

T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ŞEHİT AİLELERİNİN YAS, DUYGULANIM ŞİDDETİ
SOSYAL BOZULMA VE PTSB DÜZEYLERİ İLE SOSYO- DEMOGRAFİK
DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİNİN İNCELENMESİ: TARSUS
ÖRNEĞİ

TEZİ YAZAN
Ethem SARI

Danışman: Prof. Dr. Asım YAPICI (Çukurova Üniversitesi)

Jüri Üyesi: Doç. Dr. Murat KOÇ (Çağ Üniversitesi)

Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Soner ÇAKMAK (Çukurova Üniversitesi)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERSİN / OCAK 2018

ONAY

T.C
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

201510056 numaralı öğrencimiz olan Ethem SARI tarafından hazırlanan “Şehit Ailelerinin Yas Duygularının Şiddeti, Sosyal Bozulma ve PTSS düzeylerinin Sosyo Demografik Değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından oy birliği ile Psikoloji Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.)

Üniv. Dışı – Tez Danışmanı – Jüri Başkanı : Prof. Dr. Asım YAPICI
 (Çukurova Üniversitesi)

(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.)

Üniv. İçi – Jüri Üyesi : Doç. Dr. Murat KOÇ

(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.)

Üniv. Dışı – Jüri Üyesi : Yrd. Doç. Soner ÇAKMAK
 (Çukurova Üniversitesi)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylıyorum.



(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.)

05/01/2018

Doç. Dr. Murat KOÇ
 Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not : Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 Sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF

Yaptığım bu çalışmayı her türlü terörle mücadele ederken şehit olan asker, güvenlik görevlisi ve masum insanları saygı ile anarak onlara ithaf ediyorum.

ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dökümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. / /2018

05/01/2018

Ethem SARI

TEŞEKKÜR

Bu tezi hazırlama sürecimde bilgi ve deneyimlerini içtenlikle paylaşan, süreç içerisinde motivasyonumu artırıcı desteği için danışman hocam Prof. Dr. Asım Yapıcı'ya, tez çalışmasının uygulama aşamasında katılımcı olarak yer alan tüm şehit yakınlarına içtenlikle teşekkür ederim. Şehitlerimizi saygı ile anıyorum. Ayrıca beni lisansüstü çalışma yapmak konusunda cesaretlendiren kızlarım Jale ve Merve Sarı ile bu süreçte her türlü destek ve fedakârlığını yakinen hissettiğim hayat arkadaşım Sevim Sarı'ya da sonsuz teşekkürler.

Ethem SARI



ÖZET

ŞEHİT AİLELERİNİN YAS, DUYGULANIM ŞİDDETİ SOSYAL BOZULMA VE PTSD DÜZEYLERİ İLE SOSYO- DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: TARSUS ÖRNEĞİ

Ethem SARI

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Asım YAPICI

Ocak 2018, 88 sayfa

Savaş ve terör olayları sonucunda ve görevi başında travmatik bir şekilde yaşamını yitirenler şehit sayılmaktadır. Bu araştırmada Mersin ili Tarsus ilçesinde ikamet eden 51 şehidin anne, baba, kardeş, eş ve çocuklarının yaşadıkları travma sonrası yaşanan durumlar incelenmiştir. Amacı ise şehit yakınlarının söz konusu yas sürecini nasıl geçirdikleri, onların duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeylerinin, sosyo demografik değişkenlerle olan ilişkilerini tespit etmektir. Araştırmanın bir diğer amacı ise bu alanda daha kapsamlı çalışmalara zemin oluşturmaktır. Bu çalışmanın önemi ise şehit ailelerinin yaşadığı travmayı bilimsel bir şekilde ortaya koyma arzusunda yatmaktadır.

Nicel bir desene sahip olan bu araştırmanın evreni Mersin ili şehit yakınlarıdır. Örneklemi ise Tarsus ve köylerinde ikamet eden 97 şehit yakınından oluşmaktadır. Veriler “Yas Ölçeği”, “Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği” ve “PTSD(Post Travmatik Stres Bozukluğu soru listesi)” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde parametrik (t-testi, korelasyon, Mann Whitney U) ve non-parametrik testler kullanılmıştır.

Elde edilen bulguların analiz sonuçlarına göre şehit ailelerinin yas, duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeyleri cinsiyet, sosyal destek alıp almama ve antidepresan kullanıp ve kullanmama durumuna göre farklılık arz etmektedir. Kadınların yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma ile PTSD düzeyleri erkeklerden anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Şehit ailelerinin yaşadığı travmatik yas düzeyi normal kayıp yas düzeyi ortalamasından yüksektir.

Şehit yakınlarının yas, Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma ile PTSD düzeylerinin yaş, eğitim durumu, ekonomik durum ve yas süresi arasında anlamlılık ifade edecek düzeyde ilişkiler tesbit edilememiştir. Bunlardan sadece PTSD düzeyi ile yaş arasında anlamlı düzeyde bir ilişki tesbit edilmiştir.

Şehit yakınlarının yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma ile PTSD düzeyleri ile medyada yayınlanan savaş ve terör haberleri arasında güçlü bir ilişkinin varlığı belirlenmiştir. Ayrıca gelir düzeyi ile yas süresi, sosyal bozulma ile eğitim durumu arasındaki ilişkiler de anlamlıdır.

Anahtar Kelimeler: Savaş, Terör, Şehitlik, Travma, Yas, Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma, Post Travmatik Stres Bozukluğu



ABSTRACT**THE RESEARCH OF MOURNING, EMOTION, SOCIAL DETERIORATION
AND PTSD LEVELS OF MARTYRS' FAMILIES AND THE RELATION WITH
THE DEMOGRAPHIC FEATURES.****Ethem SARI****Master Thesis, Department of Psychology****Supervisor: Prof. Dr. Asım YAPICI****January 2018, 88 pages**

The people who lose their lives traumatically as the result of terrorism and war are considered as martyrs. In this survey, the situation of 51 martyrs' fathers, mothers, sisters, brothers, wives and children residing in Tarsus-Mersin was examined after they experienced this kind of trauma. The aim of this survey is to determine the martyrs' families' mourning, emotional, social deterioration, PTSD level and the relation with their demographic features. The other objective of this research is to be taken as a sample for more detailed researches. The importance of this study lies in the passion to show the trauma empirically that the martyr's family have experienced.

This research, which is in a quantitative structure, has the martyrs' relatives in Mersin as its nature. The sampling consists of 97 martyrs' relatives who reside in Tarsus and its villages. The data has been collected with "Mourning Scale", "Emotion Level and Social Deterioration Scale" and "Posttraumatic Stress Disorder Form". Parametric (t-test, one way anova, correlation) non-parametric tests have been used in the analysis of the data.

According to the findings obtained; the mourning, emotion level and social deterioration with Posttraumatic Stress Disorder level of the martyrs' families differ depending on the gender, getting social support or not and taking antidepressants or not. The mourning, emotion level and PTSD level of women is much higher than of men. If it is compared with the related literature, the traumatic mourning level that martyrs' families experience is higher than the usual loss average.

There have been no meaningful relation found out between the mourning, emotion, social disorder, PTSD level and age, education, financial and period of

mourning. There has been a meaningful relation only between PTSD level and age.

It has been identified that the most influential thing for the mourning, emotion level, social disorder and PTSD level of the martyrs' families are war and terror incidents that appear in the media. Also, there has been a relation between income levels and mourning period, social disorder and education levels.

Key Words: War, Terror, Martyrdom, Trauma, Mourning, Emotion Level and Social Disorder, Posttraumatic Disorder.



ÖNSÖZ

Yeryüzünde yaşayan bütün canlı türlerinin eşit olduğu tek olgu ölümlü olduğu gerçektir. Hangi canlı olursa olsun bir süre sonra yaşam süresi bir şekilde sonlanır. Haliyle insanlar, canlıların en gelişmiş olarak ölüm gerçeğini algılar ve kabul etmekte zorlanır. Sevdiği değer verdiği birinin ani ölümü, kişilerin soyut bağlamda kaybettiği ilişki bağını yeniden yapılandırmak üzere kendisini dinamik bir sürece teslim eder. Bireylerin tekrar bir içgörü kazanması için verdikleri tepkilerden oluşan bu dinamik süreç yastır.

Ülkemizde uzun bir süredir terör olaylarına maruz kalmaktadır ve çok sayıda güvenlik görevlisi ve masum insanlar beklenmedik bir şekilde hayatını kaybetmiştir, şehit olmuştur. Şehitlerin arkasında da gözü yaşlı anne baba kardeş eş ve çocuklar kalmaktadır. Bu araştırmada şehit ailelerinin yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile demografik değişkenler arasındaki ilişkinin araştırılması planlanlanmış ve sonuçlandırılarak bilim dünyasına sunulmuştur.

05/01/2018

Ethem SARI

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No:
KAPAK	i
ONAY	ii
İTHAF	iii
ETİK BEYANI	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
ÖNSÖZ	x
İÇİNDEKİLER	xi
KISALTMALAR	xiv
TABLolar LİSTESİ	xv
EKLER LİSTESİ	xvi

BÖLÜM I

1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Arka Planı	1
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Problemi	2
1.4. Araştırmanın Önemi	2
1.5. Araştırmanın Hipotezleri	4
1.6. Araştırmanın Sayıtları	4
1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları	4
1.8. Tanımlar	4
1.8.1. Savaş	4
1.8.2. Terör	6
1.8.3. Şehitlik	9
1.8.4. Travma	10
1.8.5. Yas	12
1.8.6. Duygulanım Şiddeti	17
1.8.7. Sosyal Bozulma	18

1.8.8. Post Travmatik Stres Bozukluğu	18
---	----

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	20
2.1. Yas Sürecine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	20
2.2. Duygulanım ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	24
2.3. PTSD ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	25

BÖLÜM III

3. YÖNTEM	27
3.1. Araştırmanın amacı	27
3.2. Araştırmanın Modeli	27
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	27
3.4. Araştırmanın Yapılışı	28
3.5. Verilerin Toplanma Araçları	28
3.5.1. Anket Formu	28
3.5.2. Yas Ölçeği	28
3.5.3. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği (DŞSBÖ)	30
3.5.4. PTSD Soru Listesi	30
3.6. Verilerin Analizi	31

BÖLÜM IV

4. BULGULAR	32
4.1. Cinsiyet ve Eğitim durumu	32
4.2. Yakınlık Durumu	33
4.3. Yas ile İlgili Bulgular	33
4.4. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma ile ilgili Bulgular	35
4.4.1. Duygu Durum Ölçeği İle İlgili Bulgular	35
4.4.2. Sosyal Bozulma Ölçeği ile İlgili Bulgular	37
4.4.3. Duygulanım Şiddet Sosyal Bozulma Toplam Puanı İlgili Bulgular	39

4.5. PTSTB İlgili Bulgular	41
----------------------------------	----

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM.....	44
5.1. Yas ile İlgili Tartışmalar	44
5.2. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma İle İlgili Tartışmalar	46
5.2.1. Duygulanım Durumu ile İlgili Tartışmalar	46
5.2.2. Sosyal Bozulma ile İlgili Tartışmalar	46
5.2.3. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma ile İlgili Tartışmalar	47
5.3. PTSTB Bulgularıyla İlişkili Tartışmalar	48

BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	50
6.1. Sonuçlar	50
6.2. Öneriler	52
7. KAYNAKÇA	54
8. EKLER	60
9. ÖZGEÇMİŞ	71

KISALTMALAR

- DŞSBÖ : Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği
PTSB : Post travmatik stres bozukluğu
PKK : Kürdistan İşçi Partisi
İŞİD / DEAŞ : Irak Şam İslam Devleti
DHKP – C : Devrimci Halk Kurtuluş Partisi Cephesi
TKP-ML: :Türkiye Komünist Partisi Marksist-Leninist
İBDA-C: : İslami Büyük Doğu Akıncılar Cephesi
FETÖ / PDY: : Fethullahçı Terör Örgütü/Paralel Devlet Yapılanması



TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa No:
Tablo 1. Örneklemin cinsiyet ve eğitim durumuna göre dağılımı	32
Tablo 2. Örneklemin şehide yakınlık durumuna göre dağılımı.....	33
Tablo 3. Cinsiyete Göre Yas Düzeyleri.....	33
Tablo 4. Yas ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki	34
Tablo 5. Sosyal Destek Algısına Göre Yas Düzeyleri	34
Tablo 6. Antidepresan kullanımına göre yas düzeyi	35
Tablo 7. Cinsiyete Göre Duygu durum Düzeyleri.....	35
Tablo 8. Duygu durum ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki.....	36
Tablo 9. Sosyal Destek Algısına Göre Duygu durum düzeyleri	36
Tablo 10. Antidepresan kullanımına göre Duygu Durum Düzeyi	37
Tablo 11. Cinsiyete Göre Sosyal Bozulma Düzeyleri.....	37
Tablo 12. Sosyal Bozulma ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki	38
Tablo 13. Sosyal Destek Algısına Göre Sosyal Bozulma Düzeyleri.....	38
Tablo 14. Antidepresan kullanımına göre Sosyal Bozulma Düzeyi	39
Tablo 15. Cinsiyete Göre Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Düzeyleri.....	39
Tablo 16. Duygulanım Şiddet ve Sosyal Bozulma Toplam Puanı ile Sosyo- Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki	40
Tablo 17. Sosyal Destek Algısına Göre Duygulanım Şiddeti Sosyal Bozulma Düzeyleri	40
Tablo 18. Antidepresan kullanımına göre Duygulanım Şiddeti Sosyal Bozulma Düzeyi	41
Tablo 19. Cinsiyete Göre PTSD Düzeyleri	41
Tablo 20. Sosyal Destek Algısına Göre PTSD Düzeyleri	42
Tablo 21. PTSD ile sosyo- Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki	42
Tablo 22. Antidepresan kullanımına göre PTSD Düzeyi	43

EKLER LİSTESİ

	Sayfa No:
Ek 1. Anket Formu ve Ölçekler	60
Ek 2. Etik Kurul Onayı	68
Ek 3: İzinler	69



BÖLÜM I

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Arka Planı

Sosyal bir varlık olan, insan yaşamı boyunca kendisini zorlayıcı, düşündürücü, yıpratıcı ve tehdit edici birçok olayla karşılaşır. Kuşkusuz o, bunlardan bir kısmının üstesinden gelirken, diğer bir kısmıyla ya baş edemez ya da olumsuz başa çıkma stratejileri geliştirir. Bireyin olumlu başa çıkmada zorlandığı durumlarda psikolojik gerginlik, dağınıklık, mutsuzluk ve sosyal çevreye uyum sorunları ortaya çıkabilir.

Bilindiği üzere uyum sağlama (intibak) çabası kişiden kişiye farklılık gösterir. Bireyin kişilik yapısı, bu bağlamda iç güdümlü ve dış güdümlü olması, psikolojik sağlamlık düzeyi, sosyal destek algısı başta olmak üzere pek çok psiko-sosyal faktör bu süreçte devreye girmektedir. Her hâlükârda uyum sağlama çabası kişi için psikolojik, hatta psikososyal açıdan yorucudur.

Sevilen kişilerin ölümü, kendisinin ya da bir yakınının organ kaybı, engellilik, cinsel istismar, başarısızlık, iflas, mahpusluk ve işten atılma gibi durumlar bireyin psiko-sosyal dengesini bozmakta ve uyum süreçlerini zorlaştırmaktadır. Bu araştırmanın konusu sevilen kişilerin vefatından kaynaklanan psikolojik süreçlerin şehit aileleri örneğinde incelenmesidir. Bu bağlamda özellikle şehit ailelerinin yaşadıkları yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri demografik değişkenler bakımından analiz edilmektedir.

Günümüzde teknolojik gelişmelerle dünyanın küresel bir köye çevrildiği, zaman ve mesafenin ölümünün ilan edildiği bir dönemin yaşandığı sıklıkla vurgulanmaktadır (Bora, 2009). Özellikle gazete, dergi, televizyon ve internet gibi kitle iletişim araçları her türlü haberin kitlelere ulaşmasını kolaylaştırmaktadır. Bu haberlerde her şeyin bütün canlılığı, hatta teferruatı ile ortaya konması, hele hele savaş ve terör olaylarının canlı yayınlarla aktarılması, insanların korku, endişe ve kaygı düzeylerini oldukça etkilemektedir. Bu etkilenmenin en fazla olduğu kişiler ise evlatlarını genç yaşta teröre kurban vermiş aile fertleridir. Anne baba, kardeşler, dul kalmış eş ve yetim çocuklar yaşadıkları travmayla baş edebilme hususunda ziyadesiyle zorlanmaktadır. Hatta bu süreç onların hem bilişsel, duygusal ve davranışsal durumlarına, hem de genel anlamda yaşam kalitelerine olumsuz yansımaktadır.

Dünyada çeşitli nedenlerle savaşlar çıkmakta ve terör olayları yaşanmaktadır.

Ülkemizde ASALA, PKK, DHKP-C, TKP/ML Hizbullah, İBDA-C, el-Kaide, İŞİD (DEAŞ), FETÖ/PDY vb. terör örgütlerinin saldırılarında canını veya bir organını kaybedenlerin sayısı Emniyet Genel Müdürlüğü ve Milli Savunma Bakanlığı verilerine göre 7918 asker ve güvenlik görevlisi ile 6741 sivil vatandaş olmak üzere toplam 14659'dur. Bu durum hem güvensizlik hissini tahrik ettiğinden genel anlamda ülkemiz için büyük bir travma yaratmakta, hem de özelde terör eylemlerinde şehit ailelerine üstesinden gelinmesi oldukça zor maddi-manevi sıkıntılar yüklemektedir. Sadece yaşayanlar açısından değil, geride kalan daha doğmamış yetimlerin psikolojik yapıları da bu süreçten etkilenmektedir. Hayallerin, geleceğe dair umutların, yaşama dair her şeyin sekteye uğraması aileler üzerinde psikolojik bir baskı oluşturmaktadır. Bu durum çeşitli ruhsal bozulmalara sebebiyet vermektedir. Aileler bu travmatik durumu üzerinden atamamakta, dahası terör olaylarının devam etmesi, sürekli şehit haberlerinin gelmesi, yaşanan stres ve kaygıyı yeniden ve tekraren üretmektedir. Bu da onların yaşamını güçleştirmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada Mersin ili Tarsus ilçesinde ikamet eden 51 şehidin anne, baba, kardeş, eş ve çocuklarının yaşadıkları travma sonrası yaşanan durumlar incelenmiştir. Amacı ise şehit yakınlarının söz konusu yas sürecini hangi düzeyde geçirdikleri, onların duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeylerinin ne düzeyde olduğunu, sosyo demografik değişkenlerle olan ilişkilerini tespit etmektir. Araştırmanın bir diğer amacı ise bu alanda daha kapsamlı çalışmalara zemin oluşturmak, literatüre katkı sağlamak ve bu hususta az da olsa farkındalık oluşturmaktır.

1.3. Araştırmanın Problemi

Mersin ili Tarsus ilçesi sınırları içinde yaşayan şehit ailelerinin yas, duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeylerinin sosyo demografik değişkenlerle aralarında bir ilişki var mıdır?

1.4. Araştırmanın Önemi

Yaşanan bir kayıp sonucu travmaya maruz kalmış kişilerde bilişsel, duygusal ve davranışsal sorunlar ortaya çıkabilir. Onlar, sıkıntılarını, hissettikleri acıyı, kaygıyı ve ruh ağrısını başkaları ile paylaşmayabilir. Hatta kişi, yaşadığı kaygı ve korkuları

bastırılarak farklı savunma mekanizmalarıyla rahatlama sağlamaya çalışabilir. Yas süreci ve sonrasında yaşananlar bireyin uyum süreçlerini etkileyebilir.

Şehitler kendi canlarını ülke ve toplumları için feda eden kişilerdir. Bu nedenle hem dini hem de milli kültürde saygın kabul edilirler. Çünkü devletler ve toplumlar onların canları ve kanlarıyla kurulmakta, korunmakta ve varlıklarını devam ettirmektedir. Bununla birlikte şehitlerin yakınları açısından acaba süreç nasıl işlemektedir? Canlarını vererek hayata gözlerin yuman şehitler, arkalarında nasıl bir aile ortamı, nasıl bir sosyal çevre bırakmıştır? Şehidin yaşının ne olduğu da pek önemli değildir. Bunların hemen hemen tamamı 20-35 yaş arasındadır. Bazıları evlidir, bazıları ise evlilik hazırlığı yapmaktadır. Bazılarının çocukları vardır bazıları ise çocuk beklemektedir. Bazılarının anne-babası hayattayken bazılarının vefat etmiştir. Anlaşıldığı kadarıyla onlar çok farklı özelliklere sahiptir. İşte burada şehitlerin arkasında bıraktığı kişilerin bahsi geçen acı ve elem verici bu süreçte neler yaşadıklarıdır.

Kuşkusuz toplum olarak şehitliğe ziyadesiyle önem vermekteyiz. Ancak bazen şehit ailelerini anlayamama, hatta onları derinden sarsan açıklamalar yapma durumu söz konusu olabilmektedir. Örneğin “Neden uzman çavuş, polis, asker oldular?” “Bu meslekleri yapmalarına ihtiyacınız var mıydı?” tarzında aileyi derinden yaralayan ifadeler kullanılmaktadır. Zaten psikolojik sıkıntı ve travma yaşayan aileler bu tarz sorularla daha da sıkıntıya düşmektedir.

