

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGEN YAS ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ VE
PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Merve PUL

İstanbul

Ocak - 2025

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGEN YAS ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ VE
PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Merve PUL

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN

İstanbul

Ocak – 2025

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN

Üye Doç. Dr. Besra TAŞ BOLAT

Üye Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Ergen Yas Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Merve PUL

ÖN SÖZ

Bazen bir cümleye başlamak ne kadar da zor olabiliyor. Hele de sözünü edeceğimiz şey bir kaybı anlatıyorsa... Üstelik bu kayıp geri dönülmez bir kayıpsa... Şimdi nerede okuduğumu hatırlayamadığım “Ölüm bir hayatı sona erdirebiliyor ancak bir ilişkiyi bitiremiyor.” cümlesinde benim bu çalışmaya başlamamın duygusal sebepleri mevcut. Okuyacağınız bu çalışma ergenlerle çalışırken kullanılacak bir yas ölçeği geliştirmek ve söz konusu ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yalom’un da söylediği gibi “Yas, sevme cesaretini gösterenlerin ödediği bedeldir.” Öyle ya da böyle hepimiz bu bedeli öderiz, ölüm evrensel bir deneyimdir. Bizler hayat boyu sevdiğimizimizin yasını tutarız. Her ne kadar yas tutma biçimlerimiz birbirinden farklı olsa da acı çekiyor olmak, sevdiğimiz birini kaybetmek bizi bu deneyimle birbirimize bağlar. Afrika asıllı bir atasözünde “Bir çocuğu büyütmek için bir köye ihtiyaç vardır.” denir. Tıpkı bir tezin yazılmasında ve son şeklini almasında birçok insanın desteğine ihtiyaç duyulması gibi...

Bu çalışmanın her aşamasında değerli bilgi birikimi ve deneyimiyle yolumu aydınlatan, hayatta zorlanmadan bir şey olmadığını bana sıklıkla hatırlatan, manevi desteğini esirgemeyen, soğukkanlı ve çözüm odaklı tutumuyla süreci benim için daha kolay bir hale getiren ve yas çalışmam konusunda beni cesaretlendiren değerli hocam, tez danışmanım; Sayın Dr. Öğr. Üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN’e,

Şimdi hayatta olmayan ancak ondan duyduğum son sözler olan “Bir gün seni mutlaka burada görmek istiyorum.” diyerek yüksek lisans yapmam konusunda bana ilham olan biricik hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Şirin YATKIN’a,

Ölçek geliştirme sürecinde uzman görüşlerini benimle paylaşarak geliştirdiğim ölçeğe büyük katkılar sunan değerli hocalarım Sayın Doç. Dr. Levent YAYCI’ya, Sayın Doç. Dr. Tuğba TÜRK KURTÇA’ya, Sayın Dr. Öğr. Üyesi Selda KARADENİZ ÖZBEK’e, Sayın Dr. Öğr. Üyesi Yeliz TİRYAKİ GÖKSU’ya, Sayın Dr. Öğr. Üyesi Osman HATUN’a, Sayın Dr. Öğr. Üyesi Hatun SEVGİ YALIN’a, Sayın Dr. Öğr. Üyesi Neslihan YAMAN’a, Sayın Dr. Gülay KALKAN’a,

Veri toplama aşamasında uygulama yaptığım Bağcılar Gazi Anadolu Lisesi, Bağcılar Münirtnaztepe Anadolu Lisesi, Dündar Uçar Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Alaattin-Nilüfer Kadayıfciöglu Kız Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Bağcılar Anadolu İmam Hatip Lisesi, Hayreddin Karaman Kız Anadolu İmam Hatip Lisesi idarecilerine, öğrencilerine ve psikolojik danışmanlarına,

Ölçeğin öğrencilere uygulanma aşamasında en az benim kadar bu işi sahiplenen ve tüm destekleyici tavrıyla her zaman yanımda olan yol arkadaşım Furkan KORUDİBİ'ye, ihtiyaç duyduğum her anda destek isteyebildiğim okulumuz bilişim öğretmeni Sayın Mücahit DOĞAR'a, tezimi baştan aşağıya okuyarak değerli geribildirimlerini benimle paylaşan sevgili arkadaşım Hande AYGÜN'e, teknolojik konular söz konusu olduğunda benim için akla gelen ilk isim olan hem arkadaşım hem meslektaşım sevgili Beyza Nur USLU'ya ve destekleri için okulumuz İngilizce öğretmeni Sayın Mehmet BILDIRCIN'a,

Bununla birlikte bu çalışma boyunca uygulama süreçlerinde bana destek olan tüm öğretmen arkadaşlarıma ve çok sevgili öğrencilerime,

Zorlayıcı bir hayat yaşamasına rağmen yaşam enerjisine hayran olduğum annem Müzeyyen PUL'a, kendimi hatırladığım günden beri çocuklarımin her biri iyi bir eğitim alabilsin diye gecesini gündüzüne katarak çalışan sevgili babam Yaşar PUL'a, bana ablalığı tattıran ve sürekli hayatın zorlayıcı taraflarını kabul etmeyle ilgili nutuklar attıran sevgili kardeşim İbrahim PUL'a, başarılı olacağıma dair bana sonsuz bir güven duyan ve bunu her zorlandığımda bana hissettiren sevgili ablam Buket ERDEM'e ve ona daha iyi bir dünya bırakma isteğiyle çalışma motivasyonumu arttıran biricik yeğenim İpekkuş'a teşekkürlerimi sunarım...

İthaf: Hayatlarının baharında bu dünyadan uğurlamak zorunda kaldığımız sevgili öğrencilerim Ömercan KARAARSLAN ve Uğur Taha DAŞTAN'ın anısına saygıyla... Daima bizimlesiniz... 9 yıl önce aramızdan ayrılan usta sanatçı Kayahan'ın da söylediği gibi "Yolu sevgiden geçen herkesle bir gün, bir yerde buluşuruz." Bir gün yeniden buluşabilmek dileğiyle...

Merve PUL

Ocak – 2025

ÖZET

ERGEN YAS ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ VE PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

Merve PUL

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN

Ocak, 2025 - 109 Sayfa

Bu çalışmanın amacı, ergenlerin yas durumlarını ölçmek için kültüre özgü, geçerli ve güvenilir bir yas ölçeği geliştirmektir. Ölçek geliştirme sürecinde öncelikle 308 öğrenciden yasla ilgili bir kompozisyon yazmaları istenmiş, yazılan kompozisyonlar ve literatürdeki bilgiler göz önünde bulundurularak 46 maddeli taslak hazırlanmıştır. Bu maddeler, alanında uzman 11 kişinin görüşüne sunulmuş, uygun bulunmayan 9 madde çıkarılmıştır. Kalan sorularda gerekli düzeltmeler yapılmış, 37 maddelik form 346 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için AFA, faktör yapısını test etmek içinse DFA yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik incelenerek uygun olmayan maddeler elenmiş ve nihai olarak 20 maddelik “Değişen Yaşam Kalitesi” ve “Duygu ve Düşünceler” adı verilen iki alt boyutu olan beşli Likert tipi bir ölçek olarak son halini almış ve “Ergen Yas Ölçeği” olarak adlandırılmıştır.

Veriler 2023-2024 ve 2024-2025 eğitim yılında toplanmıştır. Araştırmanın test tekrar test uygulamasında 86 öğrenciden, ölçüt geçerliği ve demografik değişkenler açısından inceleme aşamalarında ise 1522 öğrenciden veri toplanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .97 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği için yapılan analiz sonucunda, ölçeğin toplam puanı için test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri ile yapılan ölçüt geçerliği analizinde ise iki ölçeğin toplam puanları arasında yüksek ve anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bu bulgular, Ergen Yas Ölçeğinin ergenlerin yas deneyimlerini ölçmek için güvenilir ve geçerli bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen

yas puanları ile demografik (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü ve ebeveynlerin eğitim durumu vb.) değişkenler arasındaki ilişkiler de incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik Dönemi, Kayıp, Yas, Ölüm.



ABSTRACT

DEVELOPMENT OF THE ADOLESCENT GRIEF SCALE AND EXAMINING ITS PSYCHOMETRIC FEATURES

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Fazilet YAVUZ BİRBEN

January, 2025 - 109 Pages

The purpose of this study is to develop a culturally specific, valid, and reliable grief scale for measuring adolescents' experiences with grief. In the scale development process, 308 students were initially asked to write an essay about grief. Using these essays and insights from the literature, a 46-item draft scale was created. The items were then reviewed by 11 experts, resulting in the removal of 9 items deemed unsuitable. Necessary revisions were made to the remaining items, and a 37-item version of the scale was administered to 346 students. Exploratory Factor Analysis (EFA) was conducted for construct validity, and Confirmatory Factor Analysis (CFA) was performed to test the factor structure. Based on the analyses, inappropriate items were removed, and the scale was finalized as a 20-item, five-point Likert scale with two subdimensions named “Changing Quality of Life” and “Emotions and Thoughts,” referred to as the “Adolescent Grief Scale.”

Data were collected during the 2023–2024 and 2024–2025 academic years. For test-retest reliability, data were obtained from 86 students, while 1,522 students provided data for criterion validity and analyses of demographic variables. The internal consistency coefficient of the scale was calculated as .97 for the total score based on factor analysis. Test-retest reliability analysis yielded a reliability coefficient of .85 for the total score. Criterion validity analysis, conducted using the Texas Revised Inventory of Grief, revealed a strong and significant relationship between the total scores of both scales. These findings demonstrate that the Adolescent Grief Scale is a reliable and valid tool for assessing grief experiences in adolescents. Additionally, relationships between grief scores and demographic variables such as gender, grade level, school type, and parental education level were examined in line with the research objectives.

Keywords: Adolescence, Lost, Grief, Death.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiv

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ	1
1.1. Problem	2
1.2. Amaç	6
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Varsayımlar	8
1.5. Sınırlılıklar.....	8
1.6. Tanımlar	9

İKİNCİ BÖLÜM

TEORİK ÇERÇEVE	10
2.1. Kayıp, Matem ve Yas	10
2.2. Yas Kavramına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar.....	11
2.3. Yas Kavramına İlişkin Modeller	15
2.3.1. İkili Süreç Modeli	15
2.3.2. İki Eksenli Yas Modeli	16

2.4. Yasın Aşamaları	18
2.5. Kayıp ve Yas Stilleri	20
2.6. Yas Türleri.....	22
2.6.1. Normal Yas	23
2.6.2. Komplike Yas	24
2.6.3. Travmatik Yas.....	24
2.7. Yas Sürecini Etkileyen Faktörler	25
2.8. Kayıp ve Yas Tepkileri.....	27
2.8.1. Bilişsel Tepkiler.....	27
2.8.2. Davranışsal Tepkiler	28
2.8.3. Duygusal Tepkiler.....	28
2.8.4. Fiziksel Tepkiler	29
2.9. Ergenlik Dönemi Kuramsal Yaklaşımlar	29
2.9.1. Biyolojik Yaklaşım	29
2.9.2. Psikoanalitik Yaklaşım	31
2.9.3. Erikson'un Kuramı	32
2.10. Gelişim Dönemleri ve Ölüm Algısı.....	33
2.10.1. Bebeklik Dönemi ve Ölüm Algısı	34
2.10.2. Çocukluk Dönemi ve Ölüm Algısı	35
2.10.3. Ergenlik Dönemi ve Ölüm Algısı	37
2.10.4. Yetişkinlik Dönemi ve Ölüm Algısı	39
2.10.5. Yaşlılık Dönemi ve Ölüm Algısı	40
2.11. Kayıpla ve Yasla İlgili Değişen Düşünceler	42
2.12. Kopan Bağlar ve Devam Eden Bağlar	44
2.13. Ergenlerde Yas Konulu Araştırmalar	45
2.13.1. Yurtdışında Ergenlerde Yas Konulu Yapılan Araştırmalar	45
2.13.2. Türkiye'de Ergenlerde Yas Konulu Yapılan Çalışmalar	47

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	50
3.1. Çalışma Yöntemi	50
3.2. İşlem	50
3.3. Çalışma Grupları	51
3.3.1. Birinci Aşama Veri Toplama	51

3.3.2. İkinci Aşama Veri Toplama.....	52
3.3.3. Üçüncü Aşama Veri Toplama.....	52
3.3.4. Dördüncü Aşama Veri Toplama	53
3.4. Ölçeğin Geliştirilmesiyle İlgili Çalışmalar.....	54
3.5. Veri Toplama Araçları.....	56
3.5.1. Demografik Bilgi Formu	56
3.5.2. Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri (TDYE).....	56
3.5.3. EPOCH (Ergenler için Beş Faktörlü İyi Oluş) Ölçeği.....	57
3.6. Verilerin Toplanması ve Etik	58
3.7. Verilerin Analizi.....	59

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI..... 61

4.1. Ergen Yas Ölçeği'nin Yapı Geçerliği.....	61
4.1.1. Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	61
4.1.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	63
4.1.3. Madde Analizi ve Güvenirlik	65
4.1.4. Test-Tekrar Test Geçerliği.....	68
4.1.5. Ölçüt Bağımlı Geçerlik.....	68
4.2. Ergen Yas Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi	71
4.2.1. Ergenlerde Yas ve Cinsiyet.....	71
4.2.2. Ergenlerde Yas ve Okul Türü	71
4.2.3. Ergenlerde Yas ve Sınıf Düzeyi.....	72
4.2.4. Ergenlerde Yas ve Anne Eğitim Düzeyi.....	73
4.2.5. Ergenlerde Yas ve Baba Eğitim Düzeyi	74
4.2.6. Ergenlerde Yas ve Arkadaş Kaybı.....	75
4.2.7. Ergenlerde Yas ve Aile Bireyi Kaybı	76

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME 78

5.1. Ergen Yas Ölçeği'nden (EYÖ) Elde Edilen Bulguların Tartışma ve Yorumu 78	
---	--

5.2. Ergen Yas Ölçeği'nden (EYÖ) Elde Edilen Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından Tartışma ve Yorumu	79
5.3. Öneriler.....	85
KAYNAKÇA	86
EKLER.....	102
ÖZGEÇMİŞ.....	109



TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1: Araştırmacıların Farklı Türdeki Yas Sınıflamaları.....	22
Tablo 2.2: Gelişim Dönemleri Yaş Aralıkları.....	33
Tablo 3.1: Katılımcı Grupların Demografik Özellikleri	54
Tablo 4.1: Ergen Yas Ölçeği'nin Faktör Yapısı ve Faktör Yükleri (N = 346)	63
Tablo 4.11: Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi	74



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1: Yamaç Birikinti Grafiği	62
Şekil 4.2: Ergen Yas Ölçeği'nin Madde Faktör Yükleri (N= 346)	64
Şekil 4.3: Ergen Yas Ölçeği'nin Madde Faktör Yükleri (N= 1522)	65



KISALTMALAR LİSTESİ

AFA	: Açımlayıcı Faktör Analizi
Akt	: Aktaran
AL	: Anadolu Lisesi
Çev	: Çeviren
DD	: Duygu ve Düşünceler
DFA	: Doğrulamalı Faktör Analizi
DYK	: Değişen Yaşam Kalitesi
Ed	: Editör
EPOCH	: Engagement (Bağlılık), Perseverance (Kararlılık), Optimism (İyimserlik), Connectedness (İlişkililik), Happiness (Mutluluk)
EYÖ	: Ergen Yas Ölçeği
İHL	: İmam Hatip Lisesi
ML	: Meslek Lisesi
TDK	: Türk Dil Kurumu
TDYE	: Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi)
MEM	: Milli Eğitim Müdürlüğü
vd	: Ve Diğerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Hayat, başlangıcı ve bitişi olan bir yolculuktur. Doğumla başlayan bu yolculuk ölümle birlikte sona erer. Ölüm, insan hayatının kaçınılmaz bir gerçeği ve herkesin bir gün karşılaştığı bir yaşam deneyimidir. İnsanların büyük bir kısmı hayatlarının farklı dönemlerinde sevdiklerinin veya yakınlarının ölümüyle karşı karşıya kalmaktadırlar. Oldukça yaygın olan bu yaşam deneyimi yaşamın doğal bir parçası olmasına rağmen, geri dönülmez bir kayba neden olduğu için insanların hayatındaki en acı verici ve zorlu anlardan biridir ve bireylerde derin bir etki bırakır (Abi-Hashem, 2017; Yıldız-Önal ve Köseoğlu, 2021). Ölüm karşısında hissedilen derin hüznün, kayıp ve boşluk duyguları, birçok kişinin içsel dünyasını sarsar ve bireylerin yas yaşamasına neden olabilir. Yas, bireyin geri dönülmez bir kayba verdiği evrensel bir tepki ve bilişsel, duyuşsal, fiziksel ve davranışsal düzeyde deneyimlediği çok boyutlu bir duygudur (Gizir, 2006; Malkinson, 2009; Humphrey, 2017; Keser ve Işıklı, 2018).

