kendisine minnettarım
Akran danışmanlığı öncesinde kafamda sadece yanlış bilgiler ve korkudan kaynaklı panik duygusu vardı. Danışmanlık hizmetini almak doğru bir mevcut durum tespiti yapabilmemi ve yeni koşulları kabullenebilmemi sağladı. 2006 yılında aldığım akran danışmanlığı sırasında henüz bilim dünyası tarafından kabul görmüş olan bir B=B gelişmesi yaşanmamıştı.
İyi ki varsınız bebeğim. Bunlar hep "Halüsinasyon". Bir gün toplum daha bilinçli olacak, HIV/AIDS, LGBTİ+, adalet, hoşgörü konuları daha az tabu olacak.
İyi ki varsınız... Destekleriniz için teşekkür ederim.

Siz iyili varsınız moral kaynaşız. Bugün dilerim Allah'tan sadece size HIV kesin tedavisinde ulaştık haberini almak için bekliyoruz sevgi ve saygılarımla iyi geceler diliyorum.

Pozitifiz derneğine tüm destekleri ve eğitimleri için teşekkür ederim.

90 lı yıllardan kalma bilgilerle öleceğimi her şeyin sonuna geldiğimi düşündüm. Öyle korkmuş ve yalnız hissetmişim ki anlatılmazdı. Sonra pozitifiz derneğine attığım mesaj ile umut kapısı aralandı. Arayan kişilerin desteği bir nebze rahatlattı. Sonrasında düzenlenen eğitime katıldığımda tanıştığım insanlar ile daha güçlü durmaya başladım.4 yıl oldu artık tansiyon şeker tedavisi gibi görüyorum eğitimde tanıştığım arkadaşlarla buluşuyor fikir alışverişinde bulunuyorum kadar minnettarım ki iyi ki varsınız

Kendimi yalnız hissediyorum, dünyada sanki bir tek HIV pozitif benmişim gibi hissediyorum başka bir HIV pozitif ile konuşup dertleşmediğim için. Akran danışmanlığı almak istiyorum ama konuşmayı utanıyor ve çekiniyorum açkçası.

İyili varsınız

Bazı sorulara katılmıyorum cevabı verdim, şöyle ki HIV tanısı aldığım ve tedavi sürecimin ilk 5 yılında dernekler hakkında bilgim yoktu, bu süreci tedavime destek olan Şişli Etfal hastanesi enfeksiyon hastalıkları hocaları desteği ve tanıyı koyan göğüs hastalıkları uzmanı Müfide Arzu Özkarafakılı'nın desteğiyle daha iyi atlattım, bunun dışında kişilik olarak pozitif, dışa dönük biri oluşum, hastalığı umursamayışımda bunda payı var. Son 1,5-2 yıldır pozitifiz derneğinden Bora bey ile iletişim kurarak zaman güncel gelişmeler konusunda bilgi alıyorum.. bu anket başta Arzu Özkarafakılı Hoca'ya, Ahsen Öncel hocaya ve tüm şişli etfal enfeksiyon hastalıkları doktorlarına, Pozitifiz derneği Bora beye teşekkürlerimi saygılarımla sunarım...

Bu konu da gönüllü olarak candan hizmet veren tüm akran danışmanlarına sonsuz teşekkürler. İyi ki varlar. Zor günlerimde çok destekçi oldular. Minnettarım.Tanı almış herkese kesinlikle tavsiye ederim ve ediyorum. Sevgiler

2 yıldır evliyim ve 5 yıldır HIV pozitifim. Şuan 1 'i tüp bebek 1 'i B=B ile dünyaya gelen iki tane sağlıklı çocuğum var. Urdan herkese seslenmek istiyorum asla korkmasınlar ve sınıksı tutunsunlar hayata. İmkânsız hiçbirisi yoktur, tek yapmamız gereken düzenli tedavimizi olup hayata karşı gülümsemek:)

Akran danışmanlığı konusunda benim dönemim tam pandemi dönemiydi buna rağmen açtığım Instagram hesabı derneğin telefonu ile görüşmem sosyal medya hesaplarından sorularıma cevaplar ve sonrasında zoom üzerinden toplantılar benim o süreci atlatmama çok fayda sağladı özellikle alanında uzman doktorların o toplantılarda aşırı samimi ve aile gibi davranması benim ayağa kalkmama çok büyük katkı sağladı

İyi ki varsınız ve umarım bu alanda çalışmalar daha da yaygınlaşır

Akran danışmanlığı hayata dair her alanda çok ama çok yararını gördüm. Umarım yeni tanı almış akranlarım akran danışmanlığına ulaşır. Saygılarımla

İlk tanı aldığımda korkmuş ve ne yapacağımı bilmiyordum araştırmaya başladım Türkiye'de buna gönül vermiş kişiler olduğunu gördüm tüm herkese teşekkürlerimi iletmek istiyorum. Pozitif iz derneğinden çiğdem hanımla konuştum. Kendisi benim neler yapmam gerektiğini, bu süreçte sağlık ile ilgili bilgiler verdi o an bana o kadar iyi geldi ki! Başına gelmeden kimse anlayamaz. Çiğdem abla sana sonsuz teşekkürler. İyi ki sizin gibi güzel kalpli insanlar var. İyi ki varsınız.