Bu çalışmanın önemi şehit ailelerinin yaşadığı travmayı bilimsel bir şekilde ortaya koyma arzusunda yatmaktadır. Konu hem devlet, hem toplum, hem de tek tek bireyler açısından yaşamsal öneme sahiptir. Çünkü gerek şehit ailelerinin (aktörler) gerekse sosyal çevrenin (gözlemciler) şehitliğe verdiği değer azalacak olursa bu ulvî makam önemini kaybeder. Bu ise ihtiyaç anında vatani ve milleti koruma arzusunu sekteye uğratabilir. Dahası şehitlik motivasyonunun kaybolması dinî ve millî değerlerin aşınmasına neden olabilir. Bu sebeple şehit yakınlarının ne yaşadığı, yas süreçlerini nasıl geçirdiği, sorunlarla nasıl başa çıktığı, sosyal uyum düzeylerinin ne olduğunun araştırılması ve buna göre politikaların oluşturulması önemlidir. Bu çalışma bu gibi hususlara dikkat çekmek istemektedir.

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

- 1) Şehit ailelerinin yas düzeyleri ile sosyo-demografik değişkenler arasında ilişki vardır.
- 2) Şehit ailelerinin duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile sosyo-demografik değişkenler arasında ilişki vardır.
- 3) Şehit ailelerinin PTSD ile sosyo-demografik değişkenler arasında ilişki vardır.

1.6. Araştırmanın Sayıltıları

- 1) Örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.
- 2) Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının hedeflenen olguyu ölçme hususunda geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
- 3) Araştırmanın örneklemini oluşturan şehit yakınlarının anket sorularına ve ölçeklere samimiyetle cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

Bu araştırma örnekleme belirtilen 51 şehit ailesi ile sınırlıdır.

Bu araştırma yapıldığı dönem, ölçme araçları, verilerin analizinde kullanılan tekniklerle sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

1.8.1. Savaş

Milletlerarası ilişkilerde krizlere yol açan anlaşmazlıkların diplomatik girişimler, arabuluculuk ve tahkim başta olmak üzere barışçıl yollarla veya misilleme, abluka ve ekonomik ambargo gibi yaptırımlarla çözümlenemediği durumunda devreye giren şiddet içerikli ilişki şekline savaş adı verilmektedir. Modern devletler hukukunu dikkate alan bir başka tanımlama ise şu şekildedir. Savaş, tarafların çıkarları doğrultusunda birbirlerine isteklerini zorla kabul ettirmek amacıyla iki veya daha fazla devlet arasında yapılan silahlı mücadele" şeklinde tanımlanmaktadır (Yaman, 2009: 189). Buradaki tanımlara dikkat edilecek olursa iki temel husus ön plana çıkmaktadır. Birincisi taraflar arasında çözümlenemeyen bir gerilimin bulunması, ikincisi ise söz konusu sorunun normal yollarla çözümlenemeyip silahın devreye girmesidir. Sosyal kimliğin başat hale geldiği, bireysel kimliğin sosyal kimlik içinde eridiği savaş ortamlarında pek çok insan

canını, evlatlarını, malını, mülkünü, kısaca hem gününü hem de istikbalini kaybedebilir. Bununla birlikte her savaşın arkasındaki temel güdü kazanmak ve geleceği, kazananın istediği gibi şekillendirme arzudur.

İnsanın fitratında şiddet ve saldırganlık eğiliminin bulunup bulunmadığı hususunda psikologlar arasında görüş birliği mevcut değildir. Freud'a (2000) göre her insanda doğuştan cinsellik ve saldırganlık duyguları vardır. Bu anlamda psikanalizin insan modeli, "insanın aslen kötü olduğu" varsayımına dayanmaktadır. Psikanalizden mülhem geliştirilen kuram ve modellerden birisi de engellenme-saldırganlık yaklaşımıdır. Bu yaklaşım gerçek bir engellenme ile ortaya çıksın veya engellenme hissi ile tezahür etsin bunların her ikisinin de farklı biçim ve tonlarda saldırganlık davranışını tahrik ettiğini söylemektedir. Davranışçılara gelince onların insan doğuştan tabula rasa, yani boş levha kabul ettiğini, dolayısıyla ondaki her türlü duygu, düşünce, eğilim ve isteğin çevresel faktörlerin etkisiyle sonradan kazanıldığını ileri sürerler (Locke 1999). Burada bahsi geçen her iki kuram değerlendirilecek olursa psikanalize göre şiddet ve saldırganlığın insanın doğal bir eğilimi, davranışçılığa göre ise sonradan kazanılan bir davranış olduğu söylenebilir. Bilişsel davranışçı sosyal öğrenme kuramı ise şiddet ve saldırganlığı açıklarken model alma ve taklit süreçlerini ön plana çıkartmaktadır (Bandura, 1986).

Fromm (1961) şiddeti özgeci ve kıyıcı olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Nefsi müdafaa özgeci şiddete girerken kasten öldürmeler, savaşlar ve katliamlar kıyıcı şiddet kategorisine dâhildir. Bununla birlikte şiddetin sözlü, fiili, ekonomik, sosyal, duygusal vb. pek çok çeşidinin olduğu da bilinmektedir (KSGM 2008) . Bunların süreç ve sonuçları itibariyle en ağır olanı savaştır. Çünkü savaşta yaşanan acılar ile savaşın mağdurları ve kahramanları çoğu kere içe içe girer. Bu nedenle savaşlar geride bıraktıkları maddi ve manevi enkazla hatırlanır. Söz gelimi I ve II. Dünya savaşlarının etkisinin hale devam ettiği söylenebilir. Yakın zamanda Afganistan, Bosna, Çeçenistan, Irak ve Suriye'de yaşananlar, savaşların kazanını değil, kaybedenlerinin olduğunu göstermektedir.. Geride ölen, yaralanan ve organ kaybına uğrayanlar, dağılmış aileler, yetimler, öksüzler, evlat ve kardeş acısı yaşayanlar; yıkılan evler, mabetler, harap olmuş şehirler, kısaca yaşam alanı olma özelliğini yitiren coğrafyalar kalmaktadır.

Tolstoy (2003) "Savaş ve Barış" adlı romanında Napolyon Savaşlarının beraberinde getirdiği yıkımı ve yaşanan travmaları edebi bir üslupla anlatmaktadır. Hemingway'in (2012) "Çanlar Kimin İçin Çalıyor" adlı kitabında 1936 İspanya İç Savaşı üzerinden savaşların insan ruhunda yaptığı tahribat ve yaralanma dile

getirilmektedir. Fransız düşünür Renan “Savaşın gerçek mağdurları sadece ölülerdir” derken bir başka hususa dikkat çekmektedir. Herodot “Barışta çocuklar babalarını, savaşta ise babalar oğullarını gömerler” der. Bu ise savaş ortamlarında dünyanın fiziksel ve sosyal düzenin bozulduğunu ortaya koymaktadır. Son 100 yıl içerisinde I. Dünya Savaşı ve akabinde gerçekleşen Kurtuluş savaşında Türk toplumunun yarım milyondan fazla şehit verdiği bilinmektedir. Bir o kadarı da yaralanan gazi mevcuttur. Geride maddi-manevi yüzlerce sorunla boğuşmak durumunda kalan yüzbinlerce insan kalmıştır. Bu durum hem tek tek bireylerde hem de toplumsal yapıda ciddi travmalar oluşturmuştur. Çünkü savaş bir dengesizliktir. Savaş bittikten sonra dengelerini hemen kazanmaları da pek mümkün değildir. Bu nedenle Atatürk (1997) "Harp zaruri ve hayati olmalıdır. Milletın hayatı tehlikeye maruz kalmadıkça savaş bir cinayettir" diyerek savaşın olumsuzluğunu gayet açık bir dille ifade etmiştir. Asker kökenli bir devlet adamı olan Atatürk'ün bu sözü manidardır. Zira o, hem cephede hem cephe gerisinde hem de barış zamanlarında savaşın vahşi yüzünü en iyi gören ve bilen kişilerdendir.

1.8.2. Terör

Literatürde terör kelimesinin şiddet (violence), siyasal şiddet (political violence), hatta anarşi (anarchy) kelimeleri ile eş anlamlı olarak kullanıldığı görülmektedir. Latince “terrere”den türeyen terör kelimesi, “korkudan sarsıntı geçirme, panikleme, dehşete düşme” anlamlarına gelmektedir (Altuğ,1995, Mango, 2005). Bugün batı dillerinde siyasal amaçla bombalama, öldürme ve adam kaçırma gibi güç eylemler terör olarak değerlendirilmektedir (Mango, 2005: 12). Türkçede de terör denince yine bu anlamlar kastedilmektedir (Türkçe Sözlük, 1983: 1159-1177).

Her ne kadar üzerinde belli bir uzlaşma olsa da, terör ve terörizm tanımının toplumdan topluma, devletten devlete, kültürden kültüre farklılaştığı, hatta bu alanda çalışan araştırmacıların kendi tanımlarını geliştirme ve kullanma eğiliminde oldukları söylenebilir.

Dönmezer'e göre; “Şiddetin, sosyal, ulusal, irki, dinsel, fesat çıkarıcı ve diğer maksatlarla ve sosyal sınıflar arasında çatışma ve savaş tahrik etmek üzere planlı ve hukuk dışı olarak kullanılması” terördür der (Korkmaz 1998, 88-95). Adam kaçırmadan cinayete kadar uzanan ve amacı sindirme olan her türlü şiddet eylemini terörizm olarak tanımlayan Ergil'e (1991: 1) göre terör, saldırılan veya korkutulan sivil kurbanlar aracılığı ile hedeflenen daha büyük bir kitleyi yıldırarak yasa dışı taleplerin

gerçekleşmesini sağlama amacına yöneliktir. Kaynak (2003) terörle ilgili tanımında söz konusu bu olgunun iki yönlü kullanımını ön plana çıkarmaktadır. Ona göre “Terör”, bir olayın gerçek yüzü değil onu saklayan bir örtüdür. Bu örtü kaldırılmadıkça kimin ne yapmak istediği anlaşılamaz. Terör, toplumu ve ülkeyi yönetenleri belli bir yöne sevk etmek için yapılan eylemlerdir ve eylem buna göre kurgulanır.” Vurmaya (2005, 13) ise daha farklı bir noktaya dikkat çekmektedir. Ona göre terörizm, siyasal bir amaca yönelmiş, örgütlü, sistematik ve sürekli olarak terörü kullanmayı benimsemiş bir stratejidir. Buna göre o, bir ideoloji veya doktrin değil bir yöntem, taktik ve savaş biçimidir. Herman da (1992) terörizmi önceden belirlenmiş hedefleri elde etmek için şiddete başvuran bir grubun veya partinin kullandığı metod şeklinde tanımlamaktadır (Tacar, 1999: 4).

Türk Hukuk sistemi ve kanunlarında terör; “Baskı, cebir, şiddet, korkutma, yıldırma, sindirme veya tehdit yöntemlerinin biriyle Anayasada belirtilen Cumhuriyetin niteliklerini, siyasi, hukuki, sosyal, laik, ekonomik düzeni değiştirmek; devletin ülkesi ve milleti ile bölünmez bütünlüğünü bozmak, Türkiye Cumhuriyetinin varlığını tehlikeye düşürmek, devlet otoritesini zaafa uğratmak veya yıkmak, temel hak ve hürriyetleri yok etmek, devletin iç ve dış güvenliğini, kamu düzenini veya genel sağlığı bozmak amacıyla bir örgüte mensup kişi veya kişiler tarafından girişilecek her türlü eylem” olarak belirlenmiştir (3713 sayılı TMK).

Terörün en acımasız yanı, hiç beklemedik şekilde, ne zaman, kim tarafından, nasıl, hangi yöntemle, nerede yapılacağına bilinemeyişidir. Bu durum bile insanları korkutmakta, yıldırmakta, dolayısıyla stres kaynağı olmaya devam etmektedir.

Terör eylemi tek kişi tarafından yapılabileceği gibi bir örgüt, hatta bir devlet tarafından da gerçekleştirilebilir. Bombalama, kendini patlatma, araç kaçırma, araç imha etme, ateşli silah, biyolojik silah ve zehirli gaz kullanarak da yapılabilir.

Terör eylemlerinde kişiler, toplumun bir kesimi, güvenlik güçleri ya da devlet yönetimi hedef alınabilir. Teröristlerin en önem verdiği konu ise yaptıkları eylemin çok ses getirmesi ve bu olaydan çok sayıda kişinin etkilemesidir. Teröre maruz kalan kişiler canını, organını, mal ve mülkünü kaybedebilir, hatta bir topluluk katliama maruz kalabilir. Terör eylemine uğrayan, bu süreçte ölen kişinin yakınları, ya da organını kaybeden kişinin kendisi veya yakınları, olaya tanık olanlar ciddi bir şok yaşar. Bu da onlarda çeşitli travmaları ortaya çıkarabilir. Hatta terör eylemleri süreklilik kazanırsa toplumsal travmaya da neden olabilir. Esasen bu tür eylemleri yapanların asıl amaçları da toplumsal bir travma yaratmaktır. Bu nedenle eylemlerini planlarken suçsuz,

korumasız, sevilen, sayılan, görevi gereği terörle mücadele eden kişileri seçtikleri görülmektedir. Burada da amaç çok ses getirmesi beklentisidir. Nitekim (Jenkins,1975) "Teröristler çok insan ölmesini değil çok insan izlemesini ister" diyerek terörün stratejisini ortaya koymaktadır.

Terör eylemleri etnik, dini, mezhebi ve ideolojik temelli olabilir. Ülkemizde etnik temelli ilk terör olayları Ermeni ASALA örgütünün Diplomatlarımızı hedef alması ve çok sayıda masum insanın katledilmesiyle sonuçlanmıştır. 1984 yılından itibaren de PKK terör örgütünün ülkemizin çok farklı yörelerinde, çok farklı biçimlerde terör eylemleri gerçekleştirdiği bilinmektedir. Ortaya çıktığı yıldan itibaren TBMM insan hakları Komisyon raporuna göre 7918 güvenlik görevlisi şehit edilmiş, 6741 suçsuz, korumasız vatandaş da canını kaybetmiştir. Diğer terör örgütlerinin eylemleri sonucunda toplam şehit sayımızın 8500 e yaklaştığı belirtilmektedir. Ayrıca terör kapsamında 9621 güvenlik görevlisi yaralanarak gazi olmuştur. Bunların çoğunluğunda ciddi bir organ kaybı mevcuttur. Resmi rakamlara göre 2013 yılına kadar 22374 terörist etkisiz hale getirilmiştir. (TBMM Komisyon raporu S.56-78) Bugün bu sayının 30 binlere yaklaştığından bahsedilmektedir. Bu duruma rağmen ne yazık ki PKK terörü halen devam etmektedir. Esasen söz konusu terör eylemlerinin devamlılık ve süreklilik arz etmesi insanları korku, kuşku, tedirginlik ve karamsarlığa düşürerek gözdağı verdiği açıktır. Yaşın Clutterbuck tan aktardığı terör "gözdağı vermenin öldürücü formudur" (Yaşın, 2005: 4)

Terörün bir de ekonomik boyutu vardır. Ülkemizde yaşanan terör olaylarının ülkenin ekonomisine maliyeti TBMM insan hakları komisyonunun 30.01.2013 raporuna göre 350 milyar dolar, bugün konuşulan rakamlara göre 1 Trilyon dolardır. Ayrıca geriye yıkılmış, yok olmuş köyler, evlerinden barklarından, topraklardan hüznü bir şekilde ayrılan insanların sayısı 386.360 kişidir.(TBMM raporu s.95)

Siyasi amaçları doğrultusunda eylem düzenleyen DHKP-C ve TKP/ML terör örgütleri ile insanların inançlarını istismar eden Hizbullah, İBDA-C, el-Kaide, İŞİD (DEAŞ), FETÖ/PDY gibi terör örgütleri amaç ve hedefleri doğrultusunda masum insanları katletmişlerdir. Habertürk' ün 11.7.2016 tarihli sayısında 2014-2016 yılları arasında işit terör örgütünün yaptığı terör faaliyeti sonunda 211 kişinin hayatını kaybettiği, yine Türkiye Cumhuriyeti Başbakanı tarafından yapılan resmi açıklamaya göre 15 Temmuz darbesi sırasında 249 sivil şehit olmuştur.

Terörizmin asıl amacı toplumsal dokuya zarar vermektir(Ergil, 1991). İç ve dış destekli pek çok terör örgütüyle mücadele eden Türk toplumu, yaşadığı onca acı ve

eleme rağmen birliğini ve dirliğini koruyarak ayakta kalmayı başarmıştır. Ülkemizde terör eylemleri gerçekleştikçe çözülme değil, sosyal doku daha fazla sıkılaşmaktadır. Toplum olarak terör nedeni ile şehit olanların yakınlarına ve bu süreçte travmaya maruz kalanlara psikolojik olarak destek vermek gereklidir. Çünkü toplumu ayakta tutan motivasyonlardan birisi de şehitlik ve gaziliktir.

1.8.3. Şehitlik

Şehit kelimesi “bir olaya şahit olmak, tanıklık etmek, hazır bulunmak” gibi anlamlara gelen şehâdet mastarından türemiştir. Dini terim olarak Allah yolunda öldürülen Müslümanları ifade eder. Bu noktada kelimenin sözlük ve terim anlamları arasındaki bağ dikkat çekicidir. Bu kelimeyi “görülen, tanıklık edilen” (meşhûd) anlamından hareketle açıklayan bilginlere göre, canını Allah yolunda feda eden kimsenin hemen cennet nimetlerine erişmesine Allah ve meleklerin şahitlik edilmesinden dolayı şehit denmektedir. Bununla birlikte şayet bu kelime “tanıklık eden” (şâhid) anlamında kullanılırsa, yaşadığı süreçten dolayı Allah’ın vaad ettiği nimetlere şahit olana şehit denmektedir (Atar,2010: 428).

Kur’an-ı Kerim’de Allah yolunda canını feda ederek şehitlik mertebesini kazanan kimselere işaret eden çeşitli ayetler mevcuttur. (bk. en-Nisâ 4/69; ez-Zümer 39/69; el-Hadîd 57/19) Birçok ayette şehitliğin önemine ve Allah katındaki değerine dikkat çekilmiştir. Örneğin “*Allah yolunda öldürülenlere ölümler demeyin. Zira onlar diridir, fakat siz farkında değilsiniz*” (el-Bakara 2/154); “*Sakin Allah yolunda öldürülenlerin ölü olduklarını sanma! Onlar diridir ve Rableri katında rızıklara mazhar olmaktadır*” (Âl-i İmrân 3/169); “*Allah yolunda öldürülenlere gelince Allah onların amellerini zayi etmez (...) Allah onları kendilerine tanıtmuş olduğu cennete koyacaktır*” (Muhammed 47/4-6) mealindeki ayetlerde bu husus açıkça vurgulanmaktadır. Ayrıca bazı ayetlerde şehitlerin Allah katındaki derecesinin peygamberler ve sıddıklardan sonra geldiği ifade edilmiştir(en-Nisâ 4/ 69).

Hz. Peygamber’in hadislerinde de dünyevî amaçla olmayıp yalnız Allah’ın dininin yüceltilmesi için canını feda edenlerin şehit sayıldığı (Buharî, Cihâd, 15; Müslim, İmâre, 149-152), şehit olan kişinin acı çekmeden öldüğü, kanının ilk damlası yere düştüğü anda kul hakları dışında bütün günahlarının affedildiği, şehidin kabir azabı çekmeyeceği, cennetteki makamını göreceği (Tirmizî, Fezâilü’l-cihad, 25, 26), akrabalarından yetmiş kişiye şefaet edebileceği (Tirmizî, Fezâilü’l-cihad, 25) ve cennete

ilk girenlerden olacağı (Müslim, İmâre, 143), Allah katında iyi bir mertebeye erişerek ölen kullar içinden sadece şehitlerin dünyaya dönüp tekrar şehit oluncaya kadar Allah'ın dinini yüceltmek isteyecekleri (Buharî, Cihâd, 6, 21; Müslim, İmâre, 109) ifade edilmiştir. Ayrıca bazı hadislerde Allah yolunda ölenlerin dışında da canı, malı, namusu uğrunda (Tirmizî, Diyât, 21) vefat edenlerin de (Müslim, İmâre, 157) şehit hükmünde olduğu belirtilmiştir (bk. Atar, 2010: 428-429). Tarihsel süreçten günümüze Müslüman Türk toplumunda şehadetin ve şehitliğin çok önemli olmasında bahsi geçen ayet ve hadisler motivasyonel etkisi oldukça fazladır. Bu noktada savaş, terör vb. eylemlerde vefat edenlerin arkasından, onların yakınlarının dini temelli başa çıkma stratejileri geliştirerek yaşadıkları duygusal ve düşünsel sorunların üstesinden gelmeye çalıştıkları söylenebilir.

Şehitlik sadece İslam'da var olan bir husus değildir. Dinler tarihi kapsamında yapılan çalışmalarda tespit edilmiştir ki hemen her dinde farklı kavramlarla şehitlik temasına rastlanmaktadır. Gürkan'ın (2010: 431) verdiği bilgiye göre dünya dinlerinde şehitlik için farklı kriterler ileri sürülmüştür. Bunlar:

- a) Zulüm veya baskı ortamında bulunmak,
- b) Tanıkların önünde ölümün kahramanca gerçekleşmiş olması,
- c) Kişinin ölümü isteyerek göze alması,
- d) Bu ölümün halka/insanlara için yarar sağlaması,
- e) Bu şekilde öldükten sonra kurtuluş veya öteki dünyada mükâfat beklentisinin olması. Bunlardan birkaçı varsa kişi şehit kabul edilmektedir.

Ülkemizde hukuken düzenlenmiş kimlerin şehit sayılacağına dair bir kanun bulunmamaktadır. Ancak vatan görevini yapmakta olan askerlerden görevi başında yaşamını yitirenler, herhangi bir terörist saldırı sonucunda yaşamını yitiren eğitim, sağlık güvenlik vb. görevliler ile görev başında yaşamını yitiren polis, itfaiye vb. görevliler şehit olarak değerlendirildiği görülmektedir.