İnsanın kayıp kavramıyla tanışması, anne karnından ayrılmasıyla başlar. Anne karnında başlayan bu süreç çeşitli kayıplarla devam eder. Bu bağlamda insanın kayıplarla çok küçük yaşlarda tanıştığı ve yasın da ilk akla gelen anlamıyla bu kayıplara verdiği doğal bir cevap olduğu söylenebilir (Özteke Kozan, 2023). Ölüm de diğer kayıplarda olduğu gibi yas duygusu doğuran olaylardan biridir. Yas, söz konusu kaybı yaşayan bireyler için oldukça zor, hayatın birçok alanında kendini gösteren, yaşanması doğal, çok boyutlu ve bir o kadar da bireyi dönüştürücü niteliği olan bir duygudur (Bildik, 2013; Humphrey, 2017). Yas, çözülmesi gereken bir problem ya da yanlış bir şey değildir; bir bireyin kayıp ya da kayıplar karşısında verdiği mantıklı ve sağlıklı bir tepkidir (Devine, 2023). Birçok insan, sevdiği birinin ölümünün acı dolu bir deneyim olduğu konusunda genel bir düşünceye sahiptir. Evrensel bir duygu olmasıyla beraber her yas biriciktir ve bireyin parmak izi gibi kişiye özgüdür. Bu da hissedilen duygu, yas tutma biçimi, yasın süresi ya da yasa verilen tepki gibi konularda bireysel farklılıklara neden olur (Yelboğa, 2023; Zara, 2011). Bu farklılıkları etkileyen faktörler; cinsiyet, eğitim, sosyoekonomik düzey, ölenin yakınlık durumu, ölen kişiyle bağlanma biçimi, daha önceki yas deneyimi, kişinin psikolojik sağlamlığı, sosyal destek kaynakları, ölüm sebebi, bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığı, kişilik özellikleri,

kültürel etmenler, yaş, kişinin içinde bulunduğu gelişim dönemi olarak sıralanabilir (Çolak ve Hocoğlu, 2021; Yelboğa, 2023; Zara, 2011).

Hayatın farklı evrelerinde ortaya çıkan ölüm ve kayıp deneyimleri, sadece yetişkinler için değil, çocuklar ve ergenler için de zorlayıcı ve sarsıcı olabilir. Bir değişim ve dönüşüm dönemi olan ergenlik, bireyin artık çocukluktan çıkarak erişkinliğe adım attığı; bunu yaparken de hem ruhsal hem bedensel hem de zihinsel olarak birçok değişim yaşadığı oldukça normal bir o kadar da zorlu bir dönemdir (Pulat, 2021). Araştırma sonuçları, özellikle ergenlerin yaşadıkları kayıplar nedeniyle risk altında olduğunu düşündürmektedir (Corr, 2013). Çocuklar ve gençlerin yas süreçlerini zorlaştıran en önemli faktörlerden biri, bu tür deneyimlerle yetişkinlere göre daha az karşılaşmalarıdır (Webb, 2003). Bu durum, yasin ne anlama geldiğini tam olarak kavramalarını zorlaştırmaktadır. Ayrıca, okulda veya evde yaşanan ani kayıplar, kazalar ve doğal afetler gibi travmatik olaylar da yas süreçlerini derinleştiren ve karmaşıklaştıran önemli etkenler arasındadır (Dyregrov, 2008).

Ergenlik, bireylerin ebeveynlerinden uzaklaştığı ve akran gruplarının daha önemli hale geldiği bir gelişim dönemidir (Doğan vd., 2012; Pulat, 2021). Arkadaşlık ilişkileri ergenin gelişiminde oldukça önemli bir yere sahiptir (Demir vd., 2005; Şahin ve Özçelik, 2016). Ergenler, akranları sayesinde kendi davranışlarını değerlendirme, sosyalleşme, duygusal destek görme ve yeni roller deneme fırsatı bulurlar (Dornbush, 1989; Pulat, 2021). Bununla birlikte kendilerini bir gruba ait hissederler. Diğer gelişim dönemleri ile kıyaslandığında akran ilişkilerine en çok önemin verildiği ergenlik döneminde yaşanabilecek akran kaybı, ergenlerin kendi ölümlülüklerini fark etmelerine ve bu sebeple ölüm kaygısı yaşamalarına, okula devamlı ilgili problem yaşamalarına, akademik başarılarında düşüşe ve davranış sorunlarına neden olabilmektedir.

Bu bölümde; problem durumu, araştırmanın amacı, problem cümlesi, alt problemler, sayılılar, sınırlılıklar, tanımlar ve araştırmanın önemi bölümlerine yer verilmiştir.

1.1. Problem

Bireyler yaşamlarının başlangıcından sonuna kadar yaşamın doğal akışı içerisinde çeşitli kayıp deneyimleri yaşarlar. Kayıplar insanlar içindir. Bu kayıp bazen bir eşyanın kaybedilmesi olurken, bazen bir ilişkinin sona ermesi, bazen yaşlanmak, bazen

çocukluktan ergenliğe geçmek, bazen taşınmak, bazen sevilen birinin ölümü gibi şekillerde vücut bulabilir. Her kayıp yas doğurur. Evrensel bir deneyim olmasının yanı sıra yas, her birey tarafından kendine has bir şekilde yaşanır. Bu sebeple yas tutma söz konusu olduğunda daha doğru bir yaklaşım yoktur. Ancak yasin anlaşılabilmesi, bireylerin yas tutma biçimlerine saygı duyulmaması, yas sürecinde olan bir bireye nasıl destek olacağını bilinememesi, destek olmak isterken yanlış tutumlar sergilenmesi bireylerde öfkeye, hayal kırıklığına, kendini yalnız hissetmeye ve incinmeye neden olabilir. Oysa yas süreci doğru şekilde değerlendirilerek bireye mümkün olan en doğru şekilde yaklaşıldığında kişi anlaşılabilir hissedebilir ve bu süreci daha kolay bir şekilde geçirebilir.

Bir insanın ölümü, yaşamda kaçınılmaz olan ve kişiyi derinden etkileyen durumlardan birini temsil eder (Berksun, 1995). Araştırmalar, sevilen birinin kaybının insanlar için en büyük stres kaynağı olduğunu ortaya koymaktadır (Eryılmaz, 2022). Bireyin ölümü, sadece onun yaşamının sona ermesiyle sınırlı kalmaz; aynı zamanda ailesi, arkadaşları üzerindeki etkileriyle de hayatta birtakım değişikliklere neden olur. Yakınlarını kaybedenler, bu kaybın en doğal etkisi olan yas sürecine girer ve bu süreçte duygusal, psikolojik ve sosyal zorluklarla karşılaşır (Shear, 2015). Toplumda, ölen kişinin rolünü ve katkılarını doldurmak zor olabilir, bu da kolektif bir boşluk yaratır. Ayrıca, ölümün kaçınılmazlığı, yaşayanlar için hayatın değerini ve anlamını yeniden değerlendirme fırsatı sunar. Bu süreç, bireylerin kendi yaşamlarını, ilişkilerini ve önceliklerini gözden geçirmelerine neden olabilir. Ölüm, bir son olduğu kadar, yaşamın anlamını ve kırılganlığını hatırlatan güçlü bir olgudur. Bu yönüyle bakıldığında yas deneyimleri hayatın oldukça önemli bir parçasını oluşturur.

Ölüm, çocuklar ve ergenler için de anlamlandırılması ve kabullenmesi zor olan bir durumdur. Bununla birlikte çocukların ve ergenlerin ölüme tepki verme şekilleri, gelişim dönemlerine ve kültüre göre çeşitlilik gösterebilmektedir (Kerimoğlu Yıldız ve Balcı, 2016). Ergenlik, yaşamın en sarsıcı, karmaşık ve çocukluktan yetişkinliğe geçişin yapıldığı bir gelişim dönemidir (Çok, 1994; Parlaz vd., 2012). Zaman zaman fırtınalı olan bu dönemde ergenler kendilerine uygun bir kimlik oluşturmaya çalışırlar ve ailelerinden uzaklaşarak arkadaşlarına yaklaşırlar (Doğan vd., 2012). Zamanının çoğunu arkadaşlarıyla geçiren ergenler için arkadaşlık ilişkileri oldukça önemli bir yere sahiptir. Yapılan çalışmalarda arkadaşlık ilişkilerinin ergenin gelişimi için oldukça önemli olduğu (Bayraktar, 2007; Büyükşahin Çevik ve Atıcı, 2008) ve olumlu

akran ilişkilerinin ergenin depresyona girmesini engellediği ve intihar düşüncelerinin önüne geçtiği (Demir vd., 2005) bulunmuştur. Yapılan başka bir araştırmada arkadaşlık ilişkileriyle ergenin kendini ifade etme becerisinin arttığı ve sorun çözme yöntemlerini akranlardan öğrendiği sonucuna ulaşılmıştır (Palmonari, Kirchler ve Pombeni, 1991). Bu bağlamda ergenlerin hayatında ve gelişiminde arkadaşlık ilişkilerinin önemli bir yer tuttuğu ve ergenlerin sorunlarla baş etmesinde önemli bir sosyal destek kaynağı olduğu söylenebilir.

Yas deneyiminden yetişkinler kadar ergenler de olumsuz etkilenmektedir. Ergenlik, fiziksel, bilişsel, sosyal ve ahlaki açılardan bir dizi değişikliğin meydana geldiği bir evredir. Bu dönemdeki değişiklikler, ergenlerde uyum sorunlarını beraberinde getirmekte ve riskli davranışlara neden olabilmektedir (Eryılmaz, 2011; Savi Çakar ve Kılınc, 2020; Korkmaz ve Taştan, 2022). Dönem itibarıyla zor bir süreç olan ergenlik, yas deneyimiyle birlikte daha zor bir hale gelmektedir (Ürer, 2017; Korkmaz ve Taştan, 2022). Yas, kendiliğinden ortadan kalkmayan ya da yok olmayan bir süreçtir. Ergenler bu süreçte ya yasın getirdiklerini işlemeyi ya da yaşananları bastırıp yok saymayı öğrenirler. Ergenlerde yasın kısa ve uzun vadeli etkilerini saptamak oldukça karmaşıktır. Sürecin başlarında gözle görülür bazı davranışsal sorunlar görülse de bu, bireyin kayba verdiği tepkilerin tümünü yansıtmamaktadır. Çoğu zaman, çocukluk ya da ergenlik dönemindeki yaşanan kaybın etkileri ancak yetişkinlik döneminde tam olarak anlaşılmaktadır (Hundley ve Bratton, 1994).

Ölümün hayatın bir gerçeği olduğu bu dünyada yasla birlikte hayatı yeniden inşa etmek için yas deneyimlerine daha yakından bakmak gerekmektedir. Yas deneyimi söz konusu olduğunda özellikle risk altında bulunan ergenler için bu deneyimi nasıl algıladıkları, bu deneyimin onlarda hangi duyguları uyandırdığı ve hayatlarına etkisinin ne olduğuna daha da detaylı incelenmelidir.

Yas tutan bir ergene nasıl destek olunacağını bilmek oldukça önemlidir, çünkü epidemiyolojik kanıtlar, önemli bir kayıp yaşayan çocuk ve ergenlerde sorunların daha sık görüldüğüne işaret etmektedir (Ringler ve Hayden, 2000). Uzun vadeli etkiler arasında tıbbi hastalık olasılığının artması (Bendikson ve Fulton, 1975; Raphael, 1983; Schmale & Iker, 1991; Seligman, Gleser, Rank, & Harris, 1974), psikiyatrik hastalık (Beck, Sethi, & Tuthill, 1963; Dennehy, 1966; Valente, Saunders, & Street, 1988; Watt & Nicholi, 1979) ve yetişkinlerde intihar riski (Adams, Overholser, & Lehnert, 1994; Cohen-Sandler, Berman, & King, 1982; Goldney, 1981) yer almaktadır. Ayrıca, yasın

çok sayıda kısa süreli, ancak son derece acı verici sonuçları da vardır (şok, uyuşukluk, üzüntü, öfke, uykusuzluk, yalnızlık, korku, hayatta kalan suçluluğu, kabuslar, intihar düşünceleri, kendi ölüm korkuları, uyuşturucu kullanımı ve okul sorunları) ve bunlar özellikle bir akranın kaybı etrafında belgelenmiştir (McNeil ve diğerleri, 1991; Podell, 1989; Sklar ve Hartley, 1990). Ayrıca, bir akranın veya yakın bir akrabanın intihar nedeniyle ölmesi, ergenlerde intihar girişimleri ve intiharlar açısından ciddi bir risk oluşturmaktadır (Mauk ve Weber, 1991; O'Carroll, Mercy ve Steward, 1989). Ebeveyn veya yakın bir aile üyesinin kaybı, Holmes ve Rahe'nin (1967) Sosyal Yeniden Uyum Derecelendirme Ölçeği'nin ergenlik revizyonunda da en yüksek stres kaynaklarından biri olarak sıralanmıştır. Ancak ilginç bir şekilde, akran kaybı bir stres faktörü olarak değerlendirilmemiş ve revize edilmiş ergenlik ölçeğine dahil edilmemiştir. Süresi ve şiddeti bakımından kişiden kişiye farklılık gösteren yas sürecini, ihtiyaç duyulduğunda profesyonel uzmanların rehberliğinde yönetmek, yasin normal seyrinde ilerlemesini sağlamak ve olası riskleri önlemek, bireyin psikososyal sağlığı açısından önemlidir (Yelboğa, 2023). Bu bağlamda yas deneyimi yaşamış ergenlerle yapılan çalışmaların da ergenlerin riskli davranışlarını ve yaşadığı psikolojik sorunları azaltmada önemli olduğu düşünülmektedir. Ancak bu çalışmanın konusunu, yas sürecinin nasıl rehabilite edileceği oluşturmamaktadır. Buna rağmen, bu sürecin risk düzeyi ve sürece müdahale edilip edilmeyeceği, yas sürecinin bileşenleri detaylı bir şekilde değerlendirilmeden net bir şekilde ortaya konamamaktadır. Bu nedenle, yas sürecinin çeşitli boyutlarını kapsayan, bireysel farklılıkları dikkate alan ve sürecin karmaşık yapısını yansıtan ölçme araçlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Böylelikle, bireyin yas sürecinin hangi aşamasında olduğu, hangi risk faktörlerinin mevcut olduğu ve sürece müdahale etmenin ne kadar işlevsel olduğu gibi sorulara daha güvenilir cevaplar bulunabilecektir. Bu bağlamda, yas sürecinin bileşenlerini kapsayan ve bu süreci değerlendirmeye yarayan bir ölçme aracının bulunması önemli bir ihtiyaçtır. Bu önemle, bu çalışmada ergenlerle çalışırken kullanılacak bir yas ölçeği geliştirilmesinin alanyazına katkısı olacağı düşünülmektedir.