HIV konusunda bilinçli bir birey olmak ya da olmamak fark etmeksizin akran danışmanlığı ve danışmanlık almak kesinlikle son derece rahatlatıcı ve güçlendirici bir olay. Çevremdeki herkesi test olmaya yönlendirmemi sağladı. Benden sonra test yapıp pozitif çıkan arkadaşşıma da tanı sürecinde yardımcı olmama ve yönlendirmeme sebep oldu. Şimdi onun sürecini yönetiyoruz. Her şey için pozitif-iz derneğine ve danışmanlarına çok teşekkür ediyorum. Bana çok yardımcı oldular

Yalnız olmadığımı bilmek güzel bütün HIV pozitif olan kişiler benim gibi duygusal mı acaba😌😌😌

İyili varsınız

HIV tanısı aldıktan sonra yaptığım en iyi ve doğru şeyin pozitif-iz derneğinden destek almak olduğunu söyleyebilirim. Aklıma takılan her sorunun cevabını aldım, hiç bir sorum havada kalmadı, neyi niye yaptığımı biliyorum. Ne yapmam konusunda bilgim yoksa derneğim ve akran danışmanım var.

Ben her ne kadar daha önce defalarca SGYD ve TOG gibi STÖ'lerden HIV/AIDS farkındalığı eğitimleri almış olsam da, başıma gelince yaşama sevincimi kaybetmişim ve intiharı düşünüyordum, bana o kadar iyi geldiniz ki, eksik olmayın

Gönüllü destek veren farklı uzmanlık alanlarından profesyoneller beni mutlu ve güçlü hissettiriyor. HIV ile yaşayan bireylerin, sosyal iyilik hallerinin genişletilmesi için sağlık raporu sağlayacak HIV konusuna hâkim uzmanlara da ihtiyacımız var. Kaygı duymadan yeni işlere başvurabilmeli ve kabul edildiğimiz takdirde de kaygı duymadan sağlık raporu başvurusunda bulunmalıyız. Yargılanma korkusu olmadan doğal bir diyalog ile çalışabilir raporu alabileceğimiz gönüllü veya konuyu normalleştirmiş, HIV pozitif bireylerin hayata katılımına teşvik edici davranışlar sergileyecek, bilgili ve objektif hekimlere ihtiyacımız var. Rapor konusunda adresimiz belli olsun istiyoruz. 🧑🏻🧑🏻🧑🏻

HIV ile tanışmamın ilk yıllarında yaşadığım şok, kargaşa, yas duygularıyla birlikte yaşamımda giderek artan bir yönetilemezlik baş göstermişti. Hayatın şartlarında yaşamak bir tarafa acı içerisinde amaçsızca bir çabalama içerisinde kör olmuştum. Utanç, suçluluk ve çaresizlik içerisinde kıvranarak kendi zihinsel ve mümkün olan her fırsatta fiziksel olarak izolasyona sokuyordum. Hayatı yaşamaktan ziyade onu yağmalamaya, onunla boğuşmaya başlamıştım. Duygularımı göremez oldum ve tamamen karamsarlık, korku içerisinde bunalımın kollarında uzun zaman harcadım. Bir şekilde uzun zaman sonra bir dernekte benim gibi insanlara temas ettiğimde iyileşmenin ilk adımını attım. Bugün kendimle barışık, görünür, haklarını mümkün çerçevede savunan bir insan olmam danışmanlık sayesinde oldu. Her şeyden önemlisi hayatı yaşamaya başladım.

HIV tanısı aldığım ilk zamanlarda kendimi çok kötü hissettim bundan sonra hayatımın devam etmeyeceğini düşünüyordum açıkçası bu kadar gelişmiş bir tedavinin olduğunu bile bilmiyordum aklıma direk filmler ve diziler geldi hayatımın sonuymuş gibi düşündüm ama pozitifiz derneğinin sayfasına girince videolarını izleyince içim bir nevi rahatladı yaptıkları iş için çok teşekkür ediyorum iyi ki varlar.