1.8.4. Travma

Stres, kaygı ve endişe verici bir olayın sonucunda ortaya çıkan travma (Van der Kolk, 1997) bireyin yaşamını, varlık bütünlüğünü ve ruhsal dengesini tehdit eden bir durumdur. Öyle ki travmaya maruz kalanlarda başa çıkma mekanizmaları zayıflamakta,

bu nedenle kişi, yaşadığı olay, deneyim veya duyuların üstesinden gelmekte zorlanmaktadır.(Perolman & Sookvitne, 1995) Türksoy (2003: 9) psikolojik travmayı “kişinin güçsüzlüğüyle yüz yüze gelmesi” şeklinde betimlerken Önder ve Tural (2004: 189) bu olguyu insanın güçsüzlüğü, zayıflığı ve çaresizliği ile yüzleşmesidir” diye ifade etmektedir. Burada bahsedilen her iki yaklaşımın ortak yönü, kişinin içine düştüğü zorlayıcı ve etkileyici durumla yüzleşmesidir.

Bir bireyin varlığının temeli, onun hayat referansına, fiziksel ve ruhsal bütünlüğüne ve bu bütünlüğün sürekliliğine dayanmaktadır. Travma ise bireylerin biyolojik ve psikolojik savunma mekanizmalarında ciddi bir yıkıma yol açan, bu nedenle varlık bütünlüğünü ve sürekliliğini tehdit eden bir durumdur. Kuşkusuz travmalar bireylerin yaşam süresi içinde ansızın ortaya çıkabilir (Herman 2007).

Esasen bu beklenmedik durum, önceden psikolojik hazırlık olmadığı için kişinin yaşamını olumsuz etkilemektedir.

Bir olayın travmatik olup olmaması maruz kalan kişilerin bunu nasıl algıladığına bağılıdır. Algılama ise yaşanan olayın bireyin duygu, düşüncelerini ve eylemlerini ne ölçüde etkilediğiyle yakından ilişkilidir. Bu noktada travmanın öznel olduğunu, bu nedenle herkesçe farklı değerlendirildiğini, yani göreceli olduğunu söylemek durumundayız.

McNally’e (2003) göre bir olayın travmatik olarak tanımlanması için üç faktörün bulunmasına ihtiyaç vardır. Birincisi nesnel olarak tanımlanan bir olayın bulunması, ikincisi bireyin olayı yorumlaması, üçüncüsü ise bireyin olaya verdiği duygusal tepkidir. Buna göre doğal afetler, savaş ve terör başta olmak üzere etnik, politik, dinî ya da cinsel temelli baskı ve şiddete maruz kalmak hem bireysel hem de toplumsal travmalara sebep olabilir. Travma sonrası kişilerde “şok”, “üzüntü”, “öfke”, “endişe”, “suçluluk”, “umutsuzluk”, “kaygı”, “korku”, “karamsarlık”, “donukluk”, “aşırı sinirlilik” ve “çaresizlik” gibi çok çeşitli duygusal tepkilere ortaya çıkabilir (Vigil & Brobhy, 2012).

Travmaya maruz kalan kişilerde travma sonrası fiziksel, davranışsal, duygusal ve bilişsel tepkiler ortaya çıkar. Travma sonrası yaşanması muhtemel olan en kötü durumlardan birisi de güvende olma hissinin kaybolmasıdır. Bu durumun topluma yayılması, kapsamının genişlemesi ve sürekliliği, bazen öyle bir hal alır ki toplumsal güvenin tabanını oluşturan değerler, gelenekler, ahlaki ve insani normlar sarsılır. Bu da toplumsal yapıyı bozabilir.

Travma yaşayan bir kişide, ilk başlarda güçlü bir öfke, yoğun bir üzüntü ve

yaşadığı olayın tekrarlanacağı korkusu tezahür eder. Yaşanan bu haller çok farklı stres tepkileri göstermeye neden olabilir. Mesela, depremi yaşamış ve sürekli deprem beklentisinde olan kişilerde bu durum gözlenebilir. Bu süreçte fiziksel, duygusal, zihinsel, davranışsal ve sosyal tepkilerin ortaya çıkması doğaldır. Ancak kişi, karşılaştığı olumsuzluklarla baş edemezse yahut olumsuz baş etme stratejileri gösterirse travma sonrası çok çeşitli sorunlar yaşayabilir.

Travmaya maruz kalan kişiler ve toplumlar uzun süre bu zorlayıcı durumla yaşayamaz. Onların maruz kaldıkları yaşantılardan kurtulması gerekir (Herman, 1992). Bu süreçte bireyin harekete geçerek çevresi ile sosyal temas kurması önemlidir. Özellikle kendisini meşgul edecek sosyal ve kültürel faaliyetlere girişmesi, travmatik olayın etkisinden kurtulmaya ya da söz konusu etkinin zayıflamasına neden olabilir.

Travma yaşama durumunda gerek bireyin kendisi gerekse çevresindeki kişilerin, gösterilen tepkileri normal olarak kabul etmesi gerekir. Çünkü yaşanan olayı ve buna gösterilen tepkileri kabul edebilmek, bireyin bundan sonraki yaşamını olumlu etkileyebilir. Böylece kişi kendi gücünün ve kapasitesinin farkına da varır. Kapasitesini ve gücünü ortaya koyan bireyler, yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde karşılaştıkları travma yaratan durumlara karşı daha dirençli olabilir. Bu da onun beşeri ilişkilerinin düzelmesine ve geleceğe yönelik umutlarının artmasına zemin hazırlar (Veermen & Ganzevort, 2001).

1.8.5. Yas

İnsanlar yaşamın doğal akışı içinde birçok soyut ya da somut çok çeşitli olumsuz durumla karşılaşabilirler. Bu olaylardan doğal olarak karşılanan bir kısmı bireyde çok derin travmalar oluşturmazken diğer bir kısmı ise katlanılması güç sonuçlar içerdiği için, ağır bir travma yaratabilir. Başka bir deyişle doğal olarak insanlarda kayıp duygusu yaşatan ölümlerin ardından yaşanan yas süreci kolay geçirilebilir. Ancak beklenmeyen, dramatik ve şok edici tarzda ortaya çıkan ölümler sonrasında yaşanan yas sürecinin üstesinden gelmek oldukça zordur.

Yas kavramını üzerinde çalışma yapılırken ilk karşımıza çıkan eserlerin başında Freud (1993) “Yas ve Melankoli” adlı makalesi gelmektedir. İlk 1917’te kaleme alınan bu eserde Freud’a (1993) göre, kaybı yaşayan kişinin deneyimlediği depresif belirtiler yas sürecinde kişinin iyi olma haline yaptığı yatırımın bir parçasıdır. Sevilen kişinin yitimi ardından, kaybı yaşayan kişinin; kendisine, çevresine ve içerisinde yaşadığı

evrene yönelik ilgisini kaybetmesinin aslında psiko-sosyal sağlık açısından yeniden organize olma sürecinin önemli bir parçası olduğunu iddia eden bu yaklaşım halen geçerliliğini korumaktadır (Rubin, Malkinson ve Witztum, 2003).

Freud'a (1993) göre yas, sevilen bir yakının ya da nesnenin kaybı ile bireyin nesne üzerinden kendisine yaptığı yatırımı kesintiye uğratar. Bu durum kişinin kendine verdiği değerde azalmaya neden olur. Kaybı yaşayan birey tekrar tekrar anılarına dönerek kaybettiği şeyi zihinde canlı tutmaya çalışır. Bu durum somut anlamdaki kaybı zihinsel olarak tamir etmeye yöneliktir. Zaman içinde birey şayet zihninde yaşadığı ile gerçekte olan arasındaki kopukluğu fark etmeye başlayınca yas sona erer.

İlgili literatürde kaybın ardından yaşananlar "kayıp", "matem" ve "yas" olmak üzere üç farklı kavramla ele alınmaktadır. Bunlar birbirinin aynısı gibi görünse de aslında birbirinden farklı kavramlardır. Burada bahsi geçen her üç olgunun dışarıya yansımaları bireysel, toplumsal ve duruma özgü olabilir (Malkinson, 2009).

Kayıp yaşama (breavement) bireyin "sevilen birini" yitirmiş olması nedeni ile kişinin içinde bulunduğu durumun nesnel ifadesidir. Bu haliyle o, sürecin toplumsal ya da dışsal boyutunu yansıtır(Malkinson,2009)

Matem (moming) birinin ölümünden dolayı yaşanan üzüntüyü tanımlar. Bu anlamda o, kişinin duygularından bağımsız, açıklayıcı bir harekettir. Kaybın kültürel boyutunu oluşturan matem bilinçli ya da bilinçsiz tepkilerden oluşur. Matem süreci kendi içinde kaybedilen kişiye yeniden ulaşmaya çalışma, üzüntü ve yeniden yapılanma aşamalarını içerir(Malkinson, 2009)

Tamamen öznel olan yas (grief) ise bireylerin, ölüm hadisesinin arkasından yaşanan kayba karşı verdikleri uyum tepkilerini yansıtır. Bu da fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal bakımdan farklı şekillerde kendini gösterir. Bu nedenle yas kaybedilen kişiyle ilgili tamamlanmamış planları, istekleri, hayalleri, arzuları ve fantezileri içerebilir (Malkinson, 2009; 2001; Weiss, 2001).

Söz konusu her üç kavram hakkında yapılan bir başka değerlendirme ise şöyledir: "Kayıp", kişinin ölümünün ardından yaşanan ana işaret ederken, "yas" yaşanan kayıptan sonra kaybın enerjisinin dönüştürüleceği aktif ve dinamik bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu süreçte duygu ve düşüncelerin nasıl ifade bulabileceğine ilişkin kişiye yol gösteren sosyo-kültürel ve dinsel ritüeller ise "matem" olarak nitelendirilir. (Cavanaugh & Fields, 2006)

Kayıp, matem ve yas kavramları bir bütün olarak değerlendirildiğinde şunları söyleyebiliriz: İnsanlar sevdiği kişilerle yaşadığı süreç içinde psikolojik bir bağ kurarlar.

Bu bağ, bireyin sevdiği kişinin ölümüyle yani kayıpla çözülür. Esasen burada yas olarak tanımlanan durum ortaya çıkar. Bu nedenle yas dönemi özü itibariyle bir tepki gösterme dönemidir.(Vordon 2003) Bu süreci kendi içsel dünyasında yeniden yapılandırma süreci olarak nitelendirmiştir.Yas sürecinde bireylerin fizyolojik yapısını inceleyen bilim adamları somatik belirtilerde artışın olduğunu ortaya çıkarmışlardır (Horovitz ve ark, 1997; lindemann, 1944; Parkes, 1972; Stroebe ve Stroebe, 1987) Duygusal boyutta araştırma yapan (Buruçe ve ark. 1990) Bireylerin yalnızlık hissettiklerini ve özlemi farklı şekillerde algıladıklarını ortaya çıkarmışlar. Ayrıca sosyal açıdan hem olumlu hemde olumsuz davranışlar gösterbileceğini ortaya koymuşlar(shuchter ve Zisook, 1993). Yapılan bu çalışmalara göre gösterilen tepkilerin bireyler açısından oldukça zorlayıcı ve sıkıntı vericidir. Bu nedenle kayıp sonrası süreci yaşayan bireyler, bunu normal bir tarzda geçirebileceği gibi, ciddi bir kriz eşliğinde de yaşayabilir.

Yaşam sürerken ölümün varlığını anlamak ve kabul etmek oldukça zordur.Yapılan araştırmalarda Yas sürecindeki bireyler ölüm gerçeğini kabullenmekte güçlük çektiklerini ve kendilerini gerçeklikten uzaklaşan biriymiş gibi hissettiklerini belirtmişlerdir (Lindemann,1944; Parkes, 1972; Shuchter ve Zisook,1993). Şüphesiz bu durum bireyin baş etme stratejileri ile yakından ilişkilidir. Bu noktada “yas tutma” kavramının önemi karşımıza çıkmaktadır. Volkan ve Zintl’e (1991) göre, yas tutma “herhangi bir yitim ya da değişikliğe verilen psikolojik yanıt, iç dünyamız ile gerçeklik arasında bir uyum sağlayabilmek için yaptığımız uzlaşmalar”dır. Yas tutma döneminde gösterilen tepkilerin kültürel değerlerin etkisiyle “şekil”, “şiddet” ve “içerik” bakımından farklılıklar gösterdiğini de hatırlatmak gerekir.

Kayba yönelik tepkilerin şiddeti, yoğunluğu, süresi ve zamansal faktörler dikkate alındığında farklı yas sınıflamaları ile karşılaşmaktadır. Gerçi yapılan sınıflamalar üzerinde tam bir uzlaşma mevcut değildir. Hatta farklı kavramların benzer anlamlarda kullanıldığı görülmektedir. Bununla birlikte yasin “normal” ve “travmatik” olarak ikili sınıflandırılması genellikle kabul görmektedir. Fakat bazı kaynaklarda “patolojik” ve “komplike” yas durumları da farklı farklı kullanılmaktadır. Bu hususta evrensel bir sınıflamanın yapılamamasını Bononno ve arkadaşları (2005) yas sürecinde ortaya çıkan yas tepkilerinin kültürlerarası ve bireylerarası değişim göstermesine bağlamaktadır.

Normal yas, her kaybın arkasından yaklaşık 6 ile 24 ay arasında yaşanan ve zaman içinde yatışan yas olarak belirtilmektedir. Normal yas tepkileri de bireyden

bireye farklılık gösterse de bedensel, bilişsel, duygusal ve davranışsal bakımdan bazı ortak niteliklere sahip olabilir. (Bononno 2001; Benkel, Vijk & Molender 2009; Malkinson, 2009)

Klein'e (2009) göre "normal yas sürecinde sevilen nesnenin yitilmesiyle parçalanmış iç dünya, yeniden bir dönüşüme uğrar. Dönüşüm sürecinde kayıp yaşamış kişinin normal rutin davranışlarından farklı duygu ve davranışlar göstermesinin doğal olarak kabul edilmesi gerekir. Engel (1961) yasin bir hastalık olmadığını sorgularken, normal yası bireyin fonksiyonları normale dönene kadar geçen bir süre olarak tanımlamaktadır (Engel 1961).

Normal yasta duygusal olarak, üzüntü, öfke suçluluk, bunaltı, yorgunluk, yalnızlık çaresizlik, şok, hasret çekme, özlem, kurtuluş hissi, rahatlama, uyuşukluk ve hissizlik tepkileri görülebilir (Martin ve Dok, 2000). Bedensel (fiziksel) olarak, midede boşluk hissi, göğüs sıkışması, boğazda sıkışma, gürültüye aşırı duyarlılık, nefes darlığı, nefessiz kalma, kaslarda güçsüzlük, enerji azlığı, ağız kuruluğu gibi belirtiler ortaya çıkabilir. Düşünce bakımından, ölüme inanmama, konfüzyon, şaşkınlık, konsantrasyon güçlüğü, unutkanlık, halâ yaşıyormuş olduğuna inanma, görsel ve işitsel varsanılar, mistizim, depresif takıntılar tezahür edebilir (Martin ve Doka, 2000) Davranışsal olarak ise uyku ve iştah bozukluğu, dalgınlık, sosyal içe çekilme, ölen ile ilgili rüyalar, öleni arama, onu çağırma, iç çekme, aşırı hareketlilik, huzursuzluk, ağlama, ölen hatırlatan yer ve objelerle ilgilenme, ölene ait eşyaları saklama gibi davranışlar sergilenebilir. (Martin ve Doka 2000) Kuşkusuz yas sürecinde bu belirtileri hepsi görülmez, bireylerin göstereceği tepkiler birbirlerinden çok farklı olabilir.

Travmatik yas ise sevilen bir kişinin ani ve şiddet içeren bir şekilde ölümü sonucunda, bu kaybı yaşayan kişilerde ortaya çıkan belirti ve tepkilerin toplamıdır (Jakops, 1999) Buna göre travmatik yas; zamansız ve beklemedik bir anda, özellikle şiddet ya da korkunç bir olay sonucu meydana gelen ölümlerin ardından bireyde oluşan tepkiler ile bireyin bu tepkilere bağlı olarak işlevselliğinin bozulmasıdır (Gizir, 2006).

Daha önce bahsedildiği üzere her kaybın arkasından gelişen yas, normal ve doğal bir tepkidir. Ancak travmatik yasta kaybın şiddet içerikli eylemler neticesinde ve beklenmedik tarzda ortaya çıkması, kişide bedensel ve ruhsal rahatsızlıkların oluşmasına zemin hazırlayabilir. Çünkü travma ve kaybın aynı anda kişide yarattığı ikili etki, bireyin baş etme mekanizmalarını ciddi şekilde zedeler. Birey, bununla başa çıkamadığı zaman sıkıntı ve stres bozukluğu yaşayabilir. Bazen insanların hiç beklemedikleri bir anda şok edercesine hızlı ortaya çıkan travmalar, gündemini

korudukça canlılığını muhafaza eder, hatta yeniden ve sürekli inşa edilen bir anlamlandırma ile bireyde acıyı ve kaygıya artırır. Bu noktada kaybın ve yasın sağlıklı bir şekilde yaşanıp tamamlanmasının sağlıklı ve istendik bir durum olduğunu söylemek gerekir. Nitekim Yalom (1989) birey, kayıplarını doğru dürüst yaşayıp sonlandıramadığı takdirde bu durum onun psikolojik bakımdan büyüme ve zenginleşmesine destek olmayacağını belirtir. Travmatik yas eğer alışkanlığa dönüşürse hiç bitmeme eğilimi gösterir. Görünürde sonlansa bile duygusal yaşamda varlığını devam ettirir.

Bazı kaynaklarda yas çeşitleri sayılırken patolojik (komplike) yastan da bahsedilmektedir. Bireyin yas sürecinin beklenenden uzun bir şekilde 24 aydan fazla sürmesi, kişinin normal yas sürecinin evrelerinden birine takılıp kalması, bir türlü yas sürecini tamamlayamaması sonucunda patolojik yas ortaya çıkmaktadır. Kişinin gündelik yaşamını etkileyip, aşırı suçluluk ve değersizlik hissi, yaşamın gereklerini uzun süre sürdürememesi ve intihar düşüncesinin ortaya çıkması normal yasin patolojik yasa dönüştüğünü gösterir. (Horowitz ve ark.1997).

Kaynaklarda patolojik yasa kimi zaman travmatik yas, kimi zaman komplike yas denilmesi ya da bunların birbirine çok yakın anlamlarda ele alınması bir yas sınıflandırmasının yapmanın çok da kolay olmadığını göstermektedir. Örneğin patolojik yas semptomları üzerine çalışmalar yapan Horowitz ve Pigerson yas sürecinde kayıp yaşayan kişiler tarafından gösterilen; “bastırmak, inkar, şok, umutsuzluk, güven hissinin azalması” travma sonrası stres bozukluğu sonrasında gösterilen semptomlar ile benzerliğine dikkat çekerek “patolojik yas” terimi yerine “travmatik yas” teriminin kullanılmasının uygun olacağını belirtmişlerdir (Horowitz, 2006)

Yapılan bütün araştırmalar dikkate alındığında, her ne şekilde sınıflandırılırsa sınıflandırılınsın ya da kavramlaştırılınsın normal yas ve travmatik yas, her durumda insani ve kaybın kabulü ile tamamlanması gereken ve evreleri olan bir süreçtir (Kübler Rose, 2010) Bu süreç iyi yönetilmelidir. Aksi takdirde sürecin tamamlanmayışı ve kronikleşmesi söz konusu olabilir. Travmatik deneyimler sonucunda sağlıklı başa çıkma becerileri gösterilmediğinde, kişinin önceki yaşam biçimi ile sonrası arasında derin bir uçurum oluşur. Bireyin duygusal ve bilişsel bütünlüğü sarsılır. Bütünsel yaşam hikâyesi içerisinde uygun bir yere yerleştirilemeyen bu deneyim yaşamın ana konusu haline gelir. Kişi travmatik deneyime sabitlenir. İşte burada (Volkan 1985) başa çıkmanın önemini dile ısrarla vurgular. Bu da bireyin yasin arkasından duygularıyla yüzleşerek ve kayıplarını geçmişte bırakarak yaşamına devam etmeyi öğrenmesi ile mümkündür.

1.8.6. Duygulanım Şiddeti

Genel bir tanımlama yapılacak olursa insana haz ve elem veren yaşantılara duygu adı verilmektedir. Üzüntü, neşe, öfke, kin, nefret, korku, kaygı gibi duygusal tepkilerden oluşan duygulanım kişinin olaylara, anılara, düşüncelere duygusal tepki ile katılabilmesidir (Öztürk & Uluşahin, 2005). Bireyin normal bir duygulanım yaşantısı içinde olması doğaldır. Ancak duygulanım süresi uzarsa, birey bununla başa çıkamazsa, nihayet olumsuz tepkiler gösterirse, duygulanım bozukluğu denilen durum ortaya çıkabilir.

Bireyin yaşamında duygu, dil ve bilinç bir bütünlük arz eder. Bu bütünlük insanın var olma ve varlığını devam ettirme sürecinde çok önemli işleve sahiptir. Kişinin duygularını fark etmesi ve onu uygun bir şekilde ifade etmesi ruh sağlığı bakımından hassas bir değere sahiptir. Duygularını ifade edemeyen bireylerin çoğu kere benlik saygısı düşük, problemlerini çözemeyen, karar vermede zorlanan, iradesi zayıf ve başkasına bağımlı kişiler olduğu genellikle kabul edilen bir husustur (Taylor, 1992).