Balcı Çelik (2011) tarafından yapılan bir çalışmada birinci derece akrabalarını kaybeden üniversite ergenlerin yas deneyimine yönelik tutumlarının depresyon ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda yas deneyimi yaşamış ergenlerle yapılan çalışmaların bireylerin riskli davranışlarını ve yaşadığı psikolojik sorunları azaltmada önemli olduğu düşünülmektedir. Bu önemle, bu çalışmada ergenlerle çalışırken

kullanılabilecek bir yas ölçeği geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Bilimsel bir çalışmanın en kritik kısmı problem seçimiyle başlar. Çünkü araştırmayla ilgili tüm veriler, belirlenen problem etrafında organize edilir ve değerlendirilir. Problem, araştırmanın ana hedefini belirlediği için büyük bir öneme sahiptir. Ergenler üzerinde yapılan yas çalışmaları incelendiğinde ergenlerle çalışırken kullanılabilecek kültüre duyarlı bir yas ölçeği bulunmadığı görülmüştür. Bu araştırmanın konusu ergenlerle çalışırken kullanılabilecek bir yas ölçeği geliştirmektir. Bununla birlikte, esas konunun doğrultusunda, ölüm deneyiminin hayatta kalan ergenlerin yaşamlarını ne ölçüde etkilediği, yas sürecine ilişkin görüşleri, yas yaşantısının okul türü, cinsiyet, ortak yas deneyimi gibi değişkenlere göre farklılaşma durumunu incelemek de ikincil hedefdir.

1.2. Amaç

Yas, her yaştan bireyin deneyimlediği, yaşadığı kayıpların sonrasında kayba yönelik verdiği evrensel bir tepkidir. Gelişim görevleri itibariyle zor bir dönem olan ergenlik döneminde bireyler ölüm kavramını soyut bir şekilde anlamaya başlarlar. Onlar için ölüm, evrensel ve kaçınılmaz bir gerçekliktir. Bunun yanında kendi yaşamlarının da bir gün sona erebileceğini bilmektedirler. Ancak herhangi bir sebeple yas deneyimi yaşayan bir ergen bu süreçte aile ve sosyal çevrelerinden uzaklaşabilir, dikkat sorunları yaşayabilir ve yaşamın anlamını sorgulamaya başlayabilir. Bununla birlikte ergenlerin akademik başarılarında düşüş ve okula devam etme durumlarında problemler gözlemlenebilir. Bu çalışmanın amacı ergenlik dönemindeki bireylerin yas düzeyini ölçmede kullanılabilecek, kültüre özgü bir yas ölçeği geliştirmektir. Ayrıca bu alanda çalışan profesyonellere yas çalışmalarında kullanabilecekleri bir ölçek sunmak amaçlanmıştır. Bununla birlikte ölçeğin lise düzeyindeki öğrenciler için güvenilirliğini belirlemek ve geçerliliği adına bir uygulama yaparak sonuçlarını değerlendirmek hedeflenmiştir. Ayrıca çeşitli lise öğrencilerinin yas durumu demografik özellikler ve yas deneyimi açısından betimsel olarak incelenecektir.

Araştırma sürecinde cevap aranacak sorular şunlardır:

1. Geliştirilen yas ölçeği Türkiye'deki lise öğrencilerinin yas deneyiminden sonra yaşadıkları duygu, düşünce ve davranışlarını ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı mıdır?
2. Geliştirilen yas ölçeğinden elde edilen puanlar demografik (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ortak yas deneyimine sahip olma ve ebeveynlerin eğitim durumu vb.) değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi, duygusal, sosyal ve fiziksel değişimlerle dolu karmaşık bir gelişim dönemidir. Bünyesinde barındırdığı değişimlerle bir yas sürecine benzetilen bu dönemde, gençler çeşitli zorluklarla başa çıkmak zorundadır ve bu zorluklardan biri de yas ve kayıp duygularıyla baş etmektir. Sevilen birinin ölümü, birçok insanın yaşadığı yaygın bir deneyim olmasıyla birlikte en stres verici yaşam olaylarından biri olarak değerlendirilmektedir. Bu deneyimin geride kalanlar üzerinde yarattığı psikolojik, sosyal ve ekonomik etkiler göz önüne alındığında, kayıp ve yas sürecinin detaylı bir şekilde araştırılmasının önemi daha da belirgin hale gelmektedir. Ergenlerin bir yakınına kaybetmeleri, kişisel kimliklerini ve dünyaya bakış açılarını derinden etkileyebilir. Bununla birlikte yaşanan yas deneyimi ergenlerin yaşadıkları duygusal zorlukları artırabilir, sosyal ilişkilerini ve geleceğe yönelik planlarını etkileyebilir. Hatta bazı bireylerde depresyon ve anksiyetenin tetiklenmesine neden olabilir. Bu sebeple yas deneyimi yaşayan ergenlerle çalışmak, bu risk faktörlerini belirlemek ve gençlerin duygusal iyi oluşlarını desteklemek açısından kritik bir öneme sahiptir. Yas sürecinde verilen destek, olası risk faktörlerini en aza indirmeyi, ergenlerin sağlıklı bir yas süreci geçirmelerini ve bu dönemde kendilerini yalnız hissetmemelerini sağlayabilir. Bununla beraber ergenlerle yas konusunda çalışmak, bu yaş grubunun özel ihtiyaçlarına uygun bir yaklaşım geliştirmeyi ve gençlerin gelişim dönemlerine uygun destek sağlamayı gerektirmektedir.

Yas ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, yetişkinlerde yas kavramıyla yapılan araştırmalar bulunsa da ergenlerle bu alanda yapılan sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür. Bununla birlikte literatüre bakıldığında ergenlerle çalışırken kullanılacak kültüre duyarlı bir yas ölçeğine rastlanmamıştır. Bu bağlamda yas deneyimi yaşamış ergenlerle çalışırken onların süreçteki duygu durumlarını anlamak

ve duygusal ihtiyaçlarını belirlemek için kullanılabilecek bir yas leğine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Söz konusu ölçek, yas danışmanlığı sürecinde ruh sağlığı çalışanları tarafından kullanılabilecek bir ölçüm aracı olacaktır. Aynı zamanda bu çalışmanın ergenlerle çalışan öğretmenlere ve onlarla yaşayan ebeveynlerine ergenlerin yas tutumları ve yas sürecinde onlara nasıl destek olabilecekleri konusunda da katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Ölçeğin geliştirilme sürecinde uygulamaların yapıldığı Bağcılar ilçesindeki okulların, Türkiye'nin her bölgesinden ve her sosyo-ekonomik düzeyde insanın yaşam sürdüğü bir ile olması nedeniyle geneli temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Uygulama sürecinde yer alan öğrencilerin ölçek geliştirme sürecini etkileyecek bir psikolojik tanı almadıkları varsayılmıştır.
3. Uygulama, okullarda yapıldığı için tüm öğrencilerin eşit düzeyde motivasyonla yanıt verdikleri varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırma, lise öğrencileriyle sınırlıdır. Dolayısıyla geliştirilecek ölçek de ergen gruba uygundur. Bununla birlikte araştırmanın çalışma grubu İstanbul'un Bağcılar ilçesiyle sınırlıdır.

Yas, çok geniş bir kavram olup, yalnızca bir bireyin ölümüyle değil, aynı zamanda iç, sağlık, ilişkiler veya kimlik gibi farklı türdeki kayıplarla da ilişkili olabilir. Ancak bu araştırmada yas, yalnızca sevilen bir kişinin ölümünden sonra ortaya çıkan duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal tepkilerle sınırlandırılmıştır. Bu sebeple, araştırma sürecinde geliştirilmesi planlanan ölçek yalnızca ölüm deneyimi sonrasında ortaya çıkan yas tepkilerini yansıtmaktadır.

Araştırma üzerinde etkisi olabileceği düşünülen bir başka sınırlılık ise yas deneyimi gibi bireye acı veren yaşantıları içeren, genellikle insanların konuşmaktan kaçındığı konuların, katılımcılar için duygusal bir yük oluşturabilmesi durumudur. Bu tür hassas konular hakkında konuşmak, katılımcıların duygusal olarak rahatsızlık yaşamasına ve bu nedenle duygu ve düşüncelerini açıkça ifade edememelerine neden olabilir.

Çalışılan konunun doğası gereği, katılımcılarda negatif duygular uyandırma potansiyeli yüksektir. Bu tür duygular, katılımcıların anketleri tamamlama isteğini azaltabilir ve katılım oranlarını düşürebilir, katılımcıların yazılı anketleri doldururken ya da kompozisyon yazarken tereddüt yaşamalarına yol açabilir. Ayrıca, bazı katılımcılar bu duygulardan kaçınmak amacıyla soruları yanıtlarken yüzeysel veya kaçınmacı yanıtlar verebilir. Bu da verilerin eksik veya yüzeysel olmasına neden olabilir.

1.6. Tanımlar

Ergenlik Dönemi: Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçişin yaşandığı, fiziksel değişimler hızla gerçekleşirken bireyin kimlik arayışına girdiği bir gelişim dönemidir (Santrock, 2016).

Kayıp: Kayıp, bireyin değer verdiği bir şeyden yoksun kalması veya onu tamamen kaybetmesidir. Bu durum, ilişki sona ermesi, taşınma, sağlık kaybı gibi olaylarla gerçekleşebileceği gibi, sevilen bir kişinin veya evcil hayvanın ölümüyle de yaşanabilir. (Abi – Hashem, 2017; Özteke Kozan, 2023).

Yas: Kayıp sonrası birey, duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal tepkiler içeren yas sürecine girer. Yas, kayba verilen doğal bir tepkidir. (Volkan ve Zıntl, 2023). Yas, çoğunlukla ölümle ilişkilendirilen bir kavram olsa da yasin tek nedeni sevilen birinin ölümü değildir (Gross, 2016). Ancak bu araştırmada yas kavramıyla anlatılmak istenen sevilen bir bireyin ölümünün ardından ortaya çıkan tepkilerdir.

Ölüm: Hayatın doğal bir parçası olan ölüm, “sinirsel faaliyetlerin ya da beyin fonksiyonunun kalıcı kaybı ve biyolojik işleyişin geri döndürülmez şekilde bitişi” olarak tanımlanmaktadır (Spelmann, 2017).

İKİNCİ BÖLÜM

TEORİK ÇERÇEVE

Araştırmanın bu kısmında çalışmanın kuramsal çerçevesine yer verilmiştir. Çalışmanın temel konusu olan ölüm ve yas ile ilgili kavramları anlamının, araştırmanın genel anlamını anlamak açısından büyük bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple bu bölümde kayıp ve yasin tanımı yapılarak sevilen birinin ölmesinin sebep olduğu yas duygusu ile diğer kayıplara verilen bir yanıt olan yas duygusunun birbirinden ayrılan yönlerine yer verilmiştir. Kuramsal açıdan yas ele alınmış ve temel teoriler incelenmiştir. Bununla beraber yas kavramı konuyla ilgili modellere, yaklaşımlara ve ilgili araştırmalara yer verilerek açıklanmaya çalışılmıştır.

2.1. Kayıp, Matem ve Yas

Ölüm, insan hayatının kaçınılmaz bir gerçeği ve herkesin bir gün karşılaştığı bir yaşam deneyimidir. İnsanlık, var olduğu günden bu yana ölüm gerçeğiyle zaman zaman karşı karşıya gelmektedir. Sevilen birinin ölümü, uzunca bir süre boyunca devam eden, benzersiz ve derin bir acıyı beraberinde getiren, yoğun stresin yaşandığı bir durumdur (Ulus, 2022). Sevilen birinin ölümden sonraki süreci tanımlayan kayıp, yas ve matem olarak üç farklı sözcük bulunmaktadır (Kızıltan ve Ulusoy, 2022). Söz konusu süreci tanımlamak adına bu sözcükler anlam bakımından farklı olsalar da yaşanan kişisel ve toplumsal süreçleri anlatmak için genellikle birbirinin yerine kullanılabilir (Bildik, 2009; Çolak ve Hocaoğlu, 2021; Malkinson, 2009). Günlük yaşantıda birbirinin yerine kullanılabilen yas ve matem sözcükleri arasında anlam bakımından farklılık olmadığı görülmüştür. TDK' de yasin anlamı, "ölüm veya bir felaketten doğan acı, matem" şeklinde yer alırken, matem sözcüğünün karşılığı ise "yas" olarak ifade edilmektedir. Bu perspektiften bakıldığında birbirlerinin yerine kullanılsa da kelimelerin esas anlamlarına yer verilmesinin çalışma açısından da önemli olduğu düşünülmektedir.

Kayıp (Bereavement), sevilen bir kişi, nesne, işlev, yer veya fikirden mahrum kalma ya da acı verici bir şekilde ayrılma durumudur (Savi-Çakar vd., 2019). Bu kayıp, küçük veya büyük, ani veya kademeli, somut veya sembolik, tekil veya çoğul, beklenen veya beklenmeyen, belirsiz veya öngörülen, yerel veya toplumsal olabilir (Abi-Hashem, 2017).

Matem (Mourning), sevilen birinin ölümü nedeniyle yaşanan üzüntüyü veya bu üzüntünün yaşandığı dönemi ifade etmektedir. Bu, kişinin duygularından bağımsız olarak, açıklayıcı bir davranış veya harekettir (Dubose, 1997; Bildik, 2013).

Yas (Grief), kayıp karşısında verilen psikolojik bir tepki olup, bireyin iç dünyası ile gerçeklik arasında kurulan bir uyum sürecidir. (Volkan ve Zıntl, 2023). Söz konusu uzlaşma, evrensel bir tepki olmakla birlikte bir o kadar da bireye özgüdür. Kayıp sonrası verilen doğal bir tepki olan yas, bir hastalık olarak değerlendirilmemelidir. Bireyin hayatının her yönünü etkileyen çok boyutlu, karmaşık ve zorlu bir süreçtir (Bildik, 2013; Yelboğa, 2023). Bir başka tanıma göre ise yas, sevme cesaretinde bulunanların ödedikleri bir bedeldir (Yalom ve Yalom, 2022).

Yas kelimesi Türkçede ilk kez Uygurca metinlerde geçmekte ve “zarar, hüsrân ve ziyan” manasında kullanılmaktadır (Maraş, 2014). Yas olgusunu ise alanyazında ilk defa Sigmund Freud, 1917’de yayınladığı Yas ve Melankoli isimli çalışmasında tanımlamıştır (Çolak ve Hocaoglu, 2021).

Yas deneyimi yaşamın doğal bir parçası olmasına rağmen, geri dönülmez bir kayba neden olduğu için insanların hayatındaki en acı verici ve zorlu anlardan biridir ve bireylerde derin bir etki bırakır. Ölüm karşısında hissedilen derin hüznün, kayıp ve boşluk duyguları, birçok kişinin içsel dünyasını sarsar ve bireylerin yas yaşamasına neden olabilir. Kayıp veya ayrılık sonrasında, toplumsal, bireysel ve duruma özgü süreçleri tanımlamak için genellikle kayıp, matem ve yas gibi birbirinin yerine kullanılan terimler kullanılmaktadır. Yas, bireyin geri dönülmez bir kayba verdiği evrensel bir tepki ve bilişsel, duyuşsal, fiziksel ve davranışsal düzeyde deneyimlediği çok boyutlu bir duygudur (Malkinson, 2009; Humphrey, 2017).

2.2. Yas Kavramına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Alanyazın incelendiğinde, yas ve yas süreci üzerine çalışmalar yapan pek çok kuramcının bulunduğu görülmektedir. Bu alanda çalışmış kişiler arasında Sigmund Freud, Elisabeth Kübler-Ross, John Bowlby, Erich Lindemann, William Worden, Robert Rubin, Robert Neimeyer, Margaret Stroebe ve Henk Schut, Mardi Jon Horowitz gibi isimler bulunmaktadır (Köroğlu, 2021).