Akran danışmanlığı candır

İyi ki varsınız

Pozitifiz derneği sayesinde tanı aldıktan sonra HIV'lin ne olduğunu ve onunla yaşamayı öğrendim. Hala bir problemle karşılaştığımda çalacak bir kapımın olduğunu hissediyorum. Bunun için gönülden teşekkür ediyorum.

Açıkçası bu konu hakkında pek bir bilgim yok. 6 ay önce tanı koyuldu. Elimden geldiğince dürüst bir şekilde doldurup yardımcı olmak istedim.
Bu zorlu süreçte pozitifiz derneğinden güzel yürekli insanlarla karşılaşmam büyük bir mucizeydi. Hayatım bitti dediğim anda hayata bağladılar. Bu güzel yürekleri çok seviyorum iyi ki varlar.♥☐ Yaptığınız çalışmalar çok kıymetli başarılar dilerim.
Akran danışmanım Bora sen harika bir insansın
Akran danışmanlarına teşekkür ediyorum iyili varlar Zor zamanlarımda yanımda oldular Toparlamamda çok büyük katkıları oldu
Teşekkürlerimizi arz ederiz. İyili varsınız.
Tanı aldıktan sonra hissettiğim o duygu karmaşasının ardından, akran danışmanımla yaptığım görüşme sayesinde ilk defa kendimi yeniden "normal" hissetmiştim. Bu çok kıymetliydi benim için.
Derneğimiz de çok kıymetli. İyi ki varsınız ♥☐
Eğer tanı aldığımda doğru ve motive edici, yalnız olmadığımı ve yanlış bir şey yapmadığımı iyi anlatan bir akran danışmanlığı almış olmasaydım, kendime gelmem, toparlanmam, muhtemelen çok uzun zaman alırdı.
HIV ile ilgili süreçlerden bahsettiğimiz de, akran danışmanlığının merkez ve en önemli konulardan biri olduğu hep vurgulanmalı.
Destekleri için pozitifiz derneğinden Bora beye çok ama çok minnettarım.
HIV alanında Çalışan derneklerin psikolojik yani psikolog anlamında sürekli olarak destek sağlamalarını isterim. Derneğe gelip gitmek ve etkinliklere katılmak isterim.
HIV konusunda pozitif iz ve pozitif yaşam derneği çok bilgilendirdiler iki varsınız biz yalnız değiliz
Umarım bir gün Türk toplumunda da HIV pozitif olmak, şeker hastası olmak gibi karşılanır duruma gelir. Normalleşir. Ayrımcılık veya dışlama ile karşılaşmayız. Gizlemek zorunda kalmayız.
Ayrımcılık ve yalnızlık çok kötü başka birey değil
Teşekkürler
İntihar etmeyi bile düşünmüşken akran danışmanımın söyledikleriyle tekrardan güçlendim. Ne kadar da HIV pozitif olsam bu artık benim için vücut uzvumdan bir farkı olmadığını anladım. İyi ki varsın pozitivizm♥
Akran danışmanlığı kesinlikle en büyük desteğim oldu. Tatbiki takip eden doktorumda büyük destek ancak bir Dr. ile konuşamayacağım yâda hislerimi rahatlıkla ifade edemeyeceğim durumları akran danışmanına paylaşabilirim. Ve hem dernek hem akran danışmanım en güncel en doğru bilgilere sahip. İyi varlar. Onlarsız zor başarırdım. Beraber güçlüyüz beraber yeneceğiz
HIV ile yaşayan kişilere önerim. Bu hastalığı kafaya takmayın. İlacı düzenli kullandıktan sonra. HIV negatif gibi yaşamımıza devam edince