Duygulanım kavramı, kişinin duygusal yaşam şekline ve deneyimlerine eşlik eden duygularla birlikte, genel duygu durumunu ifade etmek için kullanılır. Bireyler yaşadıkları hadiseleri ve bunların kendilerinde bıraktığı izleri olumlu (örn. haz ve sevinç) ya da olumsuz (örn. keder ve üzüntü) duygularla algılayabilirler. Bilinçli ya da bilinç dışı yaşanan duygulanım biri düşünce, diğeri duygu olmak üzere iki bileşenden oluşur. Duygulanım boyutu ruhsal yaşantının sürekliliği içerisinde bir ton oluşturur. Bu tondaki değişimler ise hem kişinin öznel biçimde algıladığı, hem de düşünce ve davranışlarına yansıyan duyguları harekete geçirir (Bowlby 1982).

Duygulanım çeşitli şekillerde görülebilir. Uygun duygulanım yaşayan kişi düşünce ve ifadelerinde uyum içindedir. Uygunsuz duygulanım durumunda ise düşünce ile ifade arasında farklılıklar ortaya çıkar.

Künt duygulanım yaşayanlarda dışa yansıyan duygulanımın yoğunluğu ileri derecede azalma gösterir. Dışa vurum duygulanımında şayet azalma varsa buna sınırlı duygulanım denirken, duygulanım dış uyarılardan bağımsız bir şekilde sık ve hızlı değişiyorsa düz duygulanım adını almaktadır (Öztürk ve Uluşahin 2005; Köroğlu, 1998).

Duygu durum, bireyin belli bir süre dâhilinde belli bir duygulanım içinde kalması halidir. Bu nedenle duygulanım için “hava durumu” duygu durum için de “iklim” benzetmesi yapılmaktadır (Öztürk ve Uluşahin 2005).

1.8.7. Sosyal Bozulma

Sosyal bozulma; iş yapamama, yardıma gereksinim duyma, serbest zamanları değerlendirememeye, etkinliklere katılımda isteksizlik yaşama ve sosyal çevreyle ilişkilerin bozulması biçiminde kendini gösterebilir. Bazı kişilerde ise ölen kişi ile birlikte kendilerinin var oluş bütünselliğinden bir parçanın kaybolduğunu ifade etmişlerdir (Shuchter ve Zisook, 1993) Elbette kayıp yaşayan kişiler zihinlerinde birçok şeyle uğraşırlar. Ancak bu uğraş, normal düzeyde olursa sosyal bozulma belirgin bir şekilde ortaya çıkmayabilir ya da geçici sosyal bozulma halleri yaşanabilir. Travmatik yasta ise kişi hem kendi hem de çevresiyle daha da yoğun uğraş içerisine girer. Bu durumda sosyal bozulmanın düzeyi ve şekli farklılaşabilir. Kişinin kimliği, kişiliği, insani ilişkileri ve dünyaya dair düşüncelerinin değişmesine sebep olabilir (Jonoff ve Bulmak 1992)

Her insanın gerek aile ortamında gerekse aile dışındaki sosyal yapıda üstlendiği belli roller ve görevler vardır. Aile bireylerinden birini kaybeden kişi açısından, rol değişiminin ortaya çıkması doğaldır. Bu rol değişimi ve rol kaybı bireyler arasındaki iletişimi etkileyebilir. Sonuçta bu durum da bir takım kırılmalara neden olabilir. (Shuchter ve Zisook 1993) kaybı yaşayan kişinin sorumluluklarının değişip artabileceğini bunun da yerine ve durumunda göre hem olumlu hem de olumsuz sonuçlara yol açabileceğini dile getirmişlerdir. Bu bağlamda yas tutan bireylerin, kişiler arası sosyal ilişkilerinde bazı değişikliklerin oluşabileceğini ileri sürmüşlerdir. Özellikle yas tutan bireyde ayrılık kaygısının artması ve rollerin yeniden belirlenmesi kayıp sonrası yeni durumu kabullenmeyi ve sürece uyum sağlamayı zorlaştırmaktadır. Kaybın beraberinde getirdiği sorunlarla başa çıkmada yaşanan güçlükler de bireyi aşırı derecede yıpratır. Bu süreçte kişinin zihninde kurgulayarak geliştirdiği tekrarlayıcı ve rahatsız düşüncelerle başa çıkamaması sosyal bozulmaya zemin hazırlar.

1.8.8. Post Travmatik Stres Bozukluğu

Posttravmatik stres bozukluğu (PTSB) travma yaratan önemli bir olay sonrası ortaya çıkan ve kişide aşırı uyarılma hali (hipervizilans), travmayı hatırlatan veya çağrıştıran uyaranlardan kaçınma ve kişinin travmatik rüyalar ve “flashback”ler yoluyla yeniden deneyimleme bulguları ile seyreden ve en az bir ay boyunca süregelen bir mental bozukluktur. (Şuer, 2005; Bolu ve ark. 2014; Hacoğlu, Gönüllü & Kamberyan, 2002; Herman, 2007). Buna göre ağır stres olarak değerlendirilen olağan dışı fiziksel ya

da ruhsal travma ile karşılaştıktan sonra bireyin olayı tekrar tekrar yaşaması söz konusudur. Araştırmacılar ağır stres tepkisi adı verdikleri bu tür ruhsal bozuklukları (DSM-5) de uyum bozuklukları başlığı altında toplamıştır(American Psychiatric Assosiaton 2013). Bununla birlikte şu hususu hatırlatmak gerekir ki, travmaya maruz kalan her insanda PTSD ortaya çıkmaz. Esasen PTSD'nin ortaya çıkmasında kişisel, psikolojik, sosyal ve biyolojik faktörler önemli bir hisseye sahiptir. PTSD bu değişkenlerin etkisi ile değişkenlik gösterir(Hacıoğlu ve ark., 2002)

Travmatik etki yaratan her durum, bireylerin yaşamını etkilediği gibi vücut bütünlüğünü de tehdit eder. Aslında bu süreç sadece kişiye yönelik değildir, aynı zamanda travmatik duruma maruz kalan kişilerin yakınları da bu süreçten ziyadesiyle etkilenir. Genellikle travmatik olaya karşı kişinin verdiği tepki yoğun korku ve dehşet duygusu içerir. Yas sürecini yaşayan kişilerin her biri farklı şekillerde tepki veriyorsa travmatik olaya maruz kalan ya da ona tanıklık yapan kişilerde birbirinden oldukça farklı tepkiler ortaya çıkabilir. Bu durumda PTSD belirtileri de farklılık gösterir.(Hacıoğlu ve ark., 2002) Çocukluk döneminde travma yaşayarak bir ruhsal bozulma yaşayan kişi, karşılaştığı yeni travmaya daha yoğun tepki verebilir. Bu yeni durum ruhsal bozulma düzeyini daha da artırabilir.

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Yas Sürecine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

XX. Yüzyılda Batılı bilim adamları, içinde yaşadıkları toplumun kültürel özelliklerini de dikkate alarak yas ve yas sürecini analiz eden kuramlar ve modeller geliştirmişlerdir.

1917’de yas üzerine çalışmayı yapan Freud’a (1993) göre yas, “idealize edilen nesnenin kaybı ile ilgilidir”. Freud (1993) yası, sevilen bir yakının veya ülke ve özgürlük gibi düşünsel-soyut bazı değerlerin kaybına karşı gelişen/geliştirilen bir reaksiyon olarak ele almaktadır. Yas halinde depresyondaki gibi bireyin kendine saygısında bir bozulma söz konusu değildir, ancak bunun dışındaki belirtiler depresyonla hemen hemen aynıdır. Yasta kişi dünyayı boş ve zavallı görürken; depresyonda kendisini boş ve zavallı hisseder.

Freud’a (1993) göre evreleri olan yas, oluşan kayıp yaşantısına verilen yeniden yapılanma tepkisidir. Bu tepkiyle birey, kaybedilenle arasındaki bağı, kayıp dışındaki yaşama aktarır. Bu anlamda yas tepkisi yaşanması gereken ağırlı bir vazgeçişdir. Bu doğal tepkiye müdahale etmemek gerektiği de sıklıkla söylenmektedir. Çünkü Freud’un da (1993) belirttiği üzere yas sürecinin sonlanması, kaybı yaşayan kişinin sevgi nesnesine yaptığı duygusal enerji yatırımını dönüştürerek başka sevgi nesnelere aktarması ile mümkündür.

Yas dönemi, libidonun ölen kişiden ayrılması olarak tanımlanmaktadır (Yazgan, 2012). Patolojik yas reaksiyonlarının ortaya çıkmasında terk edilmişlik yaşantısının rol oynadığı, kaybedilene duyulan öfkenin açığa vurulamaması, bastırılması ve öz benliğe yöneltilmesinin etkili olduğu söylenmektedir (Berkun ve ark., 2000).

Normal bir yas sürecinin en belirgin niteliği kayba verilen ilk tepkilerdir. Linderman “akut yas” adını verdiği bu durumu, kayıpla başlayan duygusal, bilişsel, davranışsal, bedensel ve sosyal alanlarda değişmelerle belirlenen, dikkatle izlenmesi ve ele alınması gereken karmaşık bir süreç olarak ele almaktadır (Linderman (1944).

Engel (1961) ise yasin bir hastalık olup olmadığını sorgularken, bu sürecin beklenilenin dışında gelişmesinin bir bozukluğa yol açabileceğini ileri sürmekte ve yas sürecini “şok ve inkâr”, “kaybın giderek kabul edilmesi” ve “yeniden yapılanma” olmak üzere üç evreye ayırmaktadır.

İnsanların psikobiyolojik bir bağlanma mekanizması ile dünyaya geldiğini ileri süren Bowlby'e (1980) göre birey, varoluşsal bütünselliğini tehdit eden bir unsur ile karşılaştığında organizma sistematik olarak kendini korumaya odaklanır. Bu bağlamda Bowlby (1980) bağlanma kuramından yola çıkarak yası "bağlanma figürü gözden kaybolduğunda ya da onun varlığı ciddi bir tehditle karşılaştığında ortaya çıkan yoğun bir bunaltı ve güçlü bir duygusal protesto" olarak değerlendirmektedir. Bu süreçte gösterilecek tepkinin yoğunluk ve çeşidini potansiyel kaybın büyüklüğü belirler. Yas sürecinde davranışsal tepkiler kaybedilen ile yeniden bağ oluşturmaya yöneliktir. Bowlby (1980) yas süreci ile ilgili dört evreden oluşan bir model geliştirmiştir.

- a) İnanmama ve duygusuzlaşma: Ölümün ardından, ölüm gerçeğinin ret edildiği ve yoğun bir acı duygusu ile birlikte zaman zaman öfke patlamalarının ortaya çıktığı evre.
- b) Arzu etme: Merhum ile yeniden bir araya gelme arzusunun yoğunlukla anksiyete semptomlarının eşlik ettiği, kaybı yaşayan kişinin uykusuzluk, dikkat dağınıklığı ve zihinsel organize olmakta güçlük çektiği evre.
- c) Çözülme: Suçluluk, isteksizlik, dikkat ve düşüncede dağınıklık uyku ve yeme sorunları gibi depresif bozukluk bulgularının en sık rastlandığı yıkım evresi.
- d) Yeniden düzenlenme: Ölüm olayının ardından, kişinin yaşamsal işlevlerden tekrar zevk ve haz almaya başladığı evre.

Aslına bakılırsa Bowlby'nin (1980) yas sürecini tanımlaması Freud'un (1993) yaklaşımıyla örtüşmektedir. Her ikisi de ölen ile kaybı yaşayan arasındaki duygusal bağa odaklanmaktadır. Bowlby'e (1980) göre yas ölmüş kişi ile olan bağların zihinsel şema olarak yeniden yapılandırma sürecidir. Kaybedilen kişinin zihinsel temsilinin kaybı yaşayan kişinin yaşantısında yeniden anlam bulmasını vurgulayan Bowlby, bu yaklaşımıyla Freud'un (1993) "yas, kişinin kaybedilen bağa yaptığı enerji yatırımının son bulması" görüşünden ayrılmaktadır (Rothaupt & Becker, 2007). Bununla Freud (1993) ve Bowlby (1980) yasin bir süreç dâhilinde geliştiğini, bu sürecin kaybı yaşayan kişinin içsel ve dışsal dinamiklerine göre değişkenlik gösterdiğini, kaybı yaşayan kişinin de kendisini yeniden yapılandırmasında çeşitli belirsizliklerin bulunduğunu düşünmektedirler.

Yas ile ilgili en çok dikkat çeken yaklaşımlardan birisi de Elizabeth Kübler Rose'un üzüntünün beş aşaması olarak bilinen yas evreleri modelidir.

1969 yılında yaptığı bir çalışmada Kubler-Rose'a (2010) göre insanlar, kendileri ya da sevdikleri hakkında travma yaratabilecek olan herhangi bir haber aldıklarında sırasıyla "inkar", "kırgınlık", "pazarlık", "depresyon" ve "kabullenme" evrelerinden oluşan bir süreçle karşılaşır.

- a) İnkâr: Başa gelen olumsuz durum ya da olayın yok sayıldığı aşamada genellikle bir yanlışlığın olduğu düşünülür.
- b) Kırgınlık: İnkâr aşamasında devreye sokulmayan sorgulamalar yavaş yavaş ön plana çıkmaya başlar. Üst üste gelen sorgulamalar neticesinde öfke duyguları bünyeyi ele geçirir, en bilinen soru ise "Neden ben?"dir.
- c) Pazarlık: Bu aşamada durumun kabul edilir seviyeye indirgenmesi söz konusudur. Bu aşamadaki kişilere: "Madem olmuş bari şöyle yapayım da kurtulmaya çalışayım." "Olan olmuş, lakin belki bir çıkış yolu vardır, onu aramalıyım" tarzında düşünceler ve eylemler eşlik eder.
- d) Depresyon: İnkâr aşaması gibi oldukça uzun sürebilen bu aşamada durumun idrakine varılmıştır. Bundan dolayı kişide büyük bir mutsuzluk başlar. Hayattan soyutlanma, hiçbir şey yapmak istememe, kayıtsızlık hali gibi belirtiler görülür.
- e) Kabullenme: Durumun hazmedilmesi ve hayatın normal akışına dönmesi anlamına gelir. Yaşanan vefattan sonra "yapacak bir şey yok, hayat devam ediyor" düşüncesi oluşurken, kişi organ kaybı yaşar yahut kanser gibi ölümcül bir hastalığa yakalanırsa "bu halimle yaşamaya devam etmeliyim" düşüncesiyle hareket etmeye başlar.

Kübler-Ross'a (2010) göre, yas ancak yaşanan kaybın kabulü ile tanımlanacak bir süreçtir. Bununla birlikte Kübler-Ross'un yas literatürüne sunduğu evre modelinin, geçerlilik ve güvenilirliğinin deneysel olarak desteklenmediğini söylemek durumundayız (Fredman ve James, 2008). Buna karşı yas sürecini analiz eden diğer kuramcılar, Kübler-Ross'un yaklaşımının yas tepkilerine ilişkin uygun bir teorik çerçeve ve model olabileceğini düşünmektedirler (Cavanaugh ve Fields, 2006)

Vorden'e (2003) göre, yas sürecinin kaybı yaşayan kişinin kendi yaşamsal döngüsünde bir anlam yaratma görevi vardır. Bu düşünceden hareketle o, kişinin duygusal ve bilişsel fonksiyonlarının yeniden yapılanması için gerekli olduğunu düşündüğü dört aşamalı görev modelini teklif etmektedir. Burada yas, belirli evrelerden oluşan bir süreç olarak kavramlaştırmak yerine, bireyin yas sürecine uyum

gösterilebilmesi için yerine getirmesi gereken temel görevler tanımlanmaktadır. Bu modelde yas tutan birey süreç içinde aktif bir rol üstlenmiştir. Worden'e (2003) göre, yas sürecinin dört temel görevi şunlardır:

- a) Kaybın gerçekliğini kabul etmek.
- b) Yas ile oluşan acı üzerinde çalışmak ve duyguları ifade etmek.
- c) Ölen bir kişinin bulunmadığı bir çevreye uyum sağlamak.
- d) Duygusal anlamda ölen kişi ile ilişkileri yeniden düzenlemek ve yaşama devam etmek.

Worden (2003) yas sürecine etki eden faktörleri de şöyle sıralamıştır:

- 1) Yastaki bireyin kişilik özellikleri
- 2) Ölen kişi ile ilişkisi
- 3) Baş etme tarzı
- 4) Kültürel ve dini inancı
- 5) Ruhsal hastalık öyküsü
- 6) Destek sistemi
- 7) Ekonomik durumu
- 8) Ölümü algılama biçimi

Worden (2003) yas sürecini yas tutan kişinin, ölen kişi ile olan bağı kendi içsel dünyasında yeniden yapılandırma süreci olarak nitelendirmiştir. Bu görüşüyle o, Freud'dan (kaynak) farklılaşmaktadır. Worden'e (2003) göre kaybı yaşayan kişi sağlıklı bir yas süreci geçirmeli, ölen kişi ile ilişkisini de koruyarak yaşamını devam ettirmelidir. Esasen yas sürecinde bu yaşanmazsa patolojik yas ortaya çıkar.

Yas, farklı bilim adamlarınca farklı şekillerde tanımlanmakta, buna bağlı olarak da farklı evrelerle izah edilmektedir. Hemen hemen hepsinin ortak noktası ise yaşanan kaybın kabullenilerek kayıp öncesi denge durumuna dönülmesidir.

Bilişsel bir yaklaşımdan hareket eden Wortman ve Silver (1989) kayıp yaşayan bireylerin, duygu yoğunluklarının birbirinden çok farklı olabileceğini tespit etmişlerdir. Bu iki araştırmacıya göre kayıp yaşayan kişilerden bir kısmı kaybın hemen sonrasında yoğun kaygı ve sıkıntı duyguları ifade ederken, bir kısmı bu durumu yaşamadıklarını dile getirmiştir. Bu bulgulardan hareketle Wortman ve Silver (1989) yas sürecini

tanımlamak için en temel faktörün kaybı yaşayan kişinin ölen kişiye yönelik nasıl bir anlamlandırma yaptığı ile ilişkili olabileceği hipotezi ön plana çıkartmıştır. Wortman ve Silver'e (1989) göre yas; "kişinin ölüm olayını yaşamının içine yedirmeye çalıştığı bireysel bir süreçtir. Görüleceği üzere Wortman ve Silver (1989) Kübler-Ross (2010) başta olmak üzere evre kuramcılarının daha farklı bir hususa odaklanmaktadır. Evre modelciler kaybı yaşayan kişi ile ölen arasındaki "duygusal anlamlandırma"yı ön plana çıkarırken, Wortman ve Silver (1989) süreci "bilişsel anlamlandırma" üzerinden analiz etmişlerdir. Biliş yaklaşımı benimseyen araştırma verilerine göre, kişinin ölüm nedeni, kaybı yaşayanın ölen kişi yakınlık düzeyi, yine kayıp yaşayan sosyal destek kaynakları vs. değişkenler yas sürecini bilişsel boyutta anlamlandırmayı gerekli kılar (Bononno, Wortman et al, 2002).

Yas olgusunun evrensel ancak yas sürecinin bireye özgü olduğunu düşünen Stroebe ve Schut (1999) kayıp yaşamının "ikili süreç modeli" ismini verdikleri bir modelle açıklamaya çalışmışlardır. Onlara göre yas sürecinde hem bilişsel anlamlandırma hem de duygusal anlamlandırma devreye girmektedir. Söz konusu bu ikili süreç modeline göre, birincisi kayıp yaşayan kişinin öncelikle kayba ilişkin duygularını tanımasına olanak sunmak, ikincisi olumsuz duygularla başa çıkabilmesi için kişiye duygusal iç görü kazandırmaya yönelik bilişsel destek sağlamak gerekir (Stroebe ve Schut, 1999).

Yapılan bilimsel araştırmalarda teorisyenlerin, yas sürecini tek bir açıklama zemininde izah edemediklerini görmekteyiz.

2.2. Duygulanım ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Freud (2000) duyguların davranış üzerindeki etkisini, bilinç dışı yanlılıklar olarak ele alırken, Lazarus (1982) bireyin çevresindeki uyarıcıları algılaması ve değerlendirilmesi, yani bilinçli bir şekilde sonucu oluşan iç yaşantılar olarak tanımlamaktadır.

Literatürde duygulanım ile ilgili en açıklayıcı kuram Bowlby'nin (1969/1982) bağlanma kuramıdır. Bu kuram "duygulanım düzenleme kuramı" olarak da bilinmektedir.

Bağlanma, kişilerin kendileri için önemli gördükleri kişilere ve nesnelere karşı geliştirdikleri duygusal bağları yansıtır (Bowlby, 1969/1982,1973). Bağlanma kuramının zeminindeki en önemli vurgu bağlanma davranışının biyolojik temelli

olmasıdır. Bowlby (1969/1982) ye göre bağlanma hayatta kalmak için ihtiyaç duyulan bir davranıştır. Bu davranış, bağlanma figürü haline gelen bakım veren ile bakım alan arasındaki yakınlığın artmasıyla bağlantılıdır.

Bağlanma kuramı üzerinden çalışma yapanlar (Hazan ve Shaver, 1987; Bortelomow ve Horowitz, 1991) göre duygulanımın şiddeti bağlanma biçimlerine göre farklılık arz etmektedir. Bağlanma kuramına göre çocukluk döneminde içsel çalışan modeller kişilik gelişimi üzerine etki yapar buda bireylerin farklı davranış göstermesini doğurur.