Literatürde yas olgusundan ilk kez söz eden teorisyen olan Freud (1917), yayınlamış olduğu “Melankoli ve Yas” isimli makalesinde yas sürecini ve melankoliyi ayrıntılı bir şekilde ele almıştır. Freud'a göre yas ve melankoli, bir kaybın ardından ortaya çıkan

tepkiler olmakla birlikte, birbirinden farklı mekanizmalara sahiptirler. Freud'a göre, yas, bireyin sevilen bir nesnenin, önemli bazı değerlerin veya ideallerin kaybına yönelik olarak geliştirdiği bir tepkidir. Bununla birlikte Freud, yası sevilen bir kişinin veya bir şeyin kaybına verilen doğal bir tepki olarak görmekte ve yasla birlikte bireyin yaşamında değişiklikler olsa da bunun normal ve sağlıklı bir süreç olduğunu, patolojik bir durum olmadığını vurgulamaktadır. Bu sebeple, insanların zaman içerisinde bir müdahale olmaksızın bu durumun üstesinden geleceğine inanmakta ve bu süreçte yapılan bir müdahalenin faydasız olduğunu söylemektedir.

Freud, yas sürecini tanımlarken libido enerjisi kavramından yararlanmıştır. Ona göre yas süreci sevilen nesnenin kaybindan sonra libido enerjisinin başka bir nesneye aktarılması sürecidir (Freud, 1917). Ona göre yas, zamanla hafiflemekte ve bireyin hayatına devam etmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlamda yas sürecinin bireyin kaybını kabullenmesi ve kaybedilen kişi ya da şeye olan bağlarını zamanla bırakması süreci olduğu söylenebilir. Bu süreçte birey, kaybı tanır ve kaybın gerçekliğini kabul ederek bu gerçekle yüzleşir. Yas sürecinde kaybedilen kişi ya da şeye ait libido enerjisi yavaş yavaş geri çekilir. Son olarak birey, kaybedilen nesneye olan enerjisini yeni ilişkiler ve bağlar kurarak yeni nesnelere aktarır. Böylece yas sürecinde tamamlanmış olur ve kişi zamanla hayatına devam eder (Freud, 1917).

Sonuç olarak, Freud yas sürecini doğal ve sağlıklı bir tepki olarak görürken, melankoliyi patolojik bir durum olarak değerlendirmektedir.

Yas süreciyle ilgili önemli çalışmalar yapmış bir psikiyatrist olan Erich Lindemann, normal yas sürecinin aşamalarını ilk kez ele alan bilim insanı olarak da bilinmektedir (Okur, 2023). Lindemann, yas kavramına yönelik kuramsal bakış açısını 1942 yılında Boston'da bir gece kulübünde meydana gelen yangından yola çıkarak geliştirmiştir. Bu trajik olayda 492 kişi hayatını kaybetmiş ve Lindemann, bu kişilerin yakınlarından 101'iyle görüşerek bireylerin yas sürecini incelemiştir (Kaya, 2023). 1944 yılında yayınladığı "Symptomatology and Management of Acute Grief" adlı makalesinde ise, yasin fiziksel ve psikolojik belirtilerini ayrıntılı bir şekilde inceleyen Lindemann'a göre, akut yas, psikolojik ve bedensel belirtilerle kendini gösteren bir sendromdur. Bu sendrom, kaybın hemen ardından ya da gecikmeli olarak ortaya çıkabilir, belirsiz ya da belirgin olabilir. Birçok kuramcı gibi Lindemann da yasin, tıbbi bir bozukluk değil anormal bir duruma verilen doğal bir tepki olduğunu söylemektedir. Yaptığı çalışmada yas yaşayan bireylerde görülen yas tepkilerinde belirgin benzerlikler olduğunu

gözlemlemiştir. Bu süreçte bireyler, boğazda sıkışma, nefes darlığı, göğüste ağırlık hissi, iç çekme ihtiyacı, karında boşluk hissi, kas gerginliği ve yoğun bir zihinsel yorgunluk gibi şikâyetler yaşamaktadırlar. Söz konusu belirtiler, kayıpla ilgili düşünce, konuşma veya ziyaretlerde kolayca tetiklenebilmektedir. Bununla birlikte yas deneyiminin yoğunluğu, bireylerde kaçınma ve kayıpla ilgili tüm düşünceleri zihinlerinden uzak tutma eğilimi de yaratabilmektedir (Lindemann, 1944).

Lindemann'ın yasla ilgili görüşleri, yas sürecinin hem bireysel hem de toplumsal boyutlarını anlamaya yardımcı olmuştur. Onun çalışmaları, yasin normal bir süreç olduğunu ve bireylerin bu süreçte yaşadıkları duygusal ve fiziksel tepkilerin doğal olduğunu vurgulamış, aynı zamanda bu süreçte ortaya çıkabilecek belirtilerin fark edilmesi ve yönetilmesi gerektiğini belirtmiştir.

Worden, yas üzerine çalışmaları olan teorisyenlerden biridir. Worden, yası bu süreçte bireyin aktif olarak rol aldığı bir görev olarak tanımlamaktadır. Worden'e göre yas süreci bireyin yaşadığı kayıptan sonra hayat içerisindeki olumlu tecrübeleriyle birlikte büyümesini beklediği bir süreçtir (Worden, 2002). Yas Görevleri Yaklaşımını ortaya koymuş olan Worden (2009), bu modelde yas sürecinde bireylerin gerçekleştirmesi gereken dört temel görevi olduğunu ve bu görevlerin tamamlanmasının bireyin sağlıklı bir yas süreci geçirmesi adına önemli olduğunu vurgular.

Worden, yas sürecinin ilk görevinin kaybın gerçekliğini kabul etmek olduğunu belirtir. Bireyler, kaybın gerçekten yaşandığını ve kaybedilen kişinin geri dönmeyeceğini içselleştirmelidirler. Bu kabul, bireyin yas sürecine başlayabilmesi için gereklidir. Ancak beklenmedik, ani bir şekilde yaşanan kayıplar bireyler için bu süreci daha zor bir hale getirebilir. Bu durum oldukça normaldir ve zaman içerisinde kabullenmeyle birlikte bu görev tamamlanmış olacaktır (Worden, 2001).

Yas sürecinin ikinci görevi, kaybın yol açtığı acıyı yaşamak ve bu süreçte yaşanan olumsuz duyguları ifade etmektir. Bireyler, yas sürecinde üzüntü, öfke, suçluluk, korku ve yalnızlık gibi çeşitli duygular yaşayabilirler. Worden, söz konusu duyguların farkına varmanın ve onları ifade etmenin, yas sürecinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için önemli olduğuna vurgu yapmaktadır.

Worden'in önerdiği yas sürecinin üçüncü görevi, kaybedilen kişiyle olan duygusal bağları yeniden düzenlemek ve kayıpla başa çıkma yolları bulmaktır. Kayıp, beraberinde farklı kayıplar da doğurabilmektedir. Birey bu süreçte diğer kayıplarla da

başa çıkmaya çalışır. Bu, kaybedilen kişinin hatırasını saygıyla anmayı ve onunla olan ilişkisini yeni bir şekilde sürdürmeyi içerir. Bu süreç, bireyin hayatında kaybedilen kişiye yeni bir yer vermesini sağlar (Worden, 2009).

Yas sürecinin dördüncü ve son görevi, yeni bir yaşam düzeni kurmak ve yaşanan kaybın ardından hayatına devam etmektir. Bireyler, yeni roller ve kimlikler geliştirmeli, kayıptan sonra yaşamlarını yeniden organize etmelidirler. Bu, bireyin geleceğe yönelik umutlarını yeniden kazanmasını ve hayatını devam ettirmesini sağlar (Worden, 2018).

Yas sürecine dair önemli görüşler ortaya koyan bir diğer kuramcı olan John Bowlby aynı zamanda bağlanma teorisinin de öncüsü olarak bilinmektedir. Bağlanma teorisi, bebekler ve ebeveynler arasında duygusal olarak olumlu ve karşılıklı yarar sağlayan bir ilişkinin kurulmasını ifade etmektedir. Bu ilişkide, bebekler de ihtiyaçlarını ipuçları vererek ifade etmekte, ebeveynler de bebeklerin ihtiyaçlarına karşılık vermektedirler. Bu süreçte, bebekler ebeveynlerine güven geliştirirken, ebeveynler de ebeveynlik yeteneklerine ve bebeklerine karşı olumlu duygular kazanmaktadırlar (Gander ve Gardiner, 2010). Bowlby'e göre, bireyler arasında kalıcı ve güçlü bağlar bulunmaktadır. İlk ve en kalıcı bağ genellikle bakım veren ile çocuk arasında kurulmakta ve bu bağ çoğu zaman yetişkinlik dönemine kadar da devam etmektedir. Üstelik kurulan bu bağ, bireylerin yetişkinlikteki ilişkilerini de etkilemektedir. Bowlby'nin bağlanma teorisi, birçok psikiyatrik bozukluğun etiyolojisinde çocukluk dönemindeki gelişimsel süreçlerin ve özellikle bağlanma sisteminin oynadığı kritik rolü vurgulamaktadır. Teoriye göre, güvenli bir bağlanma kurulamaması veya bağlanma sistemindeki dengesizlikler, bireyin yetişkinlikteki sosyal ilişkileri, duygusal düzenlemesi ve psikolojik sağlığı üzerinde olumsuz etkiler bırakabilmektedir. Bu durum, çeşitli psikiyatrik bozuklukların ortaya çıkma riskini artıran bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Bowlby, 1970).

Bowlby (1969) kaleme aldığı ve bağlanma kuramı ile yas arasındaki ilişkiyi incelediği "Bağlanma", "Ayrılma" ve "Kaybetme" isimli eserlerinde bireylerin yas süreçlerini ele almıştır. Söz konusu eserlerinde, insanların sevdiği birini kaybettiklerinde yaşadıkları duygusal tepkileri ve bu tepkilerin bağlanma ilişkileriyle nasıl bağlantılı olduğunu detaylı bir şekilde açıklamıştır. Bowlby, yas sürecinin, kaybedilen kişiyle olan bağın yeniden düzenlenmesi süreci olduğunu ve bu sürecin çocuklukta kurulan

bağlanma ilişkileriyle şekillendiğini öne sürmüştür. Sevilen bir kişinin kaybı, bu temel duyguların sarsılmasına neden olur ve birey yoğun bir yas sürecine girer.

Bowlby, yas sürecini dört aşamada ele almaktadır. Bu aşamalar şok ve inançsızlık (uyuşukluk), arama ve yılma (kaybedilen kişiyi arama), çöküş ve yeniden düzenleme (umutsuzluk), yeniden inşa ve kabullenme (yeniden organize olma) şeklindedir. Kaybın hemen ardından bireyler genellikle şok ve inançsızlık yaşarlar. Bu aşamada kaybın gerçekliği tam olarak kabul edilemez ve bireyler sanki kayıp hiç yaşanmamış gibi hissedebilirler. Arama ve yılma aşamasında ise bireyler, kaybedilen kişiyi arama ve geri getirme çabaları içinde olabilirler. Bu aşamada yoğun özlem ve arayış duyguları öne çıkar ve kaybın geri alınabileceği umudu yaşanır. Bir sonraki aşama olan çöküş ve yeniden düzenleme aşamasında kaybın gerçekliği kabul edilir ve birey, derin bir üzüntü ve depresyon yaşayabilir. Bu aşamada kaybedilen kişiyle olan bağlar yeniden değerlendirilir ve birey, kaybın getirdiği duygusal boşlukla yüzleşir. Son aşama olan yeniden inşa ve kabullenme aşamasında ise birey, kaybın ardından yeni bir yaşam düzeni kurar ve kaybedilen kişiyle olan bağlarını yeni bir şekilde sürdürmeyi öğrenir. Bu aşamada birey, yeni roller ve kimlikler geliştirir ve hayatını devam ettirir (Bowlby, 1969).

Bowlby'nin yasla ilgili görüşleri, yas sürecinin bağlanma ilişkileri ve duygusal güvenlikle ne kadar iç içe olduğunu göstermektedir. Onun çalışmaları, yas sürecinin doğal bir parçası olarak duygusal bağılıkların yeniden düzenlenmesi gerektiğini ve bireylerin bu süreçte duygusal destek ve anlayışa ihtiyaç duyduğunu vurgular.

Yasla ilgili ele alınan kuramlar göz önünde bulundurulduğunda yas sürecinin, normal, bireyin zaman içerisinde iyileşme gösterdiği ve belirli aşamaları olan bir süreç olduğu ancak bu sürecin kişiden kişiye farklılıklar gösterdiği yani bireye özgü olduğu söylenebilir.

2.3. Yas Kavramına İlişkin Modeller

2.3.1. İkili Süreç Modeli

Yasla başa çıkmanın etkili yolları üzerine yapılan geleneksel teorilerde, özellikle "yas çalışması hipotezi" olarak adlandırılan teoride, birçok açıdan yetersiz kalmaktadır. Bu yaklaşımlar, yasin dinamik ve karmaşık doğasını tam olarak yansıtmakta zorlanmakta, farklı kültürler ve zamanlar için geçerliliği olan yeterli bilimsel veri sunamamakta ve

yas sürecinin sadece içsel boyutlarına odaklanmaktadır (Stroebe ve Schut, 1999). Bu sebeple, Stroebe ve Schut (1999) tarafından yas sürecini daha iyi anlamak ve bireylerin yasla nasıl başa çıktığını açıklamak için İkili Süreç Modeli (Dual Process Model) adı verilen bir model geliştirilmiştir. Bu model, yas sürecinin karmaşıklığını ve dinamik yapısını vurgulayarak iki temel stresör türü ve bireylerin bu stresörlerle nasıl başa çıktığını ele almaktadır. Bu model, kayıp ve onarım odaklı olmak üzere iki tür stresör belirler ve yas tutan bireyin bu farklı görevlerle bazen yüzleştiği, bazen de bunlardan kaçındığı dinamik, düzenleyici bir başa çıkma sürecini tanımlar. Model, uyumlu başa çıkmanın kayıp ve onarım stresörleriyle yüzleşme ve bunlardan kaçınma süreçlerinden oluştuğunu öne sürmekte bunu da yas tutma sürecinde dozaj kavramıyla açıklamaktadır. Bu kavram, yas tutan kişinin zaman zaman yasla aktif olarak yüzleşmesi, zaman zaman da kendisine bir mola vermesi gerektiğini ifade etmektedir (Stroebe ve Schut, 1999).

İkili süreç modeli, yas sürecine daha esnek ve dinamik bir anlayış sunmaktadır. Bireylerin yasla başa çıkarken sadece acılarını yaşamakla kalmayıp, aynı zamanda yeni yaşam koşullarına uyum sağlamaya çalıştıkları bu süreçte, iki tür stresörle de başa çıkmanın önemini vurgulamaktadır.

2.3.2. İki Eksenli Yas Modeli

Yasla ilgili literatür incelediğinde iki farklı yaklaşım göze çarpmaktadır. Bunlardan biri psikodinamik yaklaşım bir diğeri ise ampirik kişilik yaklaşımı modelidir. Psikodinamik teorisyenler, ölen kişiyle duygusal bağın gevşemesine odaklanırken, kayıptan sonraki kişilik değişimlerini bu sürecin bir parçası olarak görme eğilimindedir. Ampirik kişilik yaklaşımı ise, duygusal kopmanın yaşlı bireyin kişilik işleyişini etkileyen bir faktör olduğunu genellikle göz ardı etmektedir. İki eksenli yas modeli, psikodinamik ve kişilik değişim modelinin yas sürecindeki önemini koruyan bir kavramsal çerçeve oluşturma ihtiyacıyla Rubin tarafından geliştirilmiştir. Bu model, yas sürecini bireyin ölenle olan duygusal bağı ve kişilik değişimi açısından değerlendirmektedir (Rubin, 1981; Rubin, 1999). Yas tutan kişinin biyopsikososyal bakış açısıyla nasıl işlev gördüğü ve hayatını nasıl yaşadığı, bireylerin tehdit ve değişime verdikleri tepkileri değerlendirmek ve anlamak için büyük önem taşır. Bununla birlikte, yas sürecinin benzersiz yönleri, ölen kişiyle olan ilişki ekseninde ortaya çıkar; bu eksen genellikle paralel ve gizli kalır. İki Eksenli Yas Modeli, kayba verilen tepkinin çeşitli boyutlarını ele alarak, yaşlı kişinin kayba uyum sağlama ve

adaptasyon durumunu değerlendirmeye olanak tanır. Bu model, yaşam olaylarına dair stres ve travma perspektifindeki önemli unsurları, aynı zamanda kayıp deneyimindeki temel kişilerarası ilişkilerle ilgili kritik özellikleri bir araya getirir (Rubin, 1981; Rubin, 1999; Rubin vd., 2003).