Öncelikle bu çalışmanıza beni de dâhil ettiğiniz için çok Teşekkür ederim, Ben 1997 tanı almış bir HIV pozitif bireyim (AIDS aşamasında idi) hastalığım 1997 öncesine dayanıyor. Akran danışmanlığını tavsiye ederim tatbiki. Ama bana en büyük desteği Ege üniversitesinden sağladı(Prof.dür Ayşe Deniz Gök engin 25 yılı aşkın tedavim buradan takip ediliyor. Saygılarımla
Akran danışmanlığı tanı aldığım ilk zamanlar mucize gibi, en iyi ilaç gibi, en iyi doktor gibi beni hayata bağlayarak her konuda bilgilendirdi. Sayelerinde bugün hala isime devam ediyor, evlendim ve bir çocuk sahibiyim. Akran danışmanlığı yaygınlaşmalı ve ilk tanı alındığında kesinlikle önce iletişime geçilmesi gereken bir topluluktur. Bu vesile ile bana ve diğer tüm HIV ile yasayan kişilere verilen destek için sonsuz teşekkürler.
Açıkçası akran danışmanlığı olmasaydı bu süreç benim için çok daha kötü giderdi. Halen çok zorlanıyorum halen kendimi suçluyor ve kabul etmek istemiyorum ama yine de sizler olmasaydınız başaramadıklarımın yârisiniz bile başaramazdım.
Başta Bora Bey olmak üzere pozitif-iz ekibine sonsuz teşekkürlerimi iletiyorum. Çok sağlam bir ekip, işinde uzman kişiler. Bu dernek ile yollarımızın kesiştiği için çok mutluyum. Destekleriniz için şükranlarımı sunuyorum.
Kalabalıklar içinde tek başımayım 1 yıldır HIVle yaşıyorum öğrendiğinden beri bir an bile aklımdan çıkmayan en kötüsünde en mutlu anlarımda geliyor aklıma gülüşümün yerini bir hüznün kaplıyor.
Akran arkadaşım yok
Pozitif iz derneği bora bey bana çok destek oldu onunla konuştuktan sonra hayata ve bu virüse bakış açımı değiştirdim
Bilinçlenmek güzel şey
HIV tedavisi şuan ne durumda acaba onu merak ediyorum sadece
Bu tanıyı aldığım ilk andan itibaren akran danışmanlığı olarak kendimi şanslı hissediyorum eğer ilk anda böyle bireyle karşılaşmayıp tıbbi yönden destek ve hizmet alsaydım bu kadar güçlü olamayıp normal yaşantıma devam ediyor olamayabilirdim
Sayenizde şok olma sürem kısaldı. Daha hisli toparlandım
Ormana tek başına ses duyuramazsın ama hep beraber bağırınca ses gelir.
Akran danışmanlığı almasaydım, tedaviye başlayamadım. Çok teşekkür ederim. Hayatıma dokundunuz.
Akran desteği çok önemli bu sayede kendimi mutlu ve huzurlu olmamda çok etkileri oldu
Çok memnunum akran danışmalarımdan bana destek veren herkesten ama kendimi mutlu edemiyorum sebebi çıkan sürekli başka enfeksiyon hastalıklarından dolayı mesela hpv genital siğil aşısını vurduğum halde tek toz kalmasına rağmen tekrar etmesi beni üzüyor sonra benimden sarı akıntı vs gelmesi fedan derneğimiz çok güzel bir dernek ilgisi alakası ama ben mutlu değilim kendimi mutlu edemiyorum iyili varsınız ♥
Size tüm kalbimle ve içten duygularıyla teşekkür ediyor çalışmalarınızda başarılar diliyorum sizleri çok seviyorum.

Akran danışmanlığı konusunda daha detaylı bilgi almak isterim

Akran danışmanlığı olmalı ve her yeni HIV tanısı olan arkadaşlarım muhakkak bir arkadaş dost gibi yaklaşıp bilgilendirilmeli

Ben İNTİHAR ETMEYİ DÜŞÜNÜRKEN POZİTİF-İZ Derneğinin numarasını buldum, Tıfda sakın, umut veren inandırıcı bir ses BORA BEY İYİKİ VARSINIZ, Siz olmasaydınız yaşama tutunamazdım ;yeniden dünyaya geldim ve Sevil Hnm, öğretmenim Jinekolog DR. Özlem Altıntaş Benimde haklarımı savunan Avukatım vardı :İsmail Cihan Tuğcu Tanı aldığım için Ameliyat etmeyen bir yılı askın süredir önesin TL ödeme yaptığım ESTRELLA İZMİR KLİNİĞİNDEN ALAMADIĞIM PARAMI DAHİ ALDIM HİÇBİR ÖDEME YAPMADIM AV.CİHAN BEYE.BORA BEYİ ARAMASAYDIM HİÇ KİMSEM YOKTU ÇOK MUYLUYUM İYİKİ VARSINIZ♥♥♥□□🌸🌻🌿

G. TEŞEKKÜR

Başta, çalışmaya katılarak kıymetli görüşlerini paylaşan tüm HIV pozitif dostlarımıza çok teşekkür ederiz.

Çalışmanın ana yürütücüsü olan Çiğdem Şimşek'e,
Verilerin toplanmasına katkı sağlayan Önder Bora'ya,
Soruların oluşturulmasında yardımcı olan Hasan Demirci'ye,
Analizlerin yorumlanmasına destek veren Gamze Şenyürek'e
Mikro Fon desteği ve işbirliği için Kırmızı Kurdele İstanbul Derneği'ne teşekkür ederiz.