Güvenli bağlanan bireyler yakınlık kurma konusunda rahat ve özerktirler bu tür bireyler kaygı ve üzüntüyü azaltmak için destek arayışına girerler ve duygulanım düzenleme davranışı sergilerler. Saplantılı bağlanmada kişiler takıntılıdır. Kişi duygulanım düzenlemesi yapmak için öncelikle yakınlık arayışını sürdürüp sürdürmesi konusunda karar verir. (Bortelomow ve Horowitz, 1991)

Korkulu bağlanma da yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan bireylerdir. Rahatsız edici duyguları bastırmaya çalışırlar ve duygulanım düzenlemesi yapmamak için ilişkilerden kaçınırlar. Kayıtsız bağlanma özelliğine sahip bireyler yakınlığa karşı kayıtsızdır. Duygulanım düzenleme adına kişisel zayıflıklarını ve çaresizlik hissini diğer kişilere yansıtıcı girişimlerde bulunurlar. (Bortelomow ve Horowitz, 1991)

2.3. PTSD ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Dinamik teoriye göre Freud (1987) PTSD'yi önceden mevcut olan yatışmış fakat çözülmemiş psikolojik çatışmayı yeniden harekete geçirme olarak değerlendirmektedir.

PTSD'yi klasik koşullanma durumuna göre değerlendiren ve hareket eden Mower; in (1960) iki bileşenli öğrenme modeline göre travmatik yaşantı sırasında nötr olan pek çok uyaran koşulsuz uyaran ile eşlenmekte ve korku ortaya çıkacak koşullu uyarılara dönüştüğünü ifade etmektedir. Normal şartlarda koşullu uyarının koşulsuz uyaran olmadan sürekli tekrarlanması zaman içinde sönmeyi beraberinde getirir. Ancak travmatik yaşantılarda bu süreç daha farklı işlemekte, birey koşullu uyarılarla karşılaşmaktan sürekli kaçınmaktadır. Bu durumun hem davranışsal hem de zihinsel düzeyde gerçekleştiğini söylemek durumundayız. Korku objesinden kaçınma hali korkuyu ortadan kaldırırsa da PTSD belirtileri devam etmektedir (Akt. Dürü 2006 s.16).

PTSD'yi bilişsel açıdan değerlendiren Clark (1999) kaygı bozukluklarının, travma yaratan olayların ve içsel uyarıların çarpıtılmış inançların etkisinde kalarak bu

durumun tehlike olarak algılanmasından ortaya çıktığını savunmaktadır.

Varoluşcu yaklaşıma görede travmatik bir olayla karşı karşıya kalan bir kişiyi anlayabilmek için nesnel verilerin yanında o kişinin deneyimlerini, algılarını, düşüncelerini, duygularını ve değerlerini anlamanın çok önemli olduğunu ileri sürmektedirler (Boos, 1979).

Teorisyenler yaptıkları çalışmalarla PTSB nin ortaya çıkmasını farklı düşüncelerle açıklamaları olayın önemini ortaya koymaktadır. PTSB farklı bilimsel metodlarla açıklan sada, kökeninde yaşanılmış bir travma vardır.



BÖLÜM III

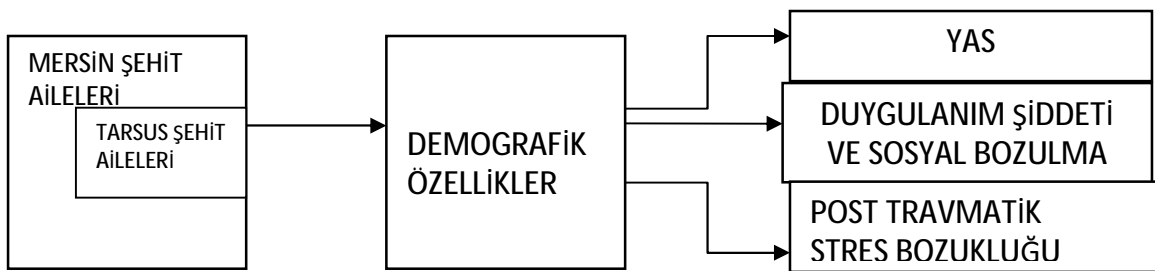
3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın amacı

Şehit yakınlarının yas, duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi, mevcut durumun tesbit edilmesi, neden sonuç ilişkisinin birlikte değerlendirilmesi ve Verilerin nicel çalışma yöntemi ile toplanması nedeniyle bu çalışma tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışmadır.. Bunun için Sosyo demografik özellikler içeren Anket formu, Yas Ölçeği, Duygulanım şiddet ve Sosyal Bozulma Ölçeği (DŞSBÖ) ve Post travmatik stres bozukluğu ölçeği (PTSD) kullanılmıştır.

Veriler 2017 yılında Mart, Nisan, Mayıs ve Haziran aylarında toplanmıştır. Verilerin analizlerinin yapılmasında SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Veri analizinde sürekli değişkenlerden normal dağılım gösterenlerde parametrik, normal dağılım göstermeyenlerde ise nonparametrik testler kullanılmıştır. İki değişken arasındaki ilişkinin analizinde ise pearson korelasyon tekniğinden yararlanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Modeli



3.3. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evreni Mersin ili şehit yakınlarıdır. Örneklem ise, Mersin İli Tarsus İlçesi sınırları içinde yaşayan şehit yakınlarının anne, baba, kardeş, eş ve çocuklarından oluşmaktadır.

Mersin ili Tarsus ilçesinde ikamet eden şehit yakını anne, baba, kardeş, eş ve çocukların yas düzeyi, duygulanım şiddeti, sosyal bozulma ve PTSD düzeyleri ile sosyo demografik değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Tarama modeli kullanılmış olup değişkenler arasındaki bu ilişkinin çözümlenmesi korelasyon testi ile yapılmıştır.

Ortalamaların karşılaştırılmasında t testi ve Mann-whitney u testi kullanılmıştır.

3.4. Araştırmanın Yapılışı

Bu araştırmanın yapılabilmesi için örneklem listesi, ölçek ve anket uygulama izinleri 26.01.2017 tarihinde Tarsus Kaymakamlığından alınmıştır. Yas ölçeği uygulama izni ölçeğin Türkçe uyarlamasını yapan Prf. Dr.Seher Balcı Çelikten 10.02.2017 tarihinde alınmış olup 1.03. 2017 tarihli etik kurul onayından sonra anket ve ölçeklerin uygulanmasına geçilmiştir.

Örneklem grubuna araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve sorulara nasıl cevap verileceği açıklanmıştır. Örneklem grubundan okur yazar olmayanlar ve bir kısmı ile yüz yüze anket ve ölçekler uygulanmış, ancak anket ve ölçeklerin doldurulmasında sıkıntı yaşayanlara da yakınlarının yardımı ile doldurulması sağlanarak veriler toplanmıştır. Anketimize ve ölçeklerin doldurulması için bir zorlama yapılmamıştır. Etik kurallara riayet edilmiştir. Herhangi bir zaman kısıtlanmasına gidilmemiştir. Araştırmaya katılan 22 anne, 20 baba, 4 eş, 46 kardeş ve 5 çocuk olmak üzere 97 kişidir. Anket ve ölçek uygulama çalışmaları 1.7.2017 tarihinde tamamlanmıştır. Verilerin analizi ve yazım işlemleri 15.9.2017 tarihinde sonuçlandırılmıştır. Elde edilen bilgiler ve bulgular sadece bu araştırma için kullanılmıştır.

3.5. Verilerin Toplanma Araçları

3.5.1. Anket Formu

Yapılacak araştırmada gerekli görülen sosyo-demografik özelliklerin sorgulandığı cinsiyeti, yaşı, maddi durumu, yakınlığı, sosyal destek durumu, eğitim durumu, travma sonrası geçen süre, antidepresan kullanıp kullanmadıkları, gazete ve televizyon haberlerinden etkilenip etkilenmeme, yasin ne kadar sürdüğü ve yas süresindeki sıkıntılarla başa çıkarken inancından destek alıp almadıklarını içeren 12 soru içermektedir.

3.5.2. Yas Ölçeği

Sevilen bir kişinin ya da kişilerin kaybının ardından bireyde meydana gelen değişiklikleri belirlemek amacıyla Likert tipi bir ölçek olan “Yas Ölçeği” Balcı-Çelik (2006) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. “Fiziksel”, “duygusal”, “bilişsel” ve

“davranışsal” alt boyutları olan Yas Ölçeği toplam 35 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin alt boyutları:

1. Fiziksel Belirtiler: Midede boşluk duygusu, kalp de ve boğazda sıkışma, gürültüye karşı duyarlılık, kendini iyi hissetmeme, nefeste darlık, zayıflık hissetme, ağız kuruluğu gibi belirtileri içeren bu alt ölçek 5 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5'dir. Yas durumunda bireyin bedeninde ortaya çıkan değişiklikleri kapsamaktadır.
2. Duygusal Belirtiler: Şok, üzüntü, öfke, suçluluk, suçlama, kaygı, korku, yalnızlık, yorgunluk, çaresizlik, uyuşma; özgür hissetme gibi belirtileri içeren bu alt 10 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise 10'dur.
3. Bilişsel Belirtiler: inanmama, düşüncede dağınıklık, karışıklık, çarpık, hatalı düşünceler, halisünasyonlar, dikkat dağınıklığı, unutma, rahatsız edici durumlar veya rüyalar şeklinde görülür. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise, 10'dur. Bu alt boyut ise, 10 maddeden oluşmaktadır.
4. Davranışsal Belirtiler: Uyku ve yeme rahatsızlıkları, dikkatsiz veya obsesif davranma, sosyal çevre ve hatırlatıcı uyarıcılardan kaçma ve/veya öleni hatırlatan uyarıcılardan ayrılmama, kaybedileni araştırma/çağırma gibi belirtiler şeklinde kendini gösterir. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise, 10'dur. Bu alt boyut da 10 maddeden oluşmaktadır.

Yas ölçeğinin geçerlilik testi çalışmasında eş değer form olarak Beck, lester ve Trexler tarafından geliştirilmiş ve Seber (1991) ve Durak (1993) tarafından Türkçe ye uyarlanması yapılmış Beck Umutsuzluk Ölçeğinden yararlanılmıştır.

Yas ölçeğinin güvenilirliği test ve tekrar test ve iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak yapılmış olup, geçerlilik çalışmasında ise benzer ölçekler yöntemi kullanılmış, yapı geçerliliğinde ise bileşenler faktör analizi ve dik döndürme tekniği kullanılmıştır.

Cronbach alfa katsayısı ,96 dır.test-tekrar yöntemi ile elde edilen güvenilirlik kat sayısı ,84 dür. Yas ölçeğinin geçerlilik çalışmasında ise Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyonu ise ,80 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliğini tespit etmek için uygulanan faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin dört faktörde toplandığı görülmüştür. Ölçekte

bireylere kayıp karşısında yaşayabilecekleri durumlara ilişkin ifadeler verilir, bunları ne kadar sıklıkla yaşadıklarına dair 1-5 arasında, (5- Her zaman, 4- Sık sık, 3- Arasıra, 2- Nadiren, 1- Hiçbir zaman) derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçeği tamamından alınabilecek en yüksek puan 175, en düşük puan ise 35'dir.

Bu araştırma ölçeğin Alpha Cronbach katsayısı ,89 çıkmıştır. Örneklemin ölçekten en düşük 71, en yüksek 155, ortalamada ise 112.30 puan aldıkları tespit edilmiştir.

3.5.3. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği (DŞSBÖ)

Liker tipi bir ölçek olan “Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği” (Severity and social impairment questionnaire) “Duygu Durum” ve “Sosyal Bozulma” alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik testi Çetinay, Akbay, Bilen, Gülseren ve Aydemir (2008) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa katsayısı duygu durum alt ölçeği 0,80; sosyal bozulma alt ölçeği 0,86, ölçeğin toplamı ise 0,90 olarak bulunmuştur. Split-half yöntemi ile elde edilen Guttman splithalf katsayısı .86'dır. Toplam 11 sorudan oluşan ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 33'tür. Ortalama puan ise 16.5'tir.

Şehit yakınları üzerine yürütülen bu çalışmada ölçeğin Alpha Cronbach katsayısı, 89 olarak tespit edilmiştir. Alınan en düşük puan 1, yüksek puan 28, ortalama puan ise 15.28'dir.

3.5.4. PTSTB Soru Listesi

Likert tipi bir ölçek olan PTSTB (Post Travmatik Stres Bozukluğu) 17 sorudan oluşmaktadır. Bu maddelerin 7'si kaçınma, 5'i aşırı urayılmışlık, 5'i ise yeniden yaşantılama semptomları ile ilgilidir. Stres bozukluğu belirtisinin tespit edilmesinde etkilidir. Kocabaşoğlu, Çorapçıoğlu-Özdemir, Yargıç ve Geyran, (2005) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak Türkçe ye uyarlanan Post Travmatik Stres Bozukluğu (PTSTB) ölçeği “Siviller İçin Kontrol Listesi” (TSSB) adıyla da bilinmektedir. Söz konusu ölçeğin günümüzde yaygın olarak kullanılan Travma sonrası stres bozukluğu (CAPS) ölçeğiyle güçlü bir korelasyon gösterdiği kaydedilmiştir. Ölçekten alınabilecek düşük puan 17, en yüksek 85, ortalama ise 51'dir. Toplam puanın 50 ve üzerinde olması tanı koyucu olarak kabul edilir.

Şehit yakınlarının örneklem alındığı bu araştırmada PTSTB'nin Alpha Cronbach katsayısı ,93 olarak bulunmuştur. Ölçekten örneklemin aldığı en düşük puan 27, en yüksek puan 74, ortalama puan ise 51,6'dır.

3.6. Verilerin Analizi

Verilerin analizlerinin yapılmasında SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Nicel bir desene sahip olan bu araştırmanın evreni Mersin ili şehit yakınlarıdır. Örneklemini ise Tarsus ve köylerinde ikamet eden 97 şehit yakınından oluşmaktadır. Veriler "Yas Ölçeği", "Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği" ve "PTSTB (Post Travmatik Stres Bozukluğu soru listesi)" ile toplanmıştır. Verilerin analizinde parametrik (t-testi, korelasyon, Mann Whitney U) ve non-parametrik testler kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

4.1. Cinsiyet ve Eğitim durumu

Tablo 1.

Örneklemin cinsiyet ve eğitim durumuna göre dağılımı

	Cinsiyet					
	Kadın		Erkek		Toplam	
Eğitim Düzeyi	n	%	n	%	n	%
Okuma ve yazma bilmeyen	3	3,1	3	3,1	6	6,2
İlkokul	21	21,6	14	14,4	35	36,0
Ortaokul	5	5,2	12	12,4	17	17,6
Lise	11	11,3	8	8,2	19	19,6
Üniversite	8	8,2	12	12,4	20	20,6
Toplam	48	45,5	49	50,5	97	100,0

Tablo1 Örnekleme tablosu incelendiğinde anketimize katılan şehit yakınlarının % 6.2 sinin okur yazar olmadığı (n=6) bunların %3,1 kadın (n=3), %3,1 erkek olduğu (n=3), ankete katılanların %36,0 sının ilkokul mezunu olduğu (n=35) bunlardan %21,6 nın kadın olduğu (n=21), %14,4 nün erkek olduğu(n=14), ankete katılanların %17,6 sının ortaokul mezunu (n=17)görülmektedir.

Bunlardan % 5,2'sinin kadın (n=5), % 12,4'nün erkek olduğu (n=12), ankete katılanların % 19'nun lise mezunu olduğu (n=19), bunlardan %11,3'nün kadın (n=11), % 8,2'sinin erkek olduğu (n= 8), ankete katılanların % 20,6'sının üniversite mezunu olduğu (n=20), bunlarında %8,2 sinin kadın (n=8), %12,4 erkek olduğu (n=12)görülmektedir, anketimize katılan şehit yakınının sayısı %45,5 kadın (n=48), %50,5 nın erkek (n=49) olduğu görülmektedir.

4.2. Yakınlık Durumu

Tablo 2.

Örneklemin şehide yakınlık durumuna göre dağılımı

Yakınlık	n	%
Anne	22	22,7
Baba	20	20,6
Eş	4	4,1
Kardeş	46	47,4
Çocuk	5	5,2
Toplam	97	100,0

Tablo 2 de görüldüğü üzere anketimize katılanların (n= 97) olup, %22,7 sini şehit anneleri (n=22), %20.6 sını şehit babaları (n=20)), %4.1 şehit eşleri (n=4), %47,4 nü şehit kardeşler (n=46), %5,2 sini şehit çocukları (n=5) oluşturmaktadır. Örneklemin yaş aralığı 21 ile 85 olup yaş ortalaması 49,85'dir (ss. 14,83).

4.3. Yas ile İlgili Bulgular

Tablo 3.

Cinsiyete Göre Yas Düzeyleri

Cinsiyet	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Kadın	48	118,38	20,95	94	2,772	,007
Erkek	48	106,22	21,97			

p>0,5

Tablo 3'deki bulgulara göre şehit yakınlarından kadınların yas düzeyi ortalama puanı 118,38 iken erkelerin ortalama puanı 106,22'dir. Yapılan t-testi analizi göstermektedir ki her iki cinsiyetin yas düzeyleri arasındaki fark anlamlıdır p<0.05 [$t(94)= 2,772, p=,007$].

Tablo 4.

Yas ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	r	p
Yas ile yaş	95	,133	,199
Yas ile eğitim durumu	96	-,036	,728
Yas ile ekonomik durum	96	,016	,874
Yas ile kayıptan bugüne geçen süre	96	-,160	,119
Yas ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi	96	,039	,706
Gelir düzeyi şehidin arkasından yaşanan yas süresi	97	,272**	,007
Kayıptan bugüne geçen süre ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi	97	,780**	,000
Yas ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri	94	,273	,008

**p<01

Tablo 4'deki korelasyon sonuçlarına göre yas ile yaş [$r(95)= ,133$, $p=,199$], yas ile eğitim durumu [$r(96)= -,036$, $p=,728$], yas ile ekonomik durum [$r(96)= ,016$, $p=,874$], yas ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi [$r(96)= -,160$, $p=,119$], Yas ile şehadetten bugüne geçen süre [$r(96)= ,039$, $p=,706$] arasında anlamlı bir ilişki mevcut değildir ($p>.05$). Bununla birlikte ekonomik durum ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi [$r(97)= ,272$, $p=,007$] ve kayıptan bugüne geçen süre ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi [$r(97)= ,780$, $p=,000$], yas ile medyada yayınlanan terör ve savaş haberleri arasında [$r(94)= ,273$ $p=,008$] düzeyleri arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Tablo 5.

Sosyal Destek Algısına Göre Yas Düzeyleri

Çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Evet	51	117,53	19,33	94	2,524	,013
Hayır	45	106,38	23,93			

Tablo 5'deki bulgulara göre şehit yakınlarından sosyal destek aldığını ifade edenlerin ortalama yas puanı 117,53 iken almadığını söyleyenlerin puanı ortalama 106,38'dir. T-testi analizi "Evet" ve "Hayır" diyenler arasında $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymaktadır [$t(96)= 2,524, p=,013$].

Tablo 6.

Antidepresan kullanımına göre yas düzeyi

Antidepresan kullanıyor musunuz?	N	Sıra ort.	Sıralar Top	Mann-Whitney U	p
Hayır	79	43,24	3416,00	256,000	,001
Evet	14	68,21	955,00		
Total	93				

Tablo 6 de ki bulgulara göre şehit yakınlarından antidepresan kullanmayanların yas puanı 43,24 antidepresan kullananların yas panı 68,21 U testine göre antidepresan kullanan ve kullanmayan arasında $p<05$ düzeyinde anlamlı bir fark olduğu görülmektedir [$U(93)= 256,000, p=,001$].

4.4. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma ile ilgili Bulgular

4.4.1. Duygu Durum Ölçeği İle İlgili Bulgular

Tablo 7.

Cinsiyete Göre Duygu durum Düzeyleri

Cinsiyet	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Kadın	48	9,85	4,89	95	2,566	,012
Erkek	49	7,43	4,42			

Tablo 7 deki verilere şehit yakınlarından kadınların duygulanım şiddeti puanı 9,85 iken erkeklerde 7,43 dür. Yapılan t testi göstermektedir ki iki cinsiyet ile duygu durum düzeyleri arasında $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır [$t(95)=2,566, p=0,12$].

Tablo 8.

Duygu durum ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	r	p
Duygu durum ile Yaş	96	,126	,223
Duygu durum ile eğitim durumu	97	-,016	,874
Duygu durum ile ekonomik durum	97	,085	,407
duygu durum ile kayıptan bugüne geçen süre	97	-,022	,828
Duygu durum ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi	97	,063	,542
Duygu durum ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri	95	,378**	,000

**p<01

Tablo 8 deki korelasyon sonuçlarına göre duygu durum ile yaş [$r(96)=,126$, $p=,223$], duygu durum ile eğitim durumu [$r(97)=-,016$, $p=,874$] duygu durum ile ekonomik durum [$r(97)=,083$, $p=,407$] duygu durum ile kaybın bugüne geçen süre [$r(97)=-,022$, $p=,828$], duygu durum ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi [$r(97)=,063$, $p=,542$] düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Ancak duygu durum ile medyada çıkan terör ve savaş haberlerinden etkilenme düzeyi [$r(95)=,378$, $P=,000$] arasında $p<01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 9.

Sosyal Destek Algısına Göre Duygu durum düzeyleri

Çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Evet	51	9,12	4,00	95	1,059	,292
Hayır	46	8,09	5,53			

Tablo 9'daki veriler göre şehit yakınlarından "çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?" sorusuna "evet" diyenlerin duygu durum ortalama puanı 9,12; "hayır" diyenlerin ise puanı 8,09 dur. Her iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir [$t(95)=1,059$, $p=,292$].

Tablo 10.

Antidepresan kullanımına göre Duygu Durum Düzeyi

Antidepresan kullanıyor musunuz?	N	Sıra ort.	Sıralar Top	Mann-Whitney U	p
Hayır	79	43,24	3416,00	256,000	,000
Evet	14	68,21	955,00		
Total	93				

Tablo 10’da şehit yakınlarının antidepresan kullanımına göre duygulanım düzeyleri yer almaktadır. Buna göre “hayır kullanmıyorum” diyenlerin duygu durum puan ortalaması 43,24, “evet, kullanıyorum” diyenlerin puan ortalaması ise 68,2’dir. Yapılan Mann-Whitney U analizine göre evet ve hayır diyenler arasında anlamlı $p < 0,1$ düzeyinde anlamlı bir fark vardır [$U(93), 256,000, p = ,000$]. Buna göre olumsuz duygu durum düzeyi artanlar daha fazla antidepresan kullanmaktadırlar.