Kayıp, bireyin hayatında dengesizlik yaratmaktadır. Rubin'e göre (1981) yas tepkisinin görevi, kayıp öncesi işlev seviyelerine geri dönmek zorunda olmaksızın, tüm alanlarda yeni bir denge sağlamaktır. İlk aşamada, yaşlı kişi kaybın gerçekliğini kabul eder ve ölen kişiye olan duygusal bağımlı gevşetmeye başlar. Bu akut yas dönemi, genellikle dramatik davranış değişiklikleri ile kendini gösterir ve duygusal kopma süreci kişilik değişiklikleri ile iç içe geçer. Zamanla, bu süreçler ayrılarak kayba verilen tepkinin iki ayrı boyutu haline gelir. Sürecin son aşamasında ise, kopma süreci tamamlanmış ve kişilik değişiklikleri stabilize olmuştur. Denge yeniden sağlanır ve kaybın kalıcı etkileri belirlenebilir. Bu noktada, ölen kişiyle olan duygusal ilişki ve kalıcı kişilik değişiklikleri bağımsız olarak tartışılabilir (Rubin ve Yasien-Esmael, 2004). Ölen kişiyle duygusal bağın gevşemesi ve yaşlı kişinin kişilik işleyişindeki değişiklikler, kendi dengelerine ulaşmaktadır. Bu modelde her iki boyut da yas tepkisinin değerlendirilmesinde önemlidir (Rubin, 1981; Rubin, 1999).

Travma ve yas alanında çalışmaları bulunan bir diğer kişi de Horowitz'dir. Horowitz (1986), yayınladığı "Stress Response Syndromes" isimli çalışmasında bireylerin stresli bir yaşam olayına verdiği yanıtları incelemektedir. Yine aynı çalışmada, klinik uygulamalarda stres bozukluklarını en çok tetikleyen deneyimler arasında yaralanma, saldırıya uğrama veya yakın birinin kaybı yer aldığını ifade etmekte; bununla beraber, sevilen birinin ölümünün açıkça intihar düşüncelerine ve sigara, alkol ve ruh hali değiştirici ilaçlar gibi potansiyel toksinlerin kullanımının artmasına yol açtığını söylemektedir (Horowitz, 1986). Horowitz'e göre bireyin stresli bir yaşam olayına verdiği tepki, iki ana belirti ve semptomlarla ifade edilmektedir. Bunlardan biri intrüzif durum bir diğeri ise inkâr durumudur. İntrüzif durum, istenmeyen, davetsiz düşünceler, ani duygu patlamaları ve zorlayıcı davranışlarla karakterizedir. İnkâr durumu ise kişinin kayıp durumunu görmezden geldiği, önemli sorunları unuttuğu, hayata dair ilgisinin azaldığı, duygusal uyuşma ve davranışsal daralma yaşadığı bir haldir. İnkâr durumunda, kişi genellikle boş boş bakmakta, duygusal destek sağlayabilecek diğer insanlardan kaçınmaktadır. Yeni uyaranlara uygun tepki verememekte ve hayatındaki

önemli değişiklikler gerçekleşmeden önceki eski görev ve uyarılara inatla bağlı kalabilmektedir (Horowitz, 1986).

Horowitz, her bireyin yas sürecinin farklı olduğunu ve yas sürecinin lineer bir şekilde ilerlemediğini söylemektedir. Bireyler, bu aşamalar arasında ileri geri hareket edebilmekte ve her aşamada farklı duygusal tepkiler yaşayabilmektedirler. Bununla beraber, bir kişinin stres faktörüne vereceği tepki, olayın doğasına, diğer olaylarla ilişkisine ve sosyal, çevresel bağlamlarına, mevcut kişilik yapısına ve başa çıkma yöntemleri ile nasıl etkileşime girdiğine de bağlıdır. Kişilik, yaşanan deneyimlerin türünü, her tepki aşamasının süresini ve yas sürecinin uyarlanabilir bir şekilde tamamlanıp tamamlanmadığını etkilemektedir. Bazı kişilik özellikleri, bireylerin yoğun duygusal tepkiler vermesine neden olurken, diğer özellikler duygusal tepkilerin bastırılmasına yol açabilmektedir (Horowitz vd., 1993)

2.4. Yasın Aşamaları

Yas konulu çalışmalar incelendiğinde yas sürecinin aşamalarını ele alan çeşitli görüşler bulunduğu ve çeşitli kuramlar geliştirildiği görülmüştür. Her araştırmacı benzer klinik belirtiler gözlemlese de sınıflandırmalar araştırmacının benimsediği kuramsal yaklaşıma göre farklılık gösterir (Volkan ve Zıntl, 2023). Söz konusu kuramlar benzer psikolojik tepkileri ele alsada bu konuda geliştirilmiş en eski ve en çok bilinen model İsviçreli yazar ve psikiyatrist Elisabeth Kübler-Ross'a aittir. Elisabeth Kübler-Ross, 1969 yılında yayımlanan "Ölüm ve Ölmek Üzerine" adlı kitabında, yaklaşık 2000 ölümcül hasta ile yaptığı çalışmalar sonucunda, bireyin öleceği gerçeğini öğrenmesinin ardından yaşanan süreci tanımlamaya çalışmaktadır. Kübler-Ross, ölümün ardından yaşanan sürecin devam ettiğini savunduğu için bu modeli sevdiği birini kaybedenlerden ziyade ölmekte olan hastalar için geliştirmiştir. Ancak söz konusu model, zamanla farklı gruplarda üzerinde de kullanılmaya başlanmıştır. Kayıp ve yas sürecini ifade etmede en sık kullanılan ve en çok bilinen bu modelde yas süreci beş evreden oluşmaktadır. Bu aşamalar sırasıyla İnkâr ve İzolasyon Evresi, Öfke Evresi, Pazarlık Evresi, Depresyon Evresi ve Kabullenme Evresi olarak bilinmektedir (Ulus, 2022; Eryılmaz, 2022):

İnkâr ve İzolasyon Evresi: Yas sürecinin ilk aşamasında, bireyler yaşadıkları durumu kabullenmekte zorlanır ve şok yaşarlar. İnkâr aşaması, beklenmedik ve şoke edici

haberlerin ardından bireyin kendini toparlaması için bir tampon işlevi görür. Bu aşama, hastanın kendini toparlamasına ve zamanla daha az radikal savunma mekanizmalarını devreye sokmasına imkân tanır. İnkâr aşamasında olan kişiler, durumlarının gerçekliğinden kısaca bahsedebilir, ancak ardından bu gerçekle yüzleşecek güçleri olmadığını hissedebilirler. Bu aşama, geçici bir şok hali olabilir ve başlangıçtaki uyuşukluk hissi kaybolmaya başladığında, kişinin olağan tepkisi genellikle "Bu doğru olamaz" şeklinde olur. Bu tepkiler, insanoğlunun bilinçaltındaki ölümsüz olduğuna inanma eğiliminden kaynaklanır. İnkârın sona ermesi, bireyin gerçekle yüzleşmeye hazır olduğu zaman gerçekleşir ve bu aşama, genellikle geçicidir. Kısa bir süre sonra, birey durumunu kısmen kabul etmeye başlar.

Öfke Evresi: İnkâr evresi artık sürdürülemez hale geldiğinde, yerini öfke, hiddet, kıskançlık ve kızgınlık duyguları alır. Sevdikleri kişiyi kaybetmenin verdiği hayal kırıklığı ve engellenmişlik duygusu bireylerde öfkeye dönüşür. Bu aşamada bireyler, "Neden ben, kim suçlu?" gibi sorular sormaya başlarlar. Bununla birlikte birey, bu dönemde olan biten için bir suçlu aramakta bazen de kendini suçlamaktadır. Öfke evresi, inkâr evresinin aksine, aile ve sağlık çalışanları için başa çıkması oldukça zor bir dönemdir. Bunun nedeni, bu öfkenin rastgele ve her yöne hedef değiştirebilmesidir. Bu evredeki sorun, çok az insanın kendisini yas tutan kişinin yerine koyarak, öfkenin kaynağını anlamaya çalışmasıdır. Ancak, duygularına saygı gösterilen, anlaşıldığını hisseden bir kişinin, zamanla öfkesinin azaldığı görülmektedir.

Pazarlık Evresi: Bu evre, yas sürecinin genellikle gözden kaçan, ancak oldukça önemli bir aşamasıdır. Bireyler, pazarlık evresinde ilk başta kabul edemediği kaybın gerçekliğiyle yüzleşmeye başlar ve bir nevi kaderle bir pazarlığa girer. Bu aşama, "Bunun olmamasını sağla, karşılığında ben..." şeklinde düşüncelerin olduğu bir evredir. Bu süreçte yapılan pazarlıklar, aslında kaybı erteleme çabasıdır. Kişi, karşılığında iyi davranışlar sunarak, Tanrı veya kaderden bir şans talep eder. Bu talep, genellikle belirli bir olayın gerçekleşmesini beklemekle sınırlıdır (örneğin, bir yakınının düğünü). Bu sayede, kişi hem kayıpla yüzleşmekten bir süreliğine kaçınır hem de iç dünyasında bir tür sözleşme yaparak rahatlamaya çalışır.

Depresyon Evresi: Yas sürecinin bu evresinde bireyin, daha önce inkâr ettiği veya öfkeyle karşıladığı durum, artık derin bir üzüntüye dönüşür. Kişi, pazarlığın işe yaramadığını anlayarak kaybın değiştirilemez bir gerçek olduğunu anlamaya başlar. Geleceğe dair umutların azalmasıyla birlikte bu evrede birey birçok farklı kayıp

duygusunu beraberinde yaşar. Bu durum kişide çaresizliğe sebep olarak depresyona neden olabilir.

Kabullenme Evresi: Modelin son basamağı olan kabullenme evresinde, birey ölümün hayatın kaçınılmaz bir gerçeği olduğunu kabul eder. Eğer yas süreci uzun ve zorlu geçmişse, kişi bu süreçte profesyonel destek almışsa, kaybı kabullenme evresine daha hazırlıklı bir şekilde girebilir. Bu evrede, daha önce yaşanan yoğun üzüntü, öfke ve çaresizlik duyguları yerini belirsiz bir sakinliğe bırakır. Ancak kabullenme, mutlulukla karıştırılmaması gereken bir evredir. Aksine, bireyde duygusal yoğunluk azalma gösterir. Bu durum, uzun bir yolculuktan sonra dinlenmeye çekilmek gibi algılanabilir. (Eryılmaz, 2022; Kübler-Ross, 2023).

Kübler-Ross'un yas evreleri modeli, herkesin yas sürecini aynı şekilde deneyimlediği ve bu aşamaların sıralı bir şekilde ilerlediği iddiasında değildir. Yas süreci son derece kişisel ve benzersizdir, bu nedenle her birey bu aşamaları farklı şekillerde yaşayabilir. Örneğin, bazı insanlar belirli bir evrede takılı kalırken bazıları bir evreyi hiç deneyimlemeyebilir. Bununla birlikte bireyler bu evreler arasında ileri geri hareket edebilir, bazı evreleri tekrarlayabilirler (Kübler-Ross, 2023). Bu döngüsel hareket, yas sürecinin dinamik ve değişken doğasını yansıtmaktadır. Söz konusu model, yas sürecinin karmaşıklığını ve kişisel doğasını anlamak için bir çerçeve sağlamaktadır. Aynı zamanda, yas tutan kişilere ve onların destekçilerine, yas sürecinin doğal bir parçası olan bu duygusal dalgalanmaları anlamaları ve kabul etmeleri için rehberlik etmektedir.

2.5. Kayıp ve Yas Stilleri

Herkesin yas tutma biçimi farklıdır ve bu farklılıkları anlamak yas sürecinde kişinin hem kendisine hem de başkalarına karşı daha anlayışlı ve empatik olması açısından son derece önemlidir. Bir ailenin içinde dahi, yas süreci kişiden kişiye büyük farklılıklar gösterebilir. Bu nedenle, aile üyelerinin veya yakın çevredeki birinin yas sürecinde beklenmedik davranışlar sergilemesi genellikle kafa karıştırıcı olabilir (Ulus, 2022). Martin ve Doka (2000), bireylerin yas tutma biçimlerini inceleyerek iki temel yas stilini ortaya koymuşlardır: Bunlardan biri araçsal bir diğeri de sezgisel yas stildir. Her iki stilde de insanların yas sürecinde gösterdikleri tepkiler ve bu süreci nasıl yaşadıkları farklı şekillerde tanımlanmaktadır.

Araçsal yas stili, duygusal tepkilerin daha sert olduğu ve kontrol altında tutulduğu bir yaklaşımdır. Bu stildeki bireyler, yas sürecini entelektüel bir deneyim olarak yaşarlar. Duygularını ifade etmekten genellikle kaçınır ve bu duyguları kontrol altında tutma eğilimindedirler (Ulus, 2022). Doughty (2009), araçsal yas stilinde olan kişilerin, şikâyetlerini ve duygularını gösterebileceğini, ancak bu ifadelerin derin ve yoğun duygusal tepkiler içermediğini belirtir. Martin ve Doka (2000), araçsal yas stilindeki bireylerin, acı veren durumlar karşısında genellikle ağlayamadıklarını ve en son ne zaman ağladıklarını dahi anımsayamadıklarını ifade etmişlerdir. Bununla beraber araçsal stilde yas tutan bazı kişilerin, ağlama ihtiyacı bile hissetmeyebileceklerini eklemiştir (Martin ve Doka, 2000). Bu stilde yas tutan bireyler, duygularını kontrol altında tutmaya ve problem çözme faaliyetlerine odaklanmaya eğilimlidirler. Doughty (2009), araçsal yas tutan kişilerin, kaybın acısına odaklanmak yerine, kayıpla ilgili sorunları çözmeye yönelik bilişsel ve davranışsal yaklaşımlar sergilediklerini vurgular. Bu kişiler, duygusal ifadelerden ziyade, kayıpla başa çıkmada mantıksal ve pratik yollar ararlar.

Araçsal yas tutma stilinde, kişiler daha çok problem çözmeye odaklanır ve kaybın nedenine yoğunlaşırlar. Duygular hakkında konuşmaktan kaçınma eğilimindedirler ve yaslarını daha içe dönük yaşarlar. Bu kişiler, kayıplarıyla duygularını gizleyerek ve kayıplarıyla ilgili mantıksal yaklaşımlar sergileyerek başa çıkarlar. Araçsal yasta, bireyler kaybın duygusal etkilerinden çok, kaybın pratik ve mantıksal yönleriyle ilgilenirler. Problem çözmeye odaklanır ve kayıpla ilgili bir nedene yoğunlaşırlar. Duygularını açıkça ifade etmek yerine, genellikle içsel olarak yaşarlar ve bu duyguları paylaşma konusunda isteksiz olurlar. Araçsal yas tutan kişiler, duygularını bastırarak ve kayıplarıyla ilgili somut çözümler üretmeye çalışarak yas sürecini yönetirler. Bu, onların yaslarını daha kontrollü ve organize bir şekilde yaşamalarına olanak tanır, ancak duygusal destek arayışında olmayabilirler (Doughty, 2009).