4.4.2. Sosyal Bozulma Ölçeği ile İlgili Bulgular

Tablo 11.

Cinsiyete Göre Sosyal Bozulma Düzeyleri

Cinsiyet	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Kadın	48	7,38	4,00	95	1,918	,058
Erkek	49	5,94	3,36			

Tablo 11 de şehit yakınlarının cinsiyete göre sosyal bozulma düzeyleri görülmektedir. Buna göre kadınlarda sosyal bozulma puanı 7,38, erkeklerde 5.94 dür, yapılan analize göre kadın ve erkekler arasın da sosyal bozulma düzeyleri açısından anlamlı bir fark görülmemektedir [$t(95), 1,918 - p = .058$].

Tablo 12.

Sosyal Bozulma ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	r	p
Sosyal Bozulma ile Yaş	96	,187	,069
Sosyal Bozulma ile Eğitim Durumu	97	-,222*	,029
Sosyal Bozulma ile ekonomik durum	97	-,110	,283
Sosyal Bozulma ile kayıptan bugüne geçen süre	97	-,028	,785
Sosyal Bozulma ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi	97	,101	,326
Sosyal Bozulma ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri	95	,272**	,008

*p<.5

**p<01

Tablo 12'deki korelesyon sonuçlarına göre sosyal bozulma ile yaş arasında [$r(96)=,187$, $p=0,69$], sosyal bozulma ile ekonomik durum arasında [$r(97)=-,110$, $p=283$],sosyal bozulma ile kayıptan bugüne geçen süresi arasında [$r(97)= -,028$, $p=,785$], sosyal bozulma ile şehidin arkasından yaşanan yas süresi arasında [$r(97)= ,101$, $p=,326$] anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Ancak, tablo 12 incelendiğinde, sosyal bozulma ile eğitim durumu [$r(97)= -,222$, $p=,029$], arasında $P<0,5$ düzeyinde, Sosyal bozulma ile medyada çıkan savaş ve terör haberleri [$r(95)= ,272$, $p=008$] arasında $p<01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki görülmektedir.

Tablo 13.

Sosyal Destek Algısına Göre Sosyal Bozulma Düzeyleri

Çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Evet	51	7,14	3,35	95	1,359	,117
Hayır	46	6,11	4,09			

Tablo 13'de şehit yakınlarının sosyal destek algısına göre çevreniz size destek sağlıyor mu sorusuna evet diyenlerin sosyal bozulma düzeyi puanı7,14 iken hayır diyenlerin 6,11 dir. Yapılan t testine göre, evet diyenler ile hayır diyenler arasında anlamlı bir fark görülmemektedir. [$t(95)=1,359$, $p=,117$].

Tablo 14.

Antidepresan kullanımına göre Sosyal Bozulma Düzeyi

Antidepresan kullanıyor musunuz?	N	Sıra ort.	Sıralar Top	Mann-Whitney U	p
Hayır	79	45,77	3615,50	455,500	,155
Evet	15	56,63	849,50		
Total	94				

Tablo14'te şehit ailelerinin antidepresan kullanıyormusunuz sorusuna karşılık hayır cevabı verenlerin puan ortalaması 45,77, evet cevabı verenlerin puanı 56,63 dür buna göre mann_whitney U analizine göre evet diyenler ile hayır diyenler arasında anlamlı bir fark görülmemektedir. [$U(94)=455,500$, $p=,155$].

4.4.3. Duygulanım Şiddet Sosyal Bozulma Toplam Puanı İlgili Bulgular

Tablo 15.

Cinsiyete Göre Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Düzeyleri

Cinsiyet	N	Ort.	SS	SD	t	p
Kadın	48	17,22	8,04	95	2,559	,012
Erkek	49	13,37	6,78			

Tablo 15'de şehit yakınlarının cinsiyete göre duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri görülmektedir. Yapılan analize göre kadınların duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ortalama puanları 17,22, erkeklerin puanı 13,37 dir, kadın ve erkeklerin duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri arasında $p<05$ düzeyinde anlamlı bir fark görülmektedir [$t(95)=2.559$, $p=,012$].

Tablo 16.

Duygulanım Şiddet ve Sosyal Bozulma Toplam Puanı ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	r	p
DŞSBÖ ile Yaş	96	,170	,098
DŞSBÖ ile Eğitim Durumu	97	-,119	,246
DŞSBÖ ile Ekonomik Durum	97	,001	,996
DŞSBÖ ile Kayıptan Bugüne Geçen Süre	97	-,028	,788
DŞSBÖ ile Şehidin Arkasından Yaşanan Yas Süresi	97	,088	,389
DŞSBÖ ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri	95	,369**	000

**p<01

Tablo 16 daki korelasyon sonuçlarına göre duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanı ile sosyo- demografik değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma ile yaş durumu değerlendirildiğinde [$r(96)=,170$, $p=,098$], Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanı ile eğitim durum değerlendirildiğinde [$r(97)=-,119$, $p=,246$], Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma ile ekonomik durum değerlendirildiğinde [$r(97)=,001$, $p=,996$], duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanı ile kayıptan bugüne geçen süre değerlendirildiğinde [$r(97)=-,028$, $p=,788$], duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanı ile şehidin arkasından yaş süresi değerlendirildiğinde [$r(97)=,088$, $p=,389$] anlamlı bir ilişki görülmemiştir, Ancak duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanı ile medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir [$r(95)=,369$, $p=000$].

Tablo 17.

Sosyal Destek Algısına Göre Duygulanım Şiddeti Sosyal Bozulma Düzeyleri

Çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?	N	Ort.	SS	SD	t	p
Evet	51	16,25	6,13	95	1,330	,187
Hayır	46	14,20	8,97			

Tablo 17 de şehit ailelerinin sosyal destek algısına çevreniz size destek oluyor mu sorusuna verilen cevaba göre evet diyenlerin duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanına göre ortalama puanı 16,25 hayır diyenlerin ortalama puanı 14,20 buna göre t testi değerlendirmesine göre evet ve hayır diyenler arasında anlamlı bir fark görülmemektedir [$t(95)=1,330$, $p=,187$]

Tablo 18.

Antidepresan kullanımına göre Duygulanım Şiddeti Sosyal Bozulma Düzeyi

Antidepresan kullanıyor musunuz?	N	Sıra ort.	Sıralar Top	Mann-Whitney U	p
Hayır	79	44,37	3505,00	345,000	,011
Evet	15	64,00	960,00		
Total	94				

Tablo 18 da şehit ailelerinin antidepresan kullanıyormusunuz sorusuna karşı verilen cevaba göre hayır diyenlerin duygulanım şiddeti sosyal bozulma düzeyleri toplam puanına göre ortalama puanı 44,37 evet diyenlerin ortalama puanı 64,00 dir buna göre Mann-Whitney-U testi analizine göre anlamlı hayı diyenlerle evet diyenler arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı bir fark görülmektedir [$U(94)=345,000$, $p=011$].

4.5. PTSSB İlgili Bulgular

Tablo 19.

Cinsiyete Göre PTSSB Düzeyleri

Cinsiyet	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Kadın	30	55,10	12,60	62	2,392	,020
Erkek	34	47,50	12,76			

Tablo 19 da şehit yakınlarının cinsiyete göre PTSSB düzeyleri görülmektedir. Kadınların ptsb ortalama puanı 55,10, erkeklerin ptsb ortalama puanı ise 47,50 dir. T testi analizine göre cinsiyet göre ptsb düzeylerinde kadın ile erkekler arasında $P<0.05$ düzeyinde anlamlı bir fark görülmektedir [$t(62)=2,392$, $p=,020$].

Tablo 20.

Sosyal Destek Algısına Göre PTSS Düzeyleri

Çevreniz size sosyal destek sağlıyor mu?	Sayı	Ort.	SS	SD	t	p
Evet	36	52,97	11,69	62	1,325	,190
Hayır	28	48,60	14,67			

Tablo 20’de korelasyon sonuçlarına göre şehit yakınlarında ptsb ile soyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler görülmektedir. Buna göre şehit yakınlarında PTSS ile eğitim durum arasında [$r(64)=-,129$; $p=,308$] PTSS ile ekonomik durum arasında [$r(64)=,008$; $p=,948$]. PTSS ile kayıptan bugüne geçen süre bakımından [$r(64)=-,102$; $p=,423$], PTSS ile şehidin arkasından tutulan yas süresi bakımından [$r(64)=,057$; $p=,655$]. Anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Ancak şehit yakınlarında PTSS ile yaş arasında [$r(64)=,376$, $p=,002$], PTSS ile medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında [$r(64)=,351$, $p=,004$] $p<,01$ düzeyin de anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 21.

PTSS ile sosyo- Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	n	r	p
PTSS ile Yaş	64	,376**	,002
PTSS ile Eğitim Durumu	64	,129	,308
PTSS ile Ekonomik Durum	64	,008	,948
PTSS ile KayıptanBugüne Geçen Süre	64	,102	,423
PTSS ile Şehidin Arkasından Yaşanan Yas Süresi	64	,057	,655
PTSS ile Medyada Çıkan Terör ve Savaş Haberleri	64	,351**	,004

** $p<,01$

Tablo 21 de şehit yakınlarına çevreniz size destek sağlıyor mu sorusuna verilen cevap göre “evet” diyenlerin sosyal destek algısına göre ortalama puanı 52,97, “hayır” diyenlerin sosyal destek algısına göre ortalama puanı 48,60’tır. T-testi analizine göre evet diyenlerle hayır diyenler arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır [$t(62)=1,325$, $p=,190$; $p>,05$].

Tablo 22.

Antidepresan kullanımına göre PTSS Düzeyi

Antidepresan kullanıyor musunuz?	N	Sıra ort.	Sıralar Top	Mann-Whitney U	p
Hayır	55	31,14	1712,50	172,500	,326
Evet	8	37,94	303,50		
Total	63				

Tablo 22 deki bulgulara göre sehit yakınlarına antidepresan kullanıyormusunuz sorusuna cevaben hayır diyenlerin antidepresan kullanımına göre PTSS ortalama puanı 31,14 evet diyenlerin ortalama puanı 37,94'tür. Buna göre antidepresan kullanımına "evet" diyenler ile "hayır" diyenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır. [$U(63)=172,500$, $p=,326$; $p>0,05$].

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Yas ile İlgili Tartışmalar

Beklenmeyen ani bir şekilde travmatik bir olay sonucu sevdiklerini kaybedenler için yas dayanılması zor bir süreçtir. Bu anlamda özellikle şehit yakınlarının yaşadıkları yas da başedilmesi oldukça zor, ruhsal ağırlı ve hemen atlatılamayan bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular göstermiştir ki, şehit yakınlarının yas düzeyleri cinsiyete göre analiz edildiğinde kadınlar ortalama 118,38; erkekler ise ortalama 106,22 puan almıştır (Bk. Tablo 3). Her iki cinsiyet arasındaki farklılık $p<.05$ düzeyinde anlamlıdır.

Şehit yakınlarının yas düzeyi ortalama puanı, normal bir kayıp yas düzeyinden yüksek çıkmaktadır. Ayrıca yas sürecinin kadınlarda hem daha yüksek hem de daha yoğun bir şekilde yaşanması literatürdeki bulgularla örtüşmektedir. Kuşkusuz şehit ailelerinin yas düzeyinin yüksek oluşu yasın, travmatik bir olay sonucunda yaşanmış olmasıyla doğrudan ilişkilidir (MC Nally, 2003). Bu noktada şehit yakınlarının yaşadıkları yasın bu tarz özellikler arz etmesi, temelde travmatik yas ile normal kayıp yas arasındaki farklardan kaynaklanmış olabilir.

Analiz sonuçlarına göre yas ile yaş, eğitim durumu, ekonomik durum ve şehidin arkasından yaşanan yas süresi arasında anlamlı ilişkiler görülmemektedir ($p>.05$; Bk. Tablo. Buradan şu sonucu çıkarabiliriz: Travma sonucu yas sürecini yaşayan şehit yakınlarının yas düzeyi, kişinin yaşı, eğitim durumu ve ailenin ekonomik durumu ile doğrudan ilişkili değildir. Hatta aradan geçen sürenin yas düzeyini anlamlı düzeyde etkilemediği ortaya çıkmaktadır. Bu durumda bize şehit yakınlarının ortak olarak yaşadıkları travmanın etkisinin bireyler arasında anlamlı farklılığın olmadığını ortaya koymaktadır. Gelir düzeyi ile yaşanan yas süresi, kaybın arkasından bugüne geçen süre ile yas süresi hem de yas ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.. Özellikle medyada çıkan terör ve savaş haberlerinin yas sürecini tetiklediği, bunun da yasın sonlanmaması na yada yeniden yaşanmasına destek sağladığı düşünülebilir. Gelir düzeyinin düşüklüğü yasın uzamasına neden olabilir.

Şehit yakınlarının sosyal destek algısına göre yapılan analizler

değerlendirildiğinde, sosyal destek alanların yas düzeylerinin ortalama puanları 117,53; almayanların ise ortalama puanları 106,38'dir. Bu da bize sosyal destek alanlarla almayanlar arasında $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir (Bk. Tablo 5). Sosyal destek alanlarda yas düzeyinin almayanlara göre yüksek olması destek alanların yasa sebep olan travmatik olayı daha fazla hatırlamasından ya da onlara bu olayın hatırlatılmasından kaynaklanabileceği düşünülebilir.

Evre kuramcılarının göre yas da en uzun süren evre depresyon evresidir. Elde edilen bulgular göstermektedir ki şehit yakınlarından antidepresan kullananların sayısı kullanmayanlardan daha azdır. Bununla birlikte Mann Whitney U testine sonuçlarına göre antidepresan kullananların yas düzeyi ortalama 68,24 iken kullanmayanların ortalamaları 43,24'tür. Her iki grup arasında $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık mevcuttur (Bk. Tablo 6). Yas düzeyi yüksek olanların yas sürecinde, yaşadığı duygusal, bilişsel ve davranışsal sıkıntıların semtonlarından kurtulmak ve rahatlamak için uzman önerisi doğrultusunda antidepresan kullanmaları doğaldır. Yapılan araştırmada antidepresan kullandığını belirtenlerin çoğunlukla genç ve üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Ancak gerek araştırmacının gözlemleri gerekse ankete katılan kişilerin ifadeleri, yaşlıların da antidepresan kullandığı, ancak onların bu durumu gizlediği izlenimi vermektedir.

Şehit yakınlarının yas durumu ile ilgili ortaya çıkan bulguların tamamı göz önüne alındığında bazı sosyo demorafik değişkenlere göre anlamlı ilişkiler görülmesi de anlamlı düzeyde farklılıklar ve bir kısım anlamlı ilişkilerin ortaya çıktığı görülmektedir. Bu da kuramsal olarak Freud (1993) ve Bowlby'nin (1980) yasın bir süreç dahilinde geliştiği, bu sürecin kişinin içsel ve dışsal dinamiklerine göre değişkenlik gösterdiği, kaybı yaşayan kişilerin kendilerini yeniden yapılandırmasında belirsizlik yaşadığı kuramsal olarak örtüşmektedir. Ayrıca elde edilen bulgulara göre yas sürecinin çeşitli değişkenlere göre farklılık arz etmesi Freud (1993), Bowlby (1980) Kubler- Roos (1969) ve Vorden (2003) gibi evre kuramcılarının ileri sürdüğü bilgilerle örtüşmektedir.

Yas düzeyinin cinsiyete, sosyal destek algısına ve antidepresan kullanımına göre farklılaşması kayıptan bugüne geçen süre ile yaşanan yas süresi ve medyada yayınlanan savaş ve terör haberleri arasında anlamlı birer ilişkinin olması kısmen Hipotez 1'in desteklediği anlamına gelmektedir. Tespit edebildiğimiz kadarıyla ülkemizde şehit yakınlarının yas düzeyleri ile ilgili bir çalışma mevcut değildir. Ancak şehit ailelerinin depresyon ve anksiyete düzeyleri üzerinde yapılan bir çalışmada onların

söz konusu her iki ruh sağlığı paramatresinde yüksek skorlar aldığı tespit edilmiştir. Buna göre depresyon ve anksiyete düzeyi ile yas düzeyi arasında pozitif bir ilişkidir söz edilebilir.

5.2. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma İle İlgili Tartışmalar

5.2.1. Duygulanım Durumu ile İlgili Tartışmalar

Şehit yakınlarının duygu durumu ile ilgili analiz sonuçları incelendiğinde ortalama olarak erkeklerin 7,43; kadınların ise 9,85 puan aldığı, yapılan t-testi analizine göre her iki cinsiyet arasında $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. (Bk. Tablo 7)

Duygu durum ile sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri yansıtan analiz sonuçları incelendiğinde duygu durum ile yas, eğitim durumu, ekonomik durum, kaybın arkasından bugüne kadar geçen süre, şehidin arkasından yaşanan yas süresi arasında anlamlılık düzeyinde bir ilişkinin olmadığı görülmektedir ($p > .05$; Bk. Tablo 8). Ancak şehit yakınlarının duygu durum ile medyada çıkan terör ve savaş haberlerinden etkilenme düzeyi arasında $p < .01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre şehit yakınlarının duygu durumunu olumsuz etkileyen değişkenlerden en önemlisinin medyada çıkan savaş ve terör haberleri olduğu söylenebilir.

Şehit yakınlarının sosyal destek algısına göre evet yada hayır diyenler arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir (Bk. Tablo 9).

Şehit yakınlarının antidepresan kullananların duygudurum ortalaması 68,21 kullanmayanların duygu durum ortalaması ise 43,24'dür. Her iki kategori aralarında $p < .01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır (Bk. Tablo 10). Bu duruma göre duygu durum düzeyi yükseldikçe antidepresan kullanımı artmaktadır.

5.2.2. Sosyal Bozulma ile İlgili Tartışmalar

Travmatik yas sürecini yaşayan şehit aileleri bazen günlük iş ve işlemlerini yapamaz hale gelebilmektedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre sosyal bozulma düzeyi kadınlarda ortalama 7,35; erkeklerde ise ortalama 5,94 puan olarak gerçekleşmiştir. Buna göre şehit yakını erkek ve kadınlar arasında sosyal bozulma düzeyi bakımında anlamlı bir farklılık mevcut değildir. (Bk. Tablo 11)

Sosyal bozulma ile sosyo demografik değişkenler arasındaki ilişkilere bakıldığında zaman görülecektir ki sosyal bozulma ile sosyodemografik değişkenler (yaş, ekonomik

durum, kaybın arkasından bugüne geçen süre, şehidin arkasından yaşanan yas süresi) arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Buradan elde edilen sonuçlar duygu durum ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki ile de örtüşmektedir. Bununla birlikte anlamlı ilişkilerin eğitim durumu ve medyada çıkan haberler arasında olduğu görülmektedir. Zira sosyal bozulma ile eğitim durumu arasında $p<.05$; sosyal bozulma ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri arasında ise $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Bk. Tablo 12). Şehit yakınlarının sosyal bozulma düzeyinin eğitim durumuna göre farklılaşması eğitilmiş şehit yakınlarının devlet tarafından iyi bir işe yerleştirilmesi onların sosyal bozulma düzeylerini hafiflettiği söylenebilir. Elde ettiğimiz bulgular Shuchter ve Zisook'un (1993) tespitleriyle desteklemektedir.

Savaş ve terör haberlerinin medyada etkin bir şekilde verilmesi yas sürecindeki kişilerin sosyal bozulma düzeylerini yüksek düzeyde etkilediği rahatlıkla söylenebilir. Ayrıca şehit yakınlarının sosyal destek algısına göre sosyal bozulma düzeyleri ile antidepresan kullanıp kullanmama durumları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Bk tablo 13-14).

5.2.3. Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma ile İlgili Tartışmalar

Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanlarına bakılacak olursa kadınların ortalama 17,22; erkeklerin ise ortalama 13,37 puan aldığı görülecektir. Bu değerler cinsiyetler arasında $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık oluşmaktadır (Bk Tablo 15).

Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma toplam puanına göre yaş, eğitim durumu, ekonomik durum, kaybın arkasından bugüne geçen süre ve şehidin arkasından yaşanan yas süresi arasında anlamlı düzeye ulaşan ilişkiler tespit edilememiştir. Ancak duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyi ile medyada çıkan terör ve savaş haberleri arasında $p<01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki vardır (Bk. Tablo 16). Bu durumda gösteriyor ki; medyada çıkan savaş ve terör haberleri araştırmamıza katılan şehit yakınlarının hem duygu durumunu hem de sosyal bozulma düzeylerini olumsuz etkilemektedir.

Sosyal destek algısına göre duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeylerine bakılacak olursa "çevreniz size destek sağlıyor mu?" sorusuna evet diyenlerin ortalama 16,25 hayır diyenlerin ortalama 14,20 puan aldığı görülmektedir. Yapılan analizler gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir. ($p>.05$). (Bk. tablo 17)

Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyi ile antidepresan kullanımını arasında (Bk.Tablo 18). İncelendiğinde hayır diyenlerin ortalama puanı 44,37 evet diyenlerin ortalama puanı 64,00 buna göre aralarında $p<0,05$ düzeyine ulaşan bir farklılık mevcuttur.

Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile ilgili analiz sonuçlarına göre bilinçli yada bilinç dışı olarak, şehit yakınlarının duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeylerini en fazla etkileyen durum, savaş ve terör haberlerinin medyada yayınlanmasıdır. Her ne kadar duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri bir kısım sosyo demokrafik özellikler bakımından anlamlı ilişki arz etmese de değişkenlerin tamamı göz önüne alındığında anlamlı farklılık ve ilişkiler tespit edilmiştir. Bu da hipotez 2'nin kısmen desteklendiği anlamına gelmektedir.

5.3. PTSS Bulgularıyla İlişkili Tartışmalar

Araştırmamıza katılan şehit yakınlarının PTSS analiz sonuçlarına göre kadınlar ortalama 55,10 erkekler ortalama 47,50 puan almıştır. Yapılan istatistiki analizler PTSS açısından cinsiyetler arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı bir fark olduğu görülmektedir (Bk. Tablo 19). Bununla birlikte şehit yakınlarının PTSS düzeylerinin ilgili literature göre nispeten daha yüksek çıktığı söylenebilir.

Analiz sonuçlarına göre PTSS ile eğitim durumu, ekonomik durum, kaybın arkasından bugüne geçen süre ve şehidin arkasından yaşanan yas süresi bakımından anlamlı ilişkiler bulunmamıştır ($p>.05$). Bununla birlikte PTSS ile yaş ve PTSS ile medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında $p<.01$ düzeyinde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Bk. Tablo 20). Buna göre yas sürecinde PTSS'nin ortaya çıkmasını, medyada çıkan savaş ve terör haberlerinin güçlendiğini belirtebiliriz.

Sosyal destek algısına göre “evet alıyorum” diyenlerin PTSS ortalaması 52,97 “hayır, almıyorum” diyenlerin PTSS ortalaması 48,60'tır. Her iki grup arasındaki fark anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır (Bk. Tablo 21). Bununla birlikte antidepresan kullanım durumuna göre “evet” diyenlerin PTSS ortalama puanı 37,94 “hayır” diyenlerin ortalama puanı 31,14'tür. Antidepresan kullananlarla kulanmayanlar arasında $p>.05$ olduğundan anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Bk. Tablo 22).

Yapılan analiz sonuçlarına göre şehit yakınlarının PTSS düzeylerinin cinsiyete göre farklılık arz etmesi ile PTSS düzeylerinin yaş ve medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında anlamlı bir ilişkinin olması hipotez 3'ün kısmen desteklendiği

anlamına gelmektedir.

Şehit ailelerinde yas sürecinin tamamlanamayışı ya da oldukça uzun sürmesi durumunun ileri yaşlarda PTSSB'ye sebep olduğu, ayrıca savaş ve terör haberlerinin medyada yayınlanmasının PTSSB'yi güçlendirdiği söylenebilir. Travma yaratan önemli bir olay sonrası ortaya çıkan aşırı uyarılma halini travmaya sebep olan olayı yeniden deneyimleme ve mental bir bozukluk olarak tanımlayan Şüer (2005), Bolu ve ark.(2014), Hacoğlu, Gönüllü ve Kamberyan (2002) ve Herman'ın (2007) tespitleriyle örtüşmektedir.



BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Yas kişiye özgü yaşanması gereken, duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilerin verildiği kendine özgü evreleri olan bir süreçtir. Bununla birlikte belirtmek gerekir ki yas ve yaşanan süreç evrensel olduğu kadar belirsizlikleri de içinde barındırmaktadır. Süreç sonlansa da duygusal manada yas devam etmekte, bu da kişinin yaşamını olumsuz etkilemektedir.

6.1. Sonuçlar

Analiz sonuçlarına göre, örneklem grubunun yas düzeyi ortalama puanına göre kadınların ortalama puanı erkeklerden daha yüksek olup aralarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir, Şehit yakınlarının yas düzeyi ile sosyo demografik değişkenler arasındaki bulgulara göre yas ile yaş, yas ile eğitim durumu, yas ile ekonomik durum ve yas ile yas süreleri açısından anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır, Ancak yas ile medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında, Gelir düzeyi ile yas süresi ve kayıptan bugüne geçen süre ile yas süresi arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Şehit yakınlarının sosyal destek algısına göre, destek alanlarla almayanlar arasında yas düzeyleri bakımından anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Örneklem grubunun antidepresan kullananların yas puan ortalaması kullanmayanlardan yüksektir. Buna göre örneklem grubunun yas düzeyi ile antidepresan kullanan ve kullanmayanlar açısından aralarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre şehit yakınlarının duygu durum düzeyleri kadınlarda daha yüksektir. Her iki cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca Şehit yakınlarından antidepresan kullananlarla kullanmayanlar arasında duygudurum düzeyi bakımında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak sosyal destek algısına göre destek alanlarla almayanlar arasında duygudurum düzeyi açısından anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Örneklem grubunun duygu durumu ile medyada çıkan savaş terör haberleri arasında da anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Ancak duygudurum ile sosyo demografik değişkenler den yaş, eğitim durumu, ekonomik durum ve yas süreleri ile ilgili aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir.

Analiz sonuçlarına göre örneklem grubumuzun sosyal bozulma düzeyleri

ortalaması kadınların erkeklere oranla yüksek olmasına rağmen aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Araştırmaya katılan örneklem grubunun sosyal bozulma düzeyi ile eğitim durumu arasında ve medyada çıkan savaş ve terör haberleri arasında anlamlı birer ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca analiz sonuçları örneklem grubunun sosyal bozulma düzeyleri ile ekonomik durum ve yaş süreleri açısından anlamlı bir ilişki tesbit edilmediği gibi sosyal destek algısına göre de destek alanlarla almayanlar arasında ve antidepresan kullananlarla kullanmayanlar arasında da anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Her iki alt ölçeğin birlikte analiz edildiğinde elde edilen bulgulara göre; Şehit yakınlarının duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri açısından bakıldığında kadınların ortalama düzeyi erkeklere göre yüksektir. Buna göre cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Örneklem grubunun duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile yaş, eğitim durumu, ekonomik durum ve yaş süreleri bakımından aralarında anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir. Ancak Duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile medyada yayınlanan savaş ve terör haberleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yine örneklem grubunun duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile sosyal destek algısına göre destek alanlarla almayanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Ancak Şehit yakınlarının duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile antidepresan kullananlar ile kullanmayanlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

PTSB analizleri göstermiştir ki kadınların PTSD ortalaması erkeklerden yüksektir. Bu nedenle aralarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca örneklem grubunda PTSD ile yaş arasında ve PTSD ile medyada yayınlanan savaş ve terör haberleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Analiz sonuçlarına göre Şehit yakınlarının PTSD düzeyleri ile eğitim durumu, ekonomik durumu ve yaş süreleri açısından anlamlı bir ilişki tesbit edilememiştir. Araştırmaya iştirak edenlerden antidepresan kullananlarla kullanmayanlar arasında PTSD düzeyleri açısından anlamlı bir fark olmadığı gibi sosyal destek algısına göre de evet diyenler ile hayır diyenler arasında PTSD düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Analiz sonuçlarına göre, örneklem grubumuzu oluşturan şehit yakınlarının yaş, duygulanım şiddeti sosyal bozulma ve PTSD düzeyleri ile bazı demografik özellikler arasında anlamlı düzeyde birer ilişki tespit edilmese de birkısım özellikler açısından anlamlı ilişkilerin tespit edilmesi, ayrıca bazı demografik özelliklere göre de anlamlı farklılıkların tespit edilmesi hipotezlerimizi doğrular niteliktedir.

6.2. Öneriler

Bu çalışmadan hareketle şu önerilerde bulunmak mümkündür:

Yas ile ilgili az sayıda da olsa yapılmış akademik çalışmalara rastlamak olasıdır. Ancak akademide şehit yakınlarının yaşadıkları travmatik yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma durumları ile ilgili pek fazla çalışma yapılmamıştır. Tespit edebildiğimiz kadarıyla şehit yakınlarının depresyon düzeyleri üzerinde sadece bir araştırma mevcuttur. Bu çalışma hem konunun önemine dikkat çekmek hem de yas literatürüne mütevazı bir katkı sağlamak istenmektedir. Buradan hareketle Türkiye'nin farklı bölgelerinden alınan örneklerle şehit yakınlarının yas sürecini nasıl yaşadıkları, ne tür başa çıkma stratejileri kullandıkları, duygudurum ve sosyal bozulma düzeyleri ile PTSD düzeyleri üzerinde çok sayıda yeni çalışmaya ihtiyaç olduğu söylenebilir. Esasen bu çalışmalar arttıkça konu hakkında konuşmak ve çözüm önerileri üretmek nispeten daha fazla kolaylaşacaktır. Çünkü yas sürecinin hem kişiye özgü hem de kompleks bir yapıya sahip olması farklı örnekler üzerinde yapılacak yeni çalışmaları zorunlu kılmaktadır.

Araştırmamızda “antidepresan kullanıyorsunuzuz?” sorusuna sadece eğitimli kişilerin ankete sağlıklı bir şekilde cevap verdiği, ileri yaştaki kişilerin antidepresan kullanma konusuna farklı anlamlar yükleyerek olumsuz cevap verdikleri tespit edilmiştir. Bu noktada dolaylı sorularla, hatta derinlemesine mülakatlarla şehit yakınlarının hem iç dünyalarını daha fazla açması hem de saklamak istedikleri önemli bulguların açığa çıkarılması sağlanabilir. Kuşkusuz bu tür bilgilerin tespit edilebilmesi hem şehit yakınlarını daha iyi anlamaya hem de geliştirilecek sosyopsikolojik ve sosyopolitik çözüm arayışlarına destek sağlayabilir.

Şehit yakınlarının yas, duygulanım şiddeti ve sosyal bozulma düzeyleri ile PTSD düzeylerini anlamlı bir şekilde etkileyen değişkenlerin başında medyada yayınlanan savaş ve terör haberleri gelmektedir. Bu hususta basılı ve görsel medyada yayınlanacak haberlerin toplumun ruh sağlığını nasıl ve ne yönde etkileyeceğini belirleyen uzmanların istihdamına ihtiyaç vardır.

Araştırmada örneklem grubumuz olan şehit ailelerinin gelir düzeyi düşüktür. Ülkenin genelinde de aynı durum söz konusudur. Araştırmanın yapıldığı Tarsus ilçesi demografik olarak çok kültürlü bir bölgedir. Örneklem grubumuz içerisinde farklı kültürel özellikleri olan bireyler de bulunmasına rağmen bulgular göre genelleme yapmak doğru olmayabilir. Genelleme yapılabilmesi için her bölgeden örneklem içeren kapsamlı

çalışmalar yapılmalıdır.

Anket sürecinde tespit ettiğimiz verilerden birisi de şudur: Şehit yakınları, şehadetin ilk anlarında devletin ve halkın yanlarında ve yakınlarında olduğunu fazlasıyla hissettiklerini, ancak ilerleyen zamanda pek hatırlanmadıklarını, hatta yalnızlığa itildiklerini düşünmektedirler. Bu durum onlarda çeşitli psikolojik sıkıntıları beraberinde getirmektedir. Bu noktada şehit yakınları ile düzenli bir şekilde ilişki kurulması, sıklıkla psikolog desteğinin sağlanması ve maddi imkanların daha fazla sunulması yaşanan travmaları aşabilmede önemlidir.



7. KAYNAKÇA

3712 sayılı TMK 12.7.1991 tarih ve 20843 sayılı Resmi gazete

Altuğ, Y. (1995). *Terör anatomisi*. İstanbul:Altın Kitaplar Yayınevi

Atar, F. (2010). Şehid, *TDV İslam Ansiklopedisi* 38, 428-431.

Atatürk (1997) *Atatürk söylev ve demeçleri 11*. Ankara: Atatürk Araştırma Merkezi

Balcı-Çelik, S. (2006). Yas Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 3 (25), 105-114.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action. A Social Cognitive Theory*. Nev Jersey: Prentice Hall.

Bartholomew,K.,& Horowitz,L.M.(1991).Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

Benkel I, Wijk H, Molander U. Los Angeles (2009) Family and friends provide most social support for the bereaved. *Palliat Med* 23 (2), 141-9.

Berksun. O.E., A., Ergin, G. J., Azizoğlu. S.(2000) *Krize müdahale ve yas: olgu sunumu* kriz dergisi 1(2), 45-50

Bolu, A., Erdem, M., & Öznur, T. (2014). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Anatolian Journal of Clinical Investigation*, 8 (2), 98-103. 0.

Bonanno, G., Kaltman, S. (2001). *The varieties of grief experience. Clinical Psychology Review*, 21, 705-734.

Bonanno, G., Papa, A., Lalande, K., Zhang, N., & Noll, J. (2005). Grief processing and deliberate grief avoidance: A prospective comparison of bereaved spouses and parents in the United States and the People's Republic China. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 86-98.

Bonanno, G.A., Wortman, C.B., Lehman, D.R., Tweed, R.G., Haring, M., Sonnega, J., Carr, D., Nesse, R.M. (2002). Resilience to loss and chronic grief: a prospective study from preloss to 18-months postloss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83,5: 1150-1164.

Bora,(2009) Teknolojinin asıl hedefi küresel insanı hiçleştiren köyden, köleleştiren köye İstanbul BİA haber merkezi

Bovlyby. J. W,(1980) Attachment and loss: Loss sadness and Depression (V 01.111)New York: Basic boks.

- Bowlby, J. (1982) Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York: Basic (Original work published 1969).
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger. New York: Basic.
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic. 5
- Bruce, M.L., Kim, K., Leaf, P.J., Jacobs, S. (1990). *Depressive episodes and dysphoria resulting from conjugal bereavement in a prospective community sample*. Am J Psychiatry, 147, 608- 611. C
- Cavanaugh, J. C., Fields, F. B. (2006). *Adult development and aging*, (4th ed.) Belmont: Wadsworth Thomson Learning Corr, C.
- Cavanaugh,J.C.,Fields,F.B. (2006) *Adult development and aging* (4 the end.) Belmont: Watsworth thomson learning Carr, C.
- Clark,D.M. (1999) *Anxiety Disorders: Why they persist and how to treat them? Behaviour Research and Therapy* 37.
- Çetinay, P., Akbay, S., Bilen, C.; Gülseren, Ş. & Aydemir, Ö. (2008) Duygulanım Şiddeti ve Sosyal Bozulma Ölçeği Türkçe Formu'nun Geçerlik ve Güvenirliği. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni* 18, 99-104.
- Diognostic and Statitical Monuol of Mentol Dicortes (DSM-5 R) american Psychiatric Pub.(2013)
- Dönmezer, S. (1980). *Milletler arası tehdışçilik*. İstanbul Hukuk Fakültesi Mecmuası CXLIV, 1-4.
- Dunmore, E., Clark, D.M., ve Ehlers, A. (1999). Cognitive factors involved in the onset and maintenance of posttraumatic stress disorder (PTSD) after physical or sexual assault. *Behaviour Research and Therapy* 37, 809-829.
- Dürü, Ç. (2006). Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyümenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve bir model önerisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Engel, G. L.,(1961) Is grief a disease? A. Challenge for medical resarch. *Psychosomatic Medicine*, 23, 18-122.
- Ergil, D. (1991). *Terörizmin mantığı ve hedefi*. Ankara Üniversitesi Siyasal Bilimler Fakültesi Dergisi: Muammer Aksoy'a Armağan XLVI, 1-2.
- Freud (2011) Ruth Snavden. Kilit Fikirler (Cev Melis İnan) Optimis yayınevi teach İstanbul yourself dizisi.

- Freud, S. (1987) *Beyond, the pleasure principle*. Newyork.Norton.
- Freud, S. (1993) *muurning and melancholia*.Standard Edition, strachey J (ED), Volume 14 Hogart Press London Yas ve Melonkoni. (Çev,R.Uslu,O.E. Berksun), *Kriz Dergisi*: 1(2), 98-103.
- Freud, S. (2000). *Kitle psikolojisi* (Çev. K. Şipal). İstanbul: Cem Yayınları
- Friedman, R., James, J. (2008). The myth of the stages of dying, death and grief. *Skeptic*, 14, 37-41.
- Fromm, E. (1994). *Kendini savunan insan* (Çev N Arat) İstanbul: Say Yayıncılık.
- Gizir, C.A. (2006). *Bir kayıp sonrasında zorluklar yaşayan üniversite öğrencilerine yönelik bir yas danışmanlığı modeli*. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi *Dergisi*, 2, Sayı 2, s. 195-213.
- Gürkan, S. L. (2010). *Dinler tarihinde şehitlik*. TDV *İslam Ansiklopedisi* 38, 431-433.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987) Romantic Love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychol* 52, 511-524
- Hemingway (2012). *Çanlar kimin için çalıyor* (Çev. E. Mutlu). İstanbul: Bilgi Yayınları.
- Herman, J. (1992). *Travma ve iyileşme*. İstanbul: Literetür Yayıncılık
- Herman, J. L. (2007). *Travma ve İyileşme: şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre*. (Çev.Tamer Tosun) İstanbul: Literatür yayıncılık
- Herman, J. L. (2007). *Travma ve İyileşme: şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre*. Tamer Tosun (çev.) İstanbul: Literatür yayıncılık
- Hocaoğlu, M.,Gönüllü, O. & Kamberyan, K.(2002). *TSSB tanısı gelişimi üzerine bir gözden geçirme*.*Düşünen adam*: 15(4), 210-214
- Horowitz, MJ., Siegel B., Holen A., Bonanno GA., Milbrath C., Stinson CH. (1997). *Diagnostic criteria for complicated grief disorder*, *Am J Psychiatry*, 154, 904-910. Horowitz, M. J. (2006). *Meditating on complicated grief disorder as a diagnosis*. *Omega*, 31(1), 87-89. J
- Jakops S (1999). *Trumatic Grief, Diagnosis, Treatment and Prevention*. Brunner/Mazel ine.
- Jandarma Genel Komutanlığı *Dergisi* (2000-135) Ankara
- Jenkis, B. M.(1975). *İnternational Terrorism* Los Angeles A new made of conlict.
- Jonof Bulman. R (1992) *Shotteder Osumptions Towards a New Psychology of trauma* Nevyork freepress.

- Kaynak, M. (2003). *Terör Bir Örtüdür. Enine Boyuna Programı* 9. 11.2003 Tarihli Yayın.
- Klein, M.(2009) *Yas tutmak ve manik depresif durumlarla ilişkisi* habip, B. (Ed) Sevgi,Suçluluk ve onarım (pp.259-278). İstanbul Yayıncılık
- Kocabaşoğlu, N. & Özdemir, S. (2005). *Yeni Symposium* 43 (4), 173-178.
- Kocabaşoğlu, N., Çorapçıoğlu-Özdemir, Yargıç, İ. & Geyran, P. (2005) Türkçe “PTSD Checklist - Civilian Version”(PCL-C) Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Yeni Symposium* 43 (3) 126-134.
- Korkmaz, G.,(1998). *Tanımı Sorunlu Bir Kavram: Terör. Polis Dergisi* 14.88-95
- Korkut, F. & Dean, O. (2008). *2008 yılı kadına yönelik aile iç şiddet raporu*. Ankara: KSGM /Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Köroğlu E.(1998). *Mentel Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM 1V; Amerikan psikiyatri birliği*. Ankara Hekimler yayın birliği
- Kübler Ross, E. (1969). *On death and dying*, New York: Macmillan Publishing Company.
- Lazarus Rs. Folkman S. (1984). *Stress Apraisal and Coping*, New York springer.
- Lindemann E.(1944) *Akut yasin semtomotolojisi ve yaklaşım* (cev. R. Uslu). *Kriz dergisi*. 1 (2), 98-103.
- Locke, J. (1999) *İnsan anlığı üzerine bir deneme* (Çev. V. Hacıkadiroğlu). İstanbul: Ara Yayıncılık.
- Malkinson R.(2009) *Bilişsel Yas Terapisi. Bir yakınıni kaybettikten sonra yaşamın anlamını yeniden yapılandırma*. (Çev: Akbaş SN). Boylam Psikiyatri Enstitüsü, Ankara: HYB Basım Yayın; s. 163-99.
- Malkinson, R. (2001). *Cognitive-behavioral therapy of grief: A review and application. Research on Social Work Practice*, 11(6), 671-698.
- Mango, A. (2005). *Türkiye'nin terör savaşı*. İstanbul: Doğan Kitap.
- Martin, T. L., & Doka, K. J. (2000). *Men don't cry. Women do: Transcending gender stereotypes of grief*. Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Mc Nally,R. I.(2003) *Remenbering Travma* Combridge, M. A. Belknop press.
- Önder, E.& Tural, Ü. (2004) *Travma sonrası stres bozukluğu tedavi klavuzu, Anksiyete bozuklukları tedavi klavuzu*. Ed. R. Tükel. Ankara Türk Psikiyatri Derneği
- Öztürk O., Uluşahin A.(2005) *Ruh Sağlığı Bozukluğu*. Ankara, Nobel tıp kitapevi.
- Paremen I. A. & Saakvitne K, W. (1995). *Travma and the thereopist*. New York W.W Norton.