Sezgisel yas stilinde ise, kişiler yoğun duygusal tepkiler gösterirler. Bu tepkiler arasında açıkça görülen duygu ifadeleri, gözyaşı, suçluluk, öfke ve kaygı bulunur. Bu tarzda yas tutan kişiler, üzüntülerini güçlü duygular ve yoğun bir şekilde kayıp hakkında konuşma isteği ile ifade ederler. İçsel olarak büyük bir keder ve acı hissederlerken, dışa dönük olarak duygularını ifade eder, ağlar ve deneyimlerini başkalarıyla paylaşırlar (Doughty, 2009).

Sezgisel stilde yas tutan bireyler, üzüntülerini ağlayarak ifade etme eğilimindedirler ve içsel duygularını başkalarıyla paylaşmayı tercih ederler. Bu stilde, bireyler duygusal tepkilerini açıkça sergileyerek ve kayıplarını başkalarıyla konuşarak yaslarını yaşarlar. Onların iç keder deneyimleri aşırı üzüntü ve acı ile karakterize edilirken, dışa dönük deneyimleri duygusal ifadeler, ağlama, kayıplarından söz etme ve deneyimleriyle ilgili başkalarıyla bağlantı kurma ile belirginleşir (Ulus, 2022). Bu bağlamda sezgisel yasta, bireylerin duygularını açıkça ifade etmeyi tercih ettikleri ve kayıp hakkında konuşmak için güçlü bir istek duydukları söylenebilir.

2.6. Yas Türleri

Yas, bireylerin yaşamında derin izler bırakan, karmaşık ve çok boyutlu bir süreçtir. İnsanlar, yaşadıkları kayıplara karşı birbirinden farklı tepkiler vererek bu süreci deneyimlerler. Yasın türleri, kişisel, kültürel ve sosyolojik faktörler tarafından şekillenir, bu da her bireyin yas deneyimini benzersiz kılar. Kimi insanlar kayıplarına hızlı ve sağlıklı bir şekilde uyum sağlarken, bazıları daha karmaşık ve uzun süreli yas süreçlerinden geçebilirler. Yas türlerinin çeşitliliği, bireylerin kayıpla başa çıkma biçimlerinin ne kadar geniş bir yelpazede yer aldığını göstermektedir. Bu farklılıkları anlamak, kişinin yas sürecini daha doğru kavramak ve yas tutan bireylere daha etkili destek sağlamak için oldukça önemlidir. Yas sürecinde gösterilen tepkilerdeki kişisel farklılıklar ve bu süreci etkileyen faktörlerin çeşitli olması nedeniyle normal yas, patolojik yas ve travmatik yas olmak üzere üç farklı yas türü olduğu söylenebilir (Bildik; 2013; Çolak ve Hocaoğlu, 2021; Genlik, 2012). Araştırmacıların farklı türdeki yas sınıflamaları Tablo 1’de gösterilmiştir:

Tablo 2.1: Araştırmacıların Farklı Türdeki Yas Sınıflamaları

Araştırmacı	Yas Türleri
Parkes (1965)	Normal (Tipik)
	Normal olmayan (Atipik)
Bowlby (1980)	Kronik yas
	Baskılanmış yas
	Ertelenmiş yas
Belitsky ve Jacobs (1986) (akt. Bonanno ve Kaltman, 2001)	Kronik matem
	Bilinçli yasın uzamış yokluğu
	Patolojik yas
Prigerson vd. (1996)	Karmaşık/çarpıtılmış yas
	Ertelenmiş yas
	Karmaşık yas

Weiss (2001)	Normal yas Karmaşık yas Travmatik yas
Bildik (2013)	Normal yas Patolojik yas Travmatik yas
Shear (2015)	Akut yas Karmaşık yas Kronik yas
Worden (2018)	Abartılmış yas Maskelenmiş yas Ertelemiş yas
Gross (2018)	Normal yas Karmaşık/uzamış yas Hakkını kaybetmiş yas
Çolak ve Hocaoğlu (2021)	Normal yas Karmaşık/patolojik yas Travmatik yas

2.6.1. Normal Yas

Normal yas, yaşanan kaybın kaçınılmaz bir sonucu olarak, bireylerde kayıp sonrasında ortaya çıkan duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal tepkileri ifade etmektedir (Worden, 2001). Aynı zamanda akut yas olarak da adlandırılan normal yas, tıbbi veya psikiyatrik bozukluk gibi değil, stresli bir duruma verilen normal bir tepki olarak görülmektedir (Lindemann, 1944). Karmaşık olmayan ölümle ilişkili yas süreci, genellikle üzüntü, özlem, kafa karışıklığı, hissizlik ve yalnızlık gibi yaygın belirtilerin yaşandığı, yaşanan bu belirtilerin zamanla azaldığı, ölümün gerçekliğinin ve etkilerinin kabul edildiği ve kaybın yaşamla bütünleştirilmesiyle kendiliğinden sınırlı bir durumdur. Normal yas süreci yaşayan bireyler, genellikle semptomlarının yas sürecine uygun olduğunu fark etmektedirler ve bireylerin bu süreçte yaşadığı belirtiler altı aydan bir yıla kadar belirgin bir şekilde azalma göstermektedir (Humphrey, 2017). Volkan ve Zıntı (2023) ise normal yası tanımlarken normal ve yas ifadelerinin birlikte kullanılmasını çelişkili bulduklarını çünkü yasta normalliğin nadiren bulunduğunu ifade etmişlerdir. Bu sebeple, tarif edilemeyecek kadar acı verici bir deneyimin ardından gösterilen tüm sıra dışı tepkilerin, katlanılması zor ve inanılması güç olmasına rağmen, tek başına delilik göstergesi olmadığını söylemektedirler.

2.6.2. Komplike Yas

Bireyin kayıp sonrası yas sürecini belirlenen zamanda tamamlayamaması, yas belirtilerinde artış gözlenmesi ve kayıp öncesi işlevselliğine geri dönememesi durumu, komplike yas olarak adlandırılır. Bir bakıma komplike yas, normal yas sürecinin değişik özellikler taşıyan bir devamı niteliğindedir (Alan Gencer ve Alan, 2023). Komplike yas; anormal yas, maskelenmiş yas, çözümlenmemiş yas, gecikmiş yas, kronik yas gibi farklı isimlerde de ifade edilmektedir. Yas süreci doğal bir tepki olduğundan hastalık gibi değerlendirilmez ve çoğu zaman tedavi gerektirmez. Ancak, komplike yas, tanınması ve mutlaka tedavi edilmesi gereken bir durumdur. Yapılan çalışmalar, bu sürecin tedavi edilmediği takdirde psikiyatrik ve fiziksel hastalıklar için bir risk faktörü oluşturduğunu, ayrıca intihar eğilimini artırdığını göstermiştir.

2.6.3. Travmatik Yas

Travma ve yas, birçok farklı şekilde birbiriyle iç içe geçebilmektedir. Bu sebeple bu iki durumu birbirinden ayırmak genellikle zordur (Rubin vd., 2003). Travmatik yas, kaybın ani ve beklenmedik bir şekilde olmasıyla meydana gelen tepkilerdir. Bu durum psikolojik ve fiziksel hastalıkların oluşmasında risk teşkil etmektedir (Çolak ve Hoccoğlu, 2021). Bir başka tanıma göre ise travmatik yas, yas tutan kişinin yaşadığı çoklu ve çeşitli zorluklarla birleşen karmaşık bir etkileşimdir. Bu zorluklar, yasin yol açtığı derin sarsıntılar nedeniyle travmatik boyutlara ulaşabilmektedir. Bu nedenle, travmatik yas, bireyin kayba verdiği yanıtların, yaşamını derinden etkileyen bir dizi karmaşık etkileşimden kaynaklandığını ortaya koymaktadır (Rubin vd., 2003).

Ancak birey, dış koşulların açıkça travmatik olmadığı durumlarda bile travmatik boyutlarda yas deneyimleri yaşayabilmektedir. Travmatik yas, sadece travma veya yaşamı tehdit eden durumlar sonucu ortaya çıkmaz. Uzmanlar bu kavramı daha geniş bir perspektifle ele alarak, ölmüş olan kişiyle olan ilişkinin bozulmasına neden olabilecek çeşitli unsurları da travma kapsamına dahil etmiştir. Yasin kişilerarası boyutundaki karmaşıklıklar, travma olarak kabul edilen dış tehditlerle aynı derecede hayatı olumsuz etkilemektedir (Rubin vd., 2003).

2.7. Yas Sürecini Etkileyen Faktörler

Kayıpların en somutu olan ölümün ardından yas yaşanmaktadır. Sevilen birinin ölümünün ardından yaşanan yas sürecinin kişinin hayatı üzerindeki yansımaları, süresi ve yoğunluğu hem kültürden kültüre hem kaybedilen kişinin yakınlık derecesine hem de kişiden kişiye birçok farklılık göstermektedir (Ayaz vd., 2014). Yas, bireyin hayatını psikolojik, sosyal, biyolojik ve manevi olmak üzere farklı boyutlarda etkilemektedir. Bu etki, bireyin olumsuz duygular yaşaması olabileceği gibi yaşanan deneyim nedeniyle çeşitli fiziksel ve psikolojik hastalıklara yakalanma şeklinde de kendini göstermektedir (Ulus, 2022). Bu alandaki araştırmalar, kayıp sonrası süreçte insanların hem fiziksel hem de ruhsal sorunlar yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Ott, 2003; Stroebe vd., 2007). Yas sürecinin farklı deneyimlenmesi, bu sürecin çeşitli faktörlerle ilişkili olduğunu gösterir. Yas sürecinin tamamlanması gereken görevlerden ibaret olduğunu söyleyen Worden, yas sürecini etkileyen 7 ana etmen olduğunu ifade etmiştir (Worden, 2001):

Ölen bireyin kim olduğu: Yası tutulan kişinin kimliği, bireyin yas tepkisinin nasıl şekilleneceğini belirler. Yaşlılık ve doğal nedenlerle hayatını kaybeden biri için tutulan yas ile trafik kazasında ani bir şekilde hayatını kaybeden biri için tutulan yas arasında fark olması normaldir.

Ölen birey ile ilişkinin türü: Yas yaşayan bir bireyin yasa dair tepkilerini anlamak için en başta ölen kişiyle arasındaki ilişkinin türüne bakmak gerekir. Bireyler arası da ilişkinin türü yas sürecini etkilemektedir. Eğer bireyin yası tutulan kişiyle çatışmalı bir ilişkisi varsa, suçluluk duyguları yaşanabilir ve yas süreci tamamlanamayabilir. Ölen kişi, kaybı yaşayan birey için güven simgesi bir bağlanma kaynağıysa, yas tutan kişi kendini yalnız, çaresiz ve kırılgan hissedebilir. Böyle bir durumda, kişi kaçınma davranışları geliştirebilir ve yas sonrasında yeni bir dünyaya adapte olma da zorluk çekebilir.

Ölüm şekli: Ölümün nasıl gerçekleştiği, yas sürecini ve kayıp sonrası yeni düzene uyumu etkilemektedir. Doğal nedenlerle gerçekleşen bir ölüm, kaza, cinayet veya intihar gibi durumlar, bireylerin yas tutma sürecinde farklı tepkiler vermesine neden olabilir. Örneğin, doğal nedenlerle vefat eden bir kişi için yas tutmak genellikle daha kabul edilebilir ve beklenirken, ani ve beklenmedik bir kaza sonucu ölüm, yas sürecini

daha karmaşık ve zor hale getirebilir. Bununla beraber, kaybın aniden yaşanması veya travmatik bir şekilde olması da yas sürecini etkilemektedir.

Geçmişte yaşanan kayıplar: Geçmişteki kayıplara verilen yas tepkileri ve önceki kayıplara yönelik yas sürecinin tamamlanıp tamamlanmadığı gibi faktörler de yas sürecini etkilemektedir. Eğer birey, önceki kayıplarını sağlıklı bir şekilde işlememiş ve yas sürecini tamamlamamışsa, yeni bir kayıp karşısında daha karmaşık ve yoğun tepkiler verebilir. Bireyin geçmişinde herhangi bir psikopatolojik durumun varlığı veya önceki kayıplara karşı patolojik yas tepkileri vermiş olması, yeni bir kayıp karşısında yasin patolojik düzeyde yaşanması ihtimalini arttırmaktadır. Bu gibi durumlarda, birey daha uzun süreli ve daha zorlayıcı bir yas süreci yaşayabilir, bu da profesyonel yardım gerektirebilir.

Bireysel özellikler: Bireyin cinsiyeti, yaşı, yaşamda karşılaştığı zorluklarla mücadele etme tarzı, bağlanma şekli, inançları ve değerleri, kayıplara verdiği tepkilerin anlaşılmasında önemli bir yere sahiptir. Bazı kişilik özelliklerinden dolayı, birey diğer insanlara göre kayıplarla başa çıkmakta zorlanabilir.

Sosyal destek kaynakları: Yas sürecinde olan bir bireyin güçlü bir sosyal destek ağına sahip olması ve bu desteği yakından hissetmesi, yas sürecini atlama konusunda önemli bir rol oynar. Aile içinde kayıpla ilgili açık iletişim kurulması ve yas tutan kişiye destek olunması, komplike yas riskini azaltabilir ve sağlıklı bir yas tutma sürecine katkıda bulunabilir.

Yas sürecinde meydana gelen olaylar: Yeni bir işe başlamak, taşınmak, evlenmek veya boşanmak gibi önemli yaşam olayları, kısa bir zaman diliminde birden fazla kayıp yaşamak, kaybın ardından yaşanan ekonomik zorluklar ve maddi kaygılar da yas sürecini sekteye uğratabilir ve söz konusu sürecin uzamasına neden olabilir.

Bu bağlamda yas sürecini etkileyen birçok faktör olduğu, bu faktörlerin her bireyde farklı şekillerde işlediği ve bu faktörlerin bireylerin yas tutma biçimlerini ve sürelerini etkilediği söylenebilir. Bireyin yas sürecini etkileyen faktörlerin ve bu faktörlerin söz konusu süreci ne yönde etkilediğinin farkında olmak bu süreçte bireye daha doğru bir biçimde destek olmak ve gerektiğinde profesyonel yardım almasını sağlamak adına oldukça önemli bir yere sahiptir.

2.8. Kayıp ve Yas Tepkileri

Yas, içsel üzüntünün bir dışavurumu ve kalpteki acının serbest kalmasını sağlayan, sevginin toplumsal ifadesidir. Her toplumun yaşadığı derin üzüntüyü ifade etmek için kendine özgü yolları ve ritüelleri olduğundan, bu süreç sosyal ve kültürel olarak şekillenir (Abi-Hashem, 2017).

Her birey yas sürecini farklı biçimlerde deneyimlemektedir. Bununla birlikte yapılan çalışmalar yas tepkilerini duygusal, fiziksel, bilişsel ve davranışsal tepkiler olmak üzere 4 başlıkta incelemektedir (Zara, 2011). Acı, keder, şok, öfke, suçluluk, kaygı ve umutsuzluk yas sürecinde yaşanan duygusal tepkileri; sese duyarlı hale gelme, psikosomatik yakınmalar ve halsiz hissetme fiziksel tepkileri; kaybı inkâr etme, dikkat sorunları, halüsinasyonlar, çarpıtılmış düşünceler ve kâbuslar bilişsel tepkileri; uyku sorunları, iştahsızlık, dikkatsiz davranışlar, bağımlılığa yönelme, kaybı anımsatan uyaranlardan kaçınma veya bu uyarıcılardan ayrılmama ise davranışsal tepkileri oluşturmaktadır (Bildik, 2013; Zara, 2011).

Kayıp sonrasında gösterilen tepkilere bakıldığında, normal yas süreci ile depresyon belirtileri arasında uyku ve iştah problemleri, derin keder, umutsuzluk ve sosyal izolasyon gibi birçok benzer nokta bulunduğu görülmüştür. Ancak, tüm bu belirtiler normal bir yas sürecinde kısa bir süre için ortaya çıkmaktadır. Bu sebeple, yas sürecinde görülen depresyon olağan kabul edilerek ve normal yas sürecinde zamanla azalarak tamamen bitmesi beklenmektedir (Gizir, 2006).