- Parkes, C.M. (1972/ 1996). *Bereavement: Studies of grief in adult life* (1 st / 3 rd ed.). London: Routledge.
- Perolman Louria, A., & Saakvitne, Koren, W. (1995) Trauma and the therapist, Countertransference and Vicarious traumatization in psychotherapy With incest survivors. New York W.W. Norton XIX PP.45
- Rothaupt, J. & Becker, K. (2007). A literature review of Western bereavement theory: From Decathecting to Continuing Bonds. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families, Vol.15(1)*,. 6-15.
- Rubin, S.S., Malkinson, R. & Witztum, E. (2003) Trauma and bereavement; Conceptual and, clinical issues resalving a raund relotionnsship. *Death studies*.
- Shuchter, S. R., Zisook, S. (1993). The course of normal grief, In M. Stroebe, W. Stroebe, R.Hansson (eds.), *Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention* (pp. 23- 43), New York: Cambridge University Press
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies, 23*, 197-224.
- Stroebe, W., & Stroebe, M. S. (1987). *Bereavement and health*. Cambridge, England: Cambridge Univ. Press.
- Şuer, T. (2005) *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri*. Sempozyum Dizisi 47, 205-210.
- Tacar, Y.P.(1999) *Terör ve demokrasi*. Ankara Bilgi Yayınevi.
- Taylor, G.J.(1992). Is Alexithymia And SomaticComplaints Psychiatric Out Patients”, *Journal of Psychosomatic Research,36(5)*, 417-424
- TBMM İnsan Hakları Komisyon Raporu (2013)
- Tolstoy (2003) *Savaş ve barış* (Çev. L. Saykuk) İstanbul: İletişim Yayınları
- Türk Dil Kurumu Türkçe sözlük, 1983:1159-1177
- Türksoy, N.(2003) *Psikolojik travma sorunları psikolojik travma ve sonuçları* . Ed.t.Aker ve M.E.Önder. İstanbul sus yayıları.
- Vander Kolk, B.A.(1997). The psychobiology of postrvmatik stress disorder j clin psychiaty. 58 (9):16-24
- Veerman, A. L.& Ganzevoort, R.R.(2001) Communities Coping With Collective Trauma, Paper presented at the Conference of the IAPR,sSoesterberg, Netherlands.
- Vigil, J.M. & Brophy, S. (2012). trustworthiness processing and psychobiological responses to natural disaster-induced distress in adolescents, *Journal of Aggression, Maltreatment& Trauma, 21(4)*, 385-402

- Volkan, V. D. & Zintl, E. (2010). *Gidenin Ardından*, (Çev. Işıl Vahip ve Müge Kocadere) İstanbul OA yayınları
- Volkan, V.D. (1985) Complicated mourning. *Annual of psychoanalysis*, 12: 323-348.
- Vurmay, Miray H.(2005) , *Tanımlanamayan terör*. Cumhuriyet stratejisi . s. 13.
- Walsh, R.A. & McElwain, B. (2001). *Existential Psychotherapies*. Ed. D.J. Cain ve J.Seeman. *Humanistic Psychetherapies: Handbook of research an practice*. Washington DC: Amerikan Psychological Association
- Weiss, R.S. (2001). Grief, bonds, and relationships. In Stroebe, M.S., Hansson, R.O., Stroebe, W., ve Schut H. (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (ss. 47-62). Washington, DC: APA.
- Worden, J. (1983) *Grief cunseling and Grief Therapy. A Handbook fort he Mental Health Practitioner*. Secand edition. London. Springer Publishing Company.
- Worden, J. W. (2003). *Grief counseling and grief therapy: A handbook fort he mental health practitioner*. (3rd ed.). New York: Brunner-Routledge (Original work published 1982).
- Wortman, C. M., & Silver, R. (1989). The myth of coping with loss. *Journal of Consulting Clinical Psychology*, 57, 349-359.
- Yalom, I. (1989). *Love's executioner*. New York: Basic Books.Hortwitz,M.J. (2006) *Meditating on complicated grief disorder as a diagnosis*. *Omega*,31(1).87-89
- Yaman, A. (2009). Savaş, *TDV İslam Ansiklopedisi*, 36, 189-194.
- Yaman. E. (2009). *Yönetim psikolojisi açısından işyerinde psiko şiddet- Mobbing*. Ankara: Nobel yayınları
- Yaşın, K.G.(2005). Terörün Kullanımı. *Cumhuriyet Stratejisi 4*
- Yazgan, B. (2012). *Kişilik Kuramları* Ankara: Pegem Akademi.

8. EKLER

Ek 1. Anket Formu ve Ölçekler

Bu anket Çağ Üniversitesi psikoloji ana bilim dalı yüksek lisans öğrencisi Ethem SARI tarafından Prof. Dr. Asım YAPICI kontrolünde yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı Şehit ailelerimizin yas, duygulanım şiddeti ve sosyal durumlarındaki değişikliği sosyo demografik özelliklere göre incelemektir. Bu çalışma bilimsel bir çalışmadır bu nedenle bilgiler gizli tutulacaktır. Katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

- 1-Cinsiyetiniz a) Kadın b) Erkek
- 2-Yaşınız?
- 3-Şehidimizle yakınlığınız
a) annesi b) babası c) eşi d)kardeşi e) diğer
- 4-Eğitim durumunuz
a) ilkokul b) ortaokul c) lise d) üniversite
- 5-Ailenin Ekonomik durumunu nasıl belirlersiniz?
a) Ortanın altı b) Orta c) Ortanın üstü
- 6-Şehidimizden bu tarafa geçen süre
- 7-Çevreniz size destek sağlıyor mu? a) evet b) hayır
- 8-Cevabınız evet ise sosyal destek kaynağınız
a)aile b) komşular c)arkadaşlar
d)akrabalar e) sosyal yardımlaşma ve dayanışma vakfı
- 9-Antidepresan kullanıyor musunuz? a) hayır b) evet
(ismi))
- 10-Gazete ve televizyonlarda çıkan savaş ve terör haberlerinden etkilenir misiniz ?
a) Etkilenmem b) az etkilenirim c) etkilenirim d) çok etkilenirim
- 11-Şehidin arkasından yaşanan yas ne kadar devam etti
- 12-Yas sürecindeki sıkıntılarla başa çıkarken inancınızdan destek aldınız mı?
a) Hiç destek almadım b) biraz destek aldım c) destek aldım d) çok destek aldım

YAS ÖLÇEĞİ

Aşağıda yasla ilgili tutum ve davranış ifadeleri bulunmaktadır. **Genel olarak bir yakınınızı kaybettiğinizde nasıl davrandığınızı, neler düşündüğünüzü ve neler hissettiğinizi anlatan aşağıdaki ifadelerin** size uygunluk derecesini belirtmeniz istenmektedir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. İfadeler, “**Her zaman (5), Sık sık (4), Ara sıra (3), Nadiren (2), Hiçbiri zaman (1)**” karşılığındadır. Her ifadeyi ilişkin beş seçenekten yalnız birini işaretlemeniz ve cevapsız bırakmamanız gerekmektedir. Lütfen her ifadeyi cevaplayınız.

Elde edilen bilgiler sadece bu araştırmada kullanılacaktır. Envanterin doldurulmasında gerekli özeni göstereceğinizi umar, katkılarınız için teşekkür ederim.

Ethem SARI

İfadeler	Her zaman	Sık sık	Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
1) Aklıma geldikçe ağlıyorum.	()	()	()	()	()
2) Sabırsız ve hoşgörüsüz biri oldum.	()	()	()	()	()
3) Uyku düzenim bozuldu.	()	()	()	()	()
4) Geceleri aklıma gelince kabuslar görüyorum.	()	()	()	()	()
5) Kendimi yorgun ve güçsüz hissediyorum.	()	()	()	()	()
6) Sigara, alkol vb. kullanmaya başladım.	()	()	()	()	()
7) Onu kaybetmemiş gibi davranıyorum.	()	()	()	()	()
8) Boşluğunu dolduracak kişiler arıyorum.	()	()	()	()	()
9) İçine kapanık biri oldum.	()	()	()	()	()
10) Eşyaları ve hatıraları ile teselli buluyorum.	()	()	()	()	()
11) Hayatıma kaldığım yerden devam ediyorum.	()	()	()	()	()
12) Kendimi ölüme hazırlıyorum.	()	()	()	()	()
13) Kendi ayaklarım üzerinde durmaya	()	()	()	()	()

başladım.

14) Onun sevdiği şeyleri yapıyorum. () () () () ()

15) Psikolojik tedavi görüyorum. () () () () ()

16) Hayatın sadece yaşamdan ibaret olmadığını, kaybın da yaşam kadar gerçek olduğunu anladım. () () () () ()

17) Yas tutarak onu geri getiremeyeceğimi biliyorum. () () () () ()

18) Onun her zaman benimle birlikte olduğuna inanıyorum. () () () () ()

19) Sürekli onu düşünmekten günlük işlerimi aksatıyorum. () () () () ()

20) Sanki bir gün gelecekmiş gibi hissediyorum. () () () () ()

21) Kimseyi incitmemeye çalışıyorum. () () () () ()

22) Hayatın anlamsız olduğunu düşünüyorum. () () () () ()

23) Yaşadıklarımın sonra aynı olayla karşı karşıya kalan kişileri daha iyi anlıyorum. () () () () ()

24) Hayata bakış açım değişti. () () () () ()

25) Bir daha mutlu olamayacağımı hissediyorum. () () () () ()

26) Beni aniden bırakıp gitmesini hazmedemiyorum. () () () () ()

27) Duygularımı ifade etmekte zorluk çekiyorum. () () () () ()

28) Kendimi yalnız hissediyorum. () () () () ()

29) Ne zaman eğlenmek istesem kedimi huzursuz hissediyorum. () () () () ()

30) Onsuz daha fazla yaşamak istemiyorum. () () () () ()

31) Bu acıya daha fazla dayanacağımı () () () () ()

zannetmiyorum.

32) Kaybıyla tüm umutlarım söndü. () () () () ()

33) Onu unutmak için eğlenceli şeyler () () () () ()

yapıyorum.

34) Güven duygumu kaybettim. () () () () ()

35) Kendimi ona karşı suçlu () () () () ()

hissediyorum.

Kırmızı ile belirtilen maddeler (1-5) Fiziksel alt boyuta ait (en yüksek puan 25 en düşük puan ise 5'dir).

Sarı ile belirtilen maddeler (6-15) Duygusal alt boyuta ait (en yüksek puan 75 en düşük puan ise 10'dur).

Yeşil ile belirtilen maddeler (16-25) Bilişsel alt boyuta ait (en yüksek puan 75 en düşük puan ise 10'dur).

Mavi ile belirtilen maddeler (26-35) Davranışsal alt boyuta ait(en yüksek puan 75 en düşük puan ise 10'dur).

Her alt boyutu kendi içinde değerlendireceğiniz gibi toplam puanlamada kişinin yasa karşı tutumunu da belirleyebilirsiniz. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 35 en yüksek puan ise 175'dir.

DUYGULANIM ŞİDDET VE SOSYAL BOZULMA ÖLÇEĞİ (DŞSBÖ)

I. Bu sorular, aşağıdaki duygulardan herhangi birinin bugünlerde bulunup bulunmadığını ve eğer var ise sizin için bu duyguların ne kadar şiddetli olduğunu belirtmeniz içindir: Lütfen soruları (a) dan (f) ye kadar işaretleyiniz: 0- Yok 1-

Hafif	2- Orta	3- Şiddetli				
			(a) Ümitsizlik ve çaresizlik duyguları	0	1	2
	3					
			(b) Her zamanki ile karşılaştırıldığında kendinizi daha az düşünme	0	1	
	2	3				
			(c) Bir birey olarak daha az değerli olduğunuzu düşünme	0	1	
	2	3				
			(d) Kendini eleştirme ya da kendinize insafsızca davranma	0	1	
	2	3				
			(e) Genel olarak olaylar hakkında kötümser hissetme	0	1	2
		3				
			(f) Çökkün, üzgün ya da neşesiz hissetme	0	1	
	2	3				

II. Aşağıdaki sorular sizin nasıl işlev görmekte olduğunuzu anlamamıza yardımcı olacaktır. Lütfen geçen haftayı genel olarak nasıl geçirdiğinizi belirtiniz.

1. İŞ YAPAMAMA

Duygu haliniz nedeni ile işinizden çok kaldınız mı? (Ücretli bir işte çalışmıyorsanız, evde iş yapmakta ne kadar zorlandığınızı belirtiniz). Eğer hastanede yatıyorsanız, bugünlerde evde çalışma yetinizin ne kadar olabileceğini tahmin ederek belirtiniz.

0. Her zamanki kadar uzun süre ve güçte çalıştım.

1. İşlerimden bazılarını yapamadım.

2. İşlerimin çoğunu yapamadım.

3. Hiç iş yapamadım.

2. ÇABA

Duygu haliniz nedeni ile bugünlerde çalışmak sizin için ne kadar zordur? (Çalışmaya karşı istek ya da ilginizi değil, gerçek gücünüzü düşünün. Aynı şekilde eğer hastanede iseniz, ne kadar çaba harcamanız gerekebileceğini tahmin ederek belirtiniz.

0. İşimi yapmak için çaba harcamam gerekmedi.

1. İşimi yapmak için bazen çaba harcamam gerekti.
2. İşimi yapmak için sıklıkla çaba harcamam gerekti.
3. İşimi yapmak için sürekli çaba harcamam gerekti.

3. GEREKSİNİM DUYULAN YARDIM MİKTARI

Bugünlerde araba kullanmak, alışveriş yapmak, ev işi ve iş gibi günlük olağan işlerinizde diğer insanlardan daha fazla yardım alma gereksiniminiz oldu mu?

0. Her zaman gerekenden daha fazla yardım gerekmedi.
1. Her zamankinden biraz daha fazla yardım gerekti.
2. Her zamankinden oldukça fazla yardım gerekti.
3. Hemen hemen her şey için yardım gerekti.

4. BOŞ ZAMAN GEÇİRME VE İLGİLER

Bugünlerde her zamanki boş zaman ya da ilgi etkinliklerinizi azalttınız ya da tamamen durdurdunuz mu? (Örneğin televizyon seyretmek, spor yapmak, alışveriş yapmak)

0. Bu etkinlikler için harcadığım zamanda değişiklik olmadı.
1. Bu etkinlikler için her zamankinden biraz daha az zaman harcadım.
2. Bu etkinlikler için her zamankinden oldukça daha az zaman harcadım.
3. Bu etkinlikler için her zamanki ile karşılaştırıldığında hemen hemen hiç zaman harcamadım.

5. ARKADAŞ VE KOMŞULARLA GEÇİRİLEN ZAMAN

Bugünlerde her zamanki sosyal ilişkilerinizden herhangi birini azalttınız ya da durdurdunuz mu? (Aslında yapmayı düşündüğünüzden çok, gerçek sosyal ilişkinizi değerlendiriniz.)

0. Sosyal ilişki için harcadığım zamanın miktarında bir değişiklik olmadı.
1. Sosyal ilişki için her zaman harcadığımdan biraz daha az zaman harcadım.
2. Sosyal ilişki için her zaman harcadığımdan oldukça az zaman harcadım.
3. Sosyal ilişki için her zamanki ile karşılaştırıldığında hemen hemen hiç zaman harcamadım.

DEĞERLENDİRME:

Duygudurum Alt Ölçeği: Ia- If maddeleri

Sosyal Bozulma Alt Ölçeği: II. 1-5

Toplam Ölçek Puanı: Duygudurum ve Sosyal Bozulma alt ölçeklerinden alınan puanların Toplamı 1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla
5. Aşırı

PTSB SORU LİSTESİ – SİVİL VERSİYONU

Yönerge: Aşağıda, stres veren olayların ardından bazı insanlarda ortaya çıkabilen yakınma ve sorunlar bulunmaktadır. Lütfen dikkatli biçimde okuyun ve son bir ay içinde bu sorunun sizi ne derece rahatsız ettiğini belirtmek üzere uygun seçeneği işaretleyin.

1. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayla ilişkili, rahatsız verecek şekilde tekrarlayarak zihninizde canlanan anılar, düşünceler ya da görüntüler oldu mu?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

2. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayla ilişkili, rahatsız verecek şekilde tekrarlayan rüyalarınız var mı?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

3. Aniden geçmişte yaşadığınız olumsuz ve zorlayıcı olayı hatırlayarak sanki yeniden yaşıyorsunuz hissine kapıldığınız ve davrandığınız oluyor mu?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

4. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayı hatırlatan konuşma, ortam ve kişiler ve de duygular sizde mutsuzluk, üzüntü ve alt üst olma duygusu yaşıyor mu?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

5. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayı hatırlatan konuşma, ortam ve kişi vb. benzeşen uyarılarla karşılaştığınızda kalp çarpıntısı, terleme, nefes darlığı, titreme, uyuşma, ağrı vb. bedensel tepkileriniz ortaya çıkar mı?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

6. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olay hakkında konuşmaktan, düşünmekten kaçınır, olayı hatırlatan duygulardan uzak durur musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

7. Size geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayı hatırlattığı için bazı

kişilerden, ortamlardan ve eylemlerden kaçınır ve uzak durur musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

8. Geçmişte yaşamış olduğunuz olumsuz ve zorlayıcı olayın bazı bölümlerini hatırlamakta zorlanır mısınız? Olaylar arasında bağlantıları kurmada zorlandığınız boşluklar var mı?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

9. Eskiden hoşlanarak yapmakta olduğunuz etkinliklere olan ilginizi kaybettiniz mi?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

10. Kendinizi diğer insanlardan uzak ve ayrı hissediyor musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

11. Kendinizi duygusal açıdan donuklaşmış, yakınlarına ve olaylara karşı sevinme, üzülmeye ve ağlama duygularınız uyuşmuş gibi hissettiğiniz oluyor mu?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

12. Geleceği plânlamanın anlamsız ve boş olduğunu hissediyor musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

13. Uykuya dalma ve sürdürme güçlüğü var mı?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

14. Kendinizin gergin, tahammülsüz, sinirli ve çabuk öfkelenen biri olduğunuzu hissediyor musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

15. Dikkatinizi toparlamada ve sürdürmede bir güçlüğü oldu mu?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

16. Kendinizi aşırı derecede gergin, her an olumsuz bir şey olacağı hissi ile tetikte ve diken üstünde hissediyor musunuz?

1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

17. Çevreden gelen uyarılara abartılı tepkiler gösterdiğiniz, kolaylıkla irkildiğiniz ve sıçradığınız oluyor mu?


1. Hiç 2. Çok az 3. Orta derecede 4. Oldukça fazla 5. Aşırı

Ek 2. Etik Kurul Onayı

Ek 3: İzinler

Posta - ethemsari33@hotmail.com Page 1 of 1

Re: yas ölçeği

SB seher balcyfxxxxxxxxxxxxxx <balseher@yahoo.com>  Yanıtla |
10.2 (Cum), 16:49
Siz

YAS ÖLÇEĞİ.doc
50 KB

[İndir](#) [OneDrive - Kişisel kütümüne kaydet](#)

Ethem Merhaba
ölçeği gönderiyorum iyi çalışmalar
Prof. Dr. Seher BALGI ÇELİK

From: ethem sarı <ethemsari33@hotmail.com>
To: "balseher@yahoo.com" <balseher@yahoo.com>
Sent: Monday, February 6, 2017 5:34 PM
Subject: yas ölçeği

sayın hocam sizden yas ölçeğini talep etmiştim müsait olmadığınız için gönderememiştiniz. müsaitseniz gönderebilirsiniz teşekkürler

<https://outlook.live.com/owa/?path=/mail/inbox/rp> 29.09.2017

T.C.
TARSUS KAYMAKAMLIĞI
İlçe Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı :58493829-492-Cromantik
Konu :Dilekçeniz Hk.(Ethem SARI)

26 -07- 2017

Sın Ethem SARI
Mersin İl Millî Eğitim Müdürlüğü
Eğitim Uzmanı

Kaymakamlığımıza sunmuş olduğunuz 23.01.2017 tarihli dilekçede; Çağ Üniversitesi Tezli Yüksek Lisans öğrencisi olduğunuz belirtilerek, tez çalışmalarında ilçemizdeki şehit ailelerine anket ve ölçekleri uygulaması yapmak için tarafınıza gerekli iznin verilmesi talep edilmiştir.

Kızılören Mah. Adana Cad. Hükümet Köşkü 33400
Telefon No: (324)614 20 29 Faks No: (324)614 20 29
e-Posta: tarsus@kilis.gov.tr İnternet Adresi: <http://www.tarsus.gov.tr>

Bilgi için: Ayşe KÖSSAL
BELGİBAYAR İŞLETMENİ
Telefon No

9. ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı soyadı : Ethem SARI

Doğum yer : Pozantı

Doğum tarihi : 25. 02,1958

Medeni hali : Evli

Adresi : Yeşilyurt mah. Asım Uslu cad. Cevdet verdi sitesi C blok kat 5 no 11

Tarsus

Telefon : 05336527617 ethemsari33@hotmail.com

EĞİTİM BİLGİLERİ

2016-2017 Çağ üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü Psikoloji ana bilim dalı tezli yüksek lisans tez aşaması) öğrenci

1992-1993 Eskişehir Anadolu üniversitesi Biyoloji lisans tamamlama

1977-1978 Adana E.E FKB

1974-1975 Tarsus lisesi

KURS VE SERTİFİKA BİLGİLERİ

İngilizce B1 ve B2 düzeyi

Bilgisayar Kullanımı

Eğitim ve öğretim alanında eğitim ve yönetim ile ilgili kurslar ve seminerler

Ortaöğretim, Mesleki eğitim, engellileri eğitimi ve okul öncesi eğitimi ile ilgili

Almanya Fransa, İtalya ve Avusturya çalışmaları

YAPTIĞI GÖREVLER

Muş Bulanık Karaağıl Ortaokulu Fen Bilgisi öğretmenliği

Muş Bulanık Karaağıl Yıbo Müdürlüğü

Mersin Silifke Kırobası O. O Müdürlüğü

Mersin Tarsus Karadiken O.O Müdürlüğü

Mersin Tarsus Kurtuluş İlköğretim Okulu Müdürlüğü

Mersin Tarsus Abdulkerim Bengi Anadolu lisesi Müdürlüğü

Mersin Tarsus İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Mersin Çamlıyayla İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Mersin Aydıncık ilçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Hatay Kumlu ilçe milli eğitim müdürlüğü

Kırıkkale Keskin İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Mersin Milli Eğitim Müdür Yardımcılığı

Mersin Milli eğitim Müdürlüğü Eğitim uzmanlığı

19.5.2017 tarihi itibaren emekli