Hayatın kaçınılmaz bir gerçeği olan ölüm (Yıldız Önal ve Köseoğlu, 2021), insanlar için her ne kadar evrensel bir deneyim olsa da insanların yasları parmak izleri gibi biriciktir. Bu sebeple yas sürecinde yaşanan tepkiler bireyden bireye farklılıklar göstermektedir. Söz konusu tepkileri bilişsel, davranışsal, fiziksel ve duygusal olmak üzere 4 ana başlıkta incelemek mümkündür (Gizir, 2006; Özel ve Özkan, 2020).

2.8.1. Bilişsel Tepkiler

Bilişsel tepkiler arasında kaybı anlamlandırmada güçlük, inanmama, kafa karışıklığı ve bilişsel dağınıklık en yaygın olanlardır (Bonanno ve Kaltman, 2001; Maraş, 2014; Zara, 2011). Beklenmedik bir ölüm durumunda, inanmama düşüncesi en sık verilen tepkilerden biridir. Bununla birlikte, kayıp sonrasında odaklanma sorunları ya da kayba yönelik obsesif düşünceler de yaygın görülen belirtilerdendir (Bakır ve Dilmaç,

2023). Ayrıca bireylerin inanç sistemlerinde, hayata, geçmişe ve geleceğe dair bakış açılarında birtakım değişiklikler yaşanabilir (Kaya ve Kumova, 2024). Sevilen birinin ölümünün ardından, kaybedilen kişiye ait halüsinasyon görme ya da sesler duyma yaşanabilmektedir. Bu tür tepkiler, yas sürecinde normal ve yaygındır (Worden, 2009). Ancak, bu bilişsel tepkilerdeki gereğinden fazla artış bireylerde depresyon veya kaygı gibi psikolojik problemleri tetikleyebilir.

2.8.2. Davranışsal Tepkiler

Kaybın niteliğine göre bireylerin yas sürecinde göstermiş olduğu davranışsal tepkiler birbirinden farklı olmakla birlikte iç çekme ihtiyacı, kaybedilen yakınlı ile ilgili kabuslar ve rüyalar görme, arama davranışları, yasin öncesinde hoşlandığı faaliyetlerden keyif alamama, içe kapanma ve sosyal izolasyon, başkalarıyla iletişimi kesme, teselli edilmeyi ve rahatlatılmayı reddetme gibi davranışsal tepkiler görülmektedir (Gizir, 2006; Abi-Hashem, 2017; Bakır ve Dilmaç, 2023). Bunlara ek olarak bazı kişilerde dalgınlık ve alkol, madde kullanımı da görülebilmektedir (Zara, 2011). Ayrıca yas tutan bazı bireyler, sevdiklerine ait eşyaları yanlarında taşır veya onları hatırlatan yerleri ziyaret ederken, diğerleri ölümün gerçekleştiği yerlerden ya da sevdiklerinin eşyalarından kaçınmaktadırlar (Gizir, 2006).

2.8.3. Duygusal Tepkiler

Yas sürecinde duygusal belirtiler geniş bir yelpazede kendini gösterir. Bu süreçte kişi, derin bir üzüntü ve yoğun hissizlik hissedebilir, bu duygular zaman zaman günlük yaşam aktivitelerini bile zorlaştırmaktadır. Kaybın adaletsiz bulunması ve ani gelmesiyle de ilişkili olarak aşırı öfke ve kızgınlık duyguları sıkça ortaya çıkar. Suçluluk duyguları, geçmişteki yapılan veya yapılamayan şeyler üzerine yoğunlaşabilmektedir. Yalnızlık ve çaresizlik de yas sürecinin sık rastlanan duygusal tepkileridir. Uyuşma ve isteksizlik, kişinin duygusal olarak donuklaşmasına neden olabilir. Umutsuzluk, kaybın ardından geleceğe dair inançsızlıkla belirginleşir. Kaybedilen kişiye duyulan yoğun özlem, onları sürekli anma ve yeniden bir araya gelme isteğiyle kendini gösterir. (Zara, 2011; Abi-Hashem, 2017). Söz konusu yelpazedeki tüm duygusal tepkiler, yas sürecinin derinliğini ve karmaşıklığını yansıtmaktadır.

2.8.4. Fiziksel Tepkiler

Yas, bir hastalık olmadığı için çoğu insanın profesyonel bir destek almadan atlatabildiği bir süreçtir. Ancak, özellikle kaybın ardından gelen ilk haftaların artan ölüm riski ile ilişkili olduğu, bu süreçte fiziksel hastalıkların ortaya çıkabildiği, tıbbi destek alınmasının artış gösterdiği ve fiziksel sağlığın kötüleştiği araştırmalar sonucunda bulunmuştur (Stroebe ve Schut, 2005). Kültürel normlara göre, fiziksel tepkiler, duygusal tepkilere nazaran daha çok kabul edilmektedir. Yas sürecinde bireyler sıklıkla güçsüzlük, bitkinlik ve sindirim sistemi şikâyetleri gibi bedensel belirtiler yaşarlar. Boğazda sıkışma, nefes darlığı, boğulma hissi, karında boşluk hissi ve kas gücünde azalma gibi somatik şikâyetler de yaygındır. Baş ağrısı, sindirim sorunları ve bedensel duyumlara karşı artan hassasiyet gibi diğer fiziksel belirtiler de yas sürecinde sıklıkla gözlemlenir (Stroebe vd., 2007). Bu somatik tepkiler, yorgunluk ve halsizlik gibi genel bir bitkinlik durumuna yol açarak bireyin günlük yaşam aktivitelerini olumsuz etkileyebilir ve hatta depresyona girmesine neden olabilir (Bakır ve Dilmaç, 2023).

2.9. Ergenlik Dönemi Kuramsal Yaklaşımlar

Ergenlik dönemi, bireyin yaşamında önemli bir geçiş sürecidir ve bu dönemi anlamak için çeşitli kuramsal yaklaşımlar geliştirilmiştir. Biyolojik, psikanalitik, psikososyal, bilişsel, sosyal öğrenme ve ekolojik sistemler gibi farklı teoriler, ergenlik döneminin çok boyutlu doğasını ve bu dönemde yaşanan değişimlerin karmaşıklığını açıklamaya çalışmaktadır. Aşağıda ergenlik dönemini açıklamaya çalışan bazı kuramlara yer verilmektedir:

2.9.1. Biyolojik Yaklaşım

Ergenlikteki biyolojik değişimlerin önemi tartışmasız bir gerçektir. Ancak, bu dönemin psikososyal yönlerinin tanımlanmasında biyolojik değişimlerin ne kadar etkili olduğu konusunda ergenlik üzerine çalışan uzmanlar arasında bir görüş birliği yoktur (Steinberg, 2007). Biyolojik bakış açısına göre, ergenlik döneminde görülen davranışsal ve psikolojik değişimlerin temelinde biyogenetik faktörler yatar. Bu yaklaşım, gelişim ve davranışın büyük ölçüde içsel olgunlaşma süreçleri tarafından

yönlendirildiğini savunur. Çevresel etkilerin bu süreçlerdeki rolü sınırlıdır ve gelişim, hemen hemen kaçınılmaz bir şekilde evrensel bir kalıp izler, sosyoekonomik çevreye bağlı olmaksızın gerçekleşir (Dolgin, 2014).

G. Stanley Hall (1904), bu biyososyal yaklaşımın en önemli savunucularından biri olarak, ergenliğin bilimsel olarak incelenmesinin öncüsü olarak kabul edilmektedir. Charles Darwin'in evrim teorisinden büyük ölçüde etkilenen G. Stanley Hall, bireyin gelişiminin insan türlerinin evrimiyle paralel olduğunu savunduğu "Öz Yineleme Kuramı"nı ortaya atmıştır. Hall'a göre, bebeklik dönemi, insanlığın evrimsel süreçte ilkel olduğu zamanları temsil ederken, ergenlik ise türümüzün uygarlığa geçişini yansıtır. Hall, bireyin bu evreler boyunca gelişiminin, büyük ölçüde çevrenin etkisinden ziyade, biyolojik ve genetik faktörler ile içgüdüler tarafından belirlendiğini ileri sürmüştür. Hall'un ergenlik üzerine bıraktığı en önemli miras, bu dönemin kaçınılmaz bir fırtına ve stres süreci olduğuna dair görüşüdür. Ona göre, ergenlikte yaşanan hormonal değişimler hem birey hem de çevresi için karmaşaya neden olur ve bu çalkantı biyolojik olarak belirlenmiş olduğundan kaçınılmazdır. Toplumun bu durumda yapabileceği en iyi şey, hormonlarının etkisiyle öfkelenen gençleri yönetmenin yollarını bulmaktır (Hall, 1904, aktaran Steinberg, 2007; Hall, 1904, aktaran Dolgin, 2014; Hall, 1904, aktaran Kulaksızoğlu, 2016).

Stanley Hall, 1904 yılında ergenlik üzerine iki ciltlik bir eser yayımlamıştır. Söz konusu eserde Hall, kızlar ve erkeklerin ergenlik süreçlerinin farklı şekillerde geliştiğini öne sürmüştür. Ona göre ergenlik, bireyin kimlik duygusunun oluştuğu bir yeniden doğuş dönemi olarak kabul edilebilir. Bu dönemde gençler, bir yandan daha ilkel ve temel içgüdüler tarafından yönlendirilirken, diğer yandan toplumun önemli yapılarını ilk kez fark etmeye başlarlar. Çocuklarla karşılaştırıldığında, Hall'a göre ergenlik çağındaki birey daha eğitilebilir ve şekillendirilebilir bir duruma gelmiştir. Bu dönemde gençler sanat, bilim ve dinin değerini anlayabilir, mantıklı düşünme ve muhakeme yeteneklerini geliştirebilirler. Hall, ergenlerin bu dönemde hayatlarına bir yön verme kapasitesine sahip olduklarını ve kültürlerinin bir parçası haline gelerek, toplum içindeki yerlerini anlamaya başladıklarını savunmuştur (Hall, 1904, aktaran Kulaksızoğlu, 2016).

Hall'ın çalışmalarını sürdürdüğü dönemde, Avrupa ve Amerika'daki araştırmacılar, çalışmalarını ergenlikten ziyade çocukluk dönemi üzerine yoğunlaştırmışlardır. Bu esnada, psikanalizmin kurucusu Freud, cinselliğin yaşamın en güçlü dürtüsü olduğunu

savunarak, yetişkinlikteki cinselliğin kökenlerini çocukluk döneminde aramıştır (Kulaksızoğlu, 2016). Günümüzde uzmanlar Hall'ın ergenliğin zor bir dönem olduğuna dair görüşlerini büyük ölçüde benimsememektedir. Ancak, Hall'ın ergenlik deneyimlerine ilişkin olumsuz görüşleri Sigmund Freud gibi diğer önemli isimler tarafından da kabul edilmiştir (Dolgin, 2014).

2.9.2. Psikoanalitik Yaklaşım

Psikoanalitik kuram, insan gelişiminde özellikle çocukluk dönemine odaklanmış ve ergenliğe daha az önem vermiştir. Kuramın kurucusu Sigmund Freud'a göre, insan yavrusu cinsel dürtülerden oluşan bir yapıdır ve bu dürtüler psikoseksüel evreler halinde gelişir. İlk evre olan oral dönemde çocuk, yeme ve emme gibi eylemlerle ilgilenir, ardından anal ve fallik dönemler gelir. Fallik dönemde çocuk, cinsel organlarına ve cinselliğe yönelik ilgi geliştirir, karşı cinsten ebeveyne bağlanırken kendi cinsinden ebeveyne karşı düşmanca duygular besler. Freud, bu karmaşanın çocukta derin çelişkiler yarattığını ve çocuğun bu çelişkileri bastırmak zorunda kaldığını belirtir. Çocuk, gizil döneme geçer ve bu dönem, ergenliğe kadar süren bir sükûnetle devam eder. Ancak ergenlikle birlikte, çocukluk dönemindeki cinsel çelişkiler yeniden ortaya çıkar ve gencin cinselliğe karşı geliştirdiği savunma mekanizmaları stresli bir döneme yol açar. Freud'a göre, ergenlikteki bu çelişkiler çocukluk deneyimlerinin bir yansıması olduğundan, ergenlik çok önemli bir gelişim dönemi olarak görülmez. Freud'a göre, gelişim en iyi, farklı aşamalarda ortaya çıkan psikoseksüel çatışmalarla anlaşılır. Psikoanalitik kuramda, ergenlik tıpkı Hall'un görüşünde olduğu gibi, bir çalkantı dönemi olarak kabul edilir. Freud, ergenlikteki hormonal değişimlerin, daha önceki "gizil" evrede sağlanan psişik dengeyi bozduğunu öne sürer. Hormonal değişimlerin cinsel dürtüde artışa yol açması, ergeni geçici bir psişik kriz dönemine iter ve bilinçaltında saklı kalan eski psikoseksüel çatışmalar yeniden ortaya çıkar. Freud ve takipçilerine göre, ergenlik döneminin en büyük zorluğu, psişik bir denge kurarak söz konusu çatışmaları çözmektir. Bu süreç her ne kadar hormonal değişimlerle tetiklense de ergenin karşılaştığı özel çatışmalar, ailesiyle olan ilk deneyimlerine bağlıdır.

Aslında Freud, ergenlik hakkında oldukça az şey söylemiştir. Sigmund Freud'un kızı Anna Freud da ergenlik dönemi üzerine çalışmalar yapmıştır. Yaptığı çalışmalarda, bu

dönemin uyum sağlama çabalarıyla geçtiğini savunmuştur. Erken çocukluk deneyimlerinin yetişkin kişiliği üzerinde daha etkili olduğunu düşünen A. Freud, ergenlerin karşılaştığı sorunların küçük çocuklarınkinden farklı olduğunu belirtmektedir. Ergenler, yeniden uyanan cinsel dürtülerle mücadele ederken, bu dürtülerden dolayı kendilerini suçlu hissedebilirler. Çocukluk dönemindeki cinsellikle ilgili yasakların baskısını hisseden ergen, bir gün yetişkin olarak cinsel haz alabileceğini bilse de bunu ergenliğin sonunda ve evlilikle birlikte gerçekleştirmeyi bekler. Bu süreçte, cinsel dürtülerini kontrol etmeyi ve onlardan zevk almayı dengelemeye çalışır. A. Freud'a göre, bu dengeyi sağlamak kolay değildir. Ergenlikte ortaya çıkan erotik duygulara karşı genç, kendini savunmak için yeni yollar arar. Bazı gençler tüm zevklerden kaçınarak kendilerini cinsellikten uzak tutar, bazıları ise bu içsel çatışmaları zihinsel faaliyetlere yönlendirerek çözmeyi dener. Ayrıca, gençler bu dönemde evlilik, meslek seçimi, din ve otorite gibi konular üzerine düşünmeye ve tartışmaya yönelirler (Kulaksızoğlu, 2016).

2.9.3. Erikson'un Kuramı

Ergenlikle ilgili tanımlamalarda bulunan bir diğer kuramcı Erikson'un geliştirmiş olduğu psiko-sosyal gelişim kuramı, insan yaşamının her evresinde ortaya çıkan ve bireyin çevresiyle etkileşimini şekillendiren psikososyal çatışmalara odaklanmaktadır (Steinberg, 2017). Erikson'un gelişimi kuramı, anlaşılması en kolay kuramlardan biri olarak öne çıkar. Geliştirdiği psiko-sosyal kişilik kuramı, ergenliğe özel bir önem verir ve önceki kuramlara benzerlik gösterir. Freud gibi biyolojik olguların gelişimde önemli bir rol oynadığını savunsa da Erikson'un vurgusu psikoseksüel dürtülerden ziyade, bireyin sosyal çevresiyle etkileşiminden kaynaklanan psikososyal çatışmalar üzerinedir. Erikson, psikoanalizin çocukluk cinselliğine fazla odaklandığını düşünmesine rağmen bu kavramı tamamen reddetmek yerine onu genişletmiştir. Ona göre, çocuk psikoseksüel dürtüleri tatmin etmeye çalışsa da bu dürtüler, daha geniş bir bütünün yalnızca bir parçasıdır. Erikson, cinselliğin yanı sıra başka dürtülerin de var olduğunu kabul etmektedir (Kulaksızoğlu, 2016; Steinberg, 2017). Bununla birlikte Erikson, insan yaşamının sekiz evreden oluştuğunu ve her evrenin kendine özgü bir psikososyal krizle karakterize olduğunu savunmaktadır.

2.10. Gelişim Dönemleri ve Ölüm Algısı

Ölüm deneyimi ve akabinde onu takip eden yas süreci her yaştan bireyin deneyimlediği bir süreçtir. Birey, yaşamı boyunca çocukluk, ergenlik/gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi çeşitli gelişim dönemlerinden geçer. Bu evreler arasında net bir yaş sınırı olmamakla birlikte, gelişim belirli ve ardışık bir düzen içinde ilerler. Bu düzen tüm insanlar için ortaktır ve her gelişim aşaması bir sonraki aşamaya zemin hazırlar; bu basamaklar atlanamaz. Yani, her bir dönem bir öncekine dayanmakta ve onun üzerine gelişmektedir (Kulaksızoğlu, 2016; Yavuzer, 2022). Her bir dönem, kendine özgü fizyolojik ve psikolojik özellikleri beraberinde getirmektedir. Bununla birlikte bireyler, benzer bir olaya farklı gelişim dönemlerindeyken daha farklı tepkiler vermektedir. Bu nedenle, bireyin hayatı, genel hatlarıyla bu ana gelişim dönemlerine ayrılarak incelenebilir. Ancak, bu gelişim dönemlerinin başlangıç ve bitiş yaşlarını kesin olarak belirlemek zordur. Bilimsel çalışmaların gereklilikleri doğrultusunda, özellikle gelişim psikolojisi alanında yapılan araştırmalarda, her bir gelişim dönemi için kesin olmasa da birbirine yakın yaş aralıkları belirlenmiştir. Bu sınıflamalar, bireyin gelişim sürecini daha iyi anlamak ve incelemek amacıyla yapılmaktadır (Koç, 2004). Gelişim dönemleri çeşitli kuramcılar tarafından farklı farklı yaş aralıklarında ele alınsa da en yaygın şekliyle dönem aralıkları aşağıdaki gibidir (Işık Terzi, 2016):

Tablo 2.2: Gelişim Dönemleri Yaş Aralıkları

Gelişim Dönemi	Yaş Aralığı
Bebeklik Dönemi	0-2 yaş
İlk Çocukluk Dönemi	2-7 yaş
İkinci Çocukluk Dönemi	7-12 yaş
Ergenlik Dönemi	12-20 yaş
Genç Yetişkinlik Dönemi	20-40 yaş
Orta Yaş Dönemi	40-60 yaş
Yaşlılık Dönemi	60 yaş ve üzeri

Santrock (2016), çocukların ve yetişkinlerin buldukları yaşın, onların ölüm deneyimini nasıl algıladıklarını ve ölüm hakkında ne düşündüklerini etkilediğini söylemektedir. Bu sebeple araştırmanın aşağıda yer alan kısmında bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi farklı gelişim dönemlerinde bireylerin ölümü nasıl

anladıklarına, bu algıların nasıl şekillendiğine ve her bir dönem için belirgin olan ölümle ilgili düşüncelere, duygulara ve davranışlara yer verilmektedir. Araştırmanın bir diğer değişkeni olan ergenlik dönemi daha ayrıntılı bir şekilde incelenirken diğer gelişim dönemlerine kısaca değinilmektedir.

2.10.1. Bebeklik Dönemi ve Ölüm Algısı

Bebeklik dönemi, insan hayatının ilk 2 yılını kapsamaktadır. Bu dönemde bebek, anne karnından daha farklı olan dış dünyaya uyum sağlamaya çalışmaktadır ve bu sebeple bu süreçte diğer aylara göre daha fazla özene ve korunmaya ihtiyaç duymaktadır. Yapılan araştırmalar, bebeklerin son derece meraklı, duyarlı ve yetenekli varlıklar olduğunu ortaya koymaktadır (Gander ve Gardiner, 2010). Bebeklik yıllarında zihinsel gelişimin temelleri atılmakta ve dil gelişimi hızla ilerlemektedir. Genellikle bebekler 12 aylıkken ilk anlamlı kelimelerini söylemekte ve yine bu dönemde ilk adımlarını atmaya başlamaktadırlar. İlk altı ay, insan yaşamında en hızlı büyümenin yaşandığı dönem olarak bilinmektedir. Bununla birlikte bu dönemde güven duygusunun temelleri de atılmaktadır (Bacanlı 2015; Kulaksızoğlu, 2016).

Bu dönemdeki birey, anne ve babasının üzüntüsünü, nedenini tam olarak anlamadan fark edebilmektedir. Bebekler taklit yoluyla öğrenirler. Bu yüzden, normal yas davranışları sergileyen bir yetişkini gördüklerinde, ağlamanın ve kayıp duygularını ifade etmenin sağlıklı ve doğal olduğunu anlamaktadırlar (Willis, 2002). Ancak aksi bir durumda, ailede yaşanan bir kayıp nedeniyle günlük rutinlerin kesintiye uğraması çoğu zaman bebekler için kafa karıştırıcı olmaktadır. Bu durum, uyku ve yeme alışkanlıklarında değişikliklere, bebeğin asabi ve huysuz olmasına, ağlamanın artmasına yol açabilmektedir. Bununla birlikte sarılmaya, temasa karşı tepkisiz kalmalarına neden olabilmektedir. Ayrıca bebek, normalde kendisine gösterilen ilgiyi ebeveynlerinin yas tepkileri nedeniyle göremeyebilir. Ebeveynlerin, ailede bir ölüm olduğunda çocuklarının daha az değil, daha fazla ilgiye ihtiyaç duyacaklarını özellikle dikkate almaları önemlidir (Willis, 2002; Machajewski ve Kronk 2013).

Bebekler zamanı, yetişkinlerden farklı bir şekilde algılamaktadır. Bu yüzden, "sonsuzluk" gibi soyut kavramları tam olarak anlamaları oldukça güçtür. Bu sebeple kısa süreli ayrılıklar bile onlar için tam bir kayıp gibi algılanabilmektedir. Çoğu bebek için, bakım verenin tekrar ortaya çıkması varlığının devamlılığını sağlamakta ve

kaygıyı azaltmaktadır. Ebeveyn kaybının, özellikle de bebeğe bakan kişinin yerini kimse almadığında, bebeğin sağlığının bu durumdan olumsuz etkilenebileceği bilinmesine rağmen, bebeklerin yas ile ilgili gerçek deneyimleri hakkında çok az bilgi mevcuttur (Santrock, 2016).

2.10.2. Çocukluk Dönemi ve Ölüm Algısı

İlk çocukluk dönemi, genellikle bebeklikten okul çağına kadar olan süreci kapsar ve çocuk gelişimi açısından kritik bir dönemdir. Bu yıllarda, çocukların zihinsel, duygusal, sosyal, cinsel, kişisel, ahlaki ve fiziksel gelişimlerinin temelleri atılır (Kulaksızoğlu, 2016). Çocuklar bu dönemde oyun oynayarak hem kendilerini hem de çevrelerindeki keşfederler. 3-4 yaşları, çocukların meraklarını gidermek ve öğrenmek için sürekli soru sorduğu bir dönemdir (Yavuzer, 2022). Sorgu dönemi olarak da adlandırılan bu yaşlarda, çocuklar dil öğrenmek için tekrar tekrar aynı soruları sorarlar. 3 yaşında çocuklar kendi cinsiyetlerini fark ederler. 2-3 yaş arasındaki çocuklar ise anne-babalarının önerilerine karşı çıkma ve kendilerini kanıtlama çabası içine girerler; bu yaşlar olumsuzluk çağı olarak bilinir. 7 yaşına kadar çocuklar daha çok kendilerine odaklanmışlardır ve çevrelerindekiyle olan ilişkileri genellikle almaya yöneliktir. 2-3 yaşından itibaren çocuklar tuvalet ihtiyaçlarını kontrol etmeye başlarlar. Tuvalet alışkanlığı, kas gelişimi ve zihinsel gelişimle yakından ilişkilidir. Bu dönemde, olumlu ebeveyn ilişkileri sayesinde çocuklar bağımsız olmayı ve girişimci davranışlar sergilemeyi öğrenirler (Bacanlı, 2015; Kulaksızoğlu, 2016; Santrock, 2016).

Yapılan araştırmalar, ölümle ilgili deneyimlerin çocuğun genel gelişimi üzerinde derin etkiler bırakabileceğini göstermektedir. Yetişkinlerin çocukluk anıları incelendiğinde, ölümle ilişkili belirgin yaşantılar sıkça ortaya çıktığı görülmüştür. Sonuç olarak, bu gözlemler ve anı incelemeleri, çok küçük çocukların bile ölümle ilgili deneyimleri kaydettiklerini ve bu deneyimlerin bireyin tüm yaşamını şekillendiren bir parça haline geldiğini ortaya koymaktadır (Onur, 2017).

3 ila 5 yaş arasındaki çocuklar, ölüm kavramını pek anlamazlar ya da bu konuda hiçbir fikirleri yoktur. Ölümü uyku ile karıştırabilirler veya şaşkınlıkla "Neden hareket etmiyor?" diye sorabilirler. Okul öncesi çocuklar, ölü bir hayvan gördüklerinde veya birinin öldüğünü duyduklarında genellikle üzülmezler. Ölmüş kişilerin, sihir

yapıldığında, yemek verildiğinde veya tedavi edildiklerinde hemen hayata döneceklerine inanırlar. Küçük çocuklar, genellikle sadece ölmek isteyenlerin, kötü ya da dikkatsiz olanların gerçekten öldüğüne inanırlar. Yakınlarındaki birisi öldüğünde, mantıksız bir şekilde olayı kendilerinin ölen kişiye karşı itaatsizlikleri nedeniyle gerçekleştiğini düşünebilir ve bu nedenle kendilerini suçlayabilirler (Santrock, 2016).

Ebeveyn gibi önemli bir kişiyi kaybeden daha büyük bir çocuk, anlamadığı duygularla başa çıkmak için ısırma, yatak ıslatma veya parmak emme gibi daha önceki davranışlara geri dönebilir. Ayrıca ebeveyn kaybı yaşayan çocuklar, yabancılar da dahil olmak üzere herkesten ilgi isteyebilirler. 3-5 yaş arası çocuklarda yaygın olan bir diğer gelişimsel özellik ise kasıtlı planlama kavramıdır. "Uyku vakti", "oyun vakti", "yemek vakti" gibi rutinlerin planlı olduğunu anladıkları için her şeyin, hatta ölümün bile planlanmış bir faaliyet olduğunu düşünebilirler. Bu durumda çocuk, birisinin ölümünden sorumlu olduğunu da düşünebilir.

Orta ve geç çocukluk yıllarında, çocuklarda daha gerçekçi bir ölüm algısı gelişebilir. Çocukların ölüm algıları üzerine yapılan bir araştırma derlemesinde, 9 yaşına kadar çocukların ölümü evrensel ve geri dönüşü olmayan bir durum olarak algılamadıkları sonucuna varılmıştır (Cuddy-Casey ve Orvaschel, 1997). Yedi yaşın altındaki çoğu çocuk ise, ölümün geri dönüşü olan bir durum olduğuna inanır veya ölüme inanmaz (Santrock, 2016).

Çocuklar esasında ölümün bilincindedirler. Günlük yaşamda hayvanların ölümüne şahit olmaları, televizyonda bu konuyu seyretmeleri ve oyunlarında ölümü canlandırmaları, onların ölüm hakkında düşüncelerini şekillendirmektedir. Ölüm, hayatın bir gerçeğidir ve çocuklar farklı seviyelerde de olsa bunun farkındadırlar. Bir ölüm deneyimi yaşandıktan sonra çocuklara ihtiyaç duydukları bilgiler verildiğinde, herhangi bir krizle karşılaştıklarında daha iyi başa çıkabilirler. Oldukça iyi gözlemciler olan çocuklar, neyin söylendiği ya da gizlendiğine dair mesajları kolaylıkla algırlar. Ölüm hakkında konuşmaktan kaçınmak ve iletişim engelleri koymak, çocuklarda ölümün gizemli, bilinmeyen ve korkutucu bir şey olduğu algısını güçlendirir. Ayrıca, çocukların anlayamayacağı veya ihtiyaç duymadıkları bilgilerle onları karşı karşıya bırakmak, kafalarını karıştırabilir. Bu nedenle, önemli olan, çocuğun anlayış kapasitesine uygun ve dengeli bilgi sağlamaktır (Yıldız, 2004). Ergenlik öncesi bir çocuğun kayba tepkileri, yetişkinler için genellikle tuhaf görünebilir ve yas tutan birinden beklenen tepkilere uymayabilir. Örneğin, bir çocuk evde beslediği hayvanın

ölümüne, bir aile üyesinin ölümünden daha fazla üzülmüş gibi görünebilir. Önemli bir yetişkinin ölümü ise çok tehdit edici olabilir ve çocuk bu durumu bilinç dışında reddedebilir, bu yüzden hiçbir üzüntü belirtisi göstermeyebilir (Wolfenstein, 1966; Wolfenstein, 1969). Mutlu aile ilişkileri, doğuştan gelen sevgi ve güven duygusuna sahip bir çocuğun, kayıptan doğan acı da dahil olmak üzere krizlerle en iyi şekilde başa çıkabileceği düşünülmektedir. Hayatta kalan ebeveynin başa çıkma yeteneği, yas sürecini tamamlayabilmesi, çocuğu rahatlatması ve kaybedilen kişinin yerine geçecek uygun destekleri sağlaması, çocuğun kayıptan sonra toparlanmasında büyük bir rol oynar (Volkan ve Zıntl, 2023).

Birçok uzman çocuklarla ölüm hakkında konuşurken en iyi stratejinin dürüstlük olduğunu vurgulamaktadır. Ölüm konusunun konuşulmamasının ise uygun bir yaklaşım olmadığı düşünülmektedir. Dürüstlikle birlikte, çocuğun olgunluk düzeyine göre sorularına yanıt vermek önemlidir. Ölüm söz konusu olduğunda çocukların en çok ihtiyaç duyduğu şey, ayrıntılı açıklamalardan ziyade, sevildiklerinin ve terk edilmeyeceklerinin güvencesidir. Bu süreçte, çocuğun yaşına bakılmaksızın, yetişkinler duyarlı ve anlayışlı olmalı, çocukları duygularını ve düşüncelerini ifade etmeleri konusunda cesaretlendirmelidir (Santrock, 2016).

2.10.3. Ergenlik Dönemi ve Ölüm Algısı

Uzun bir süre boyunca dengeli ve düzenli bir şekilde ilerleyen çocukluk dönemi, birdenbire dengesizlik ve karmaşa içeren ergenlik dönemiyle son bulmaktadır. Bu dönem, ne çocuk için özlenen bir yaşam evresidir ne de gelişim sürecinde kolayca aşılacak bir dönemdir (Yavuzer, 2022). Çocukluk döneminin son, yetişkinlik döneminin ise ilk evresi olan ergenlik dönemi oldukça sarsıcı ve karmaşık bir gelişim dönemidir (Claes, 1985). Ancak, çocukluğun kesin olarak ne zaman bittiği ve yetişkinliğin ne zaman başladığı belirsizdir. Ergenliğin tanımlanması, biyolojik, psikolojik veya toplumsal boyutlara bağlı olarak değişiklik gösterir. Ergenlik, bireyin ne tam olarak çocuk ne de tamamen yetişkin olduğu, toplumsal sorumluluklardan büyük ölçüde muaf olduğu, ancak farklı rolleri keşfetme ve deneme fırsatına sahip olduğu bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir. Bu dönem, gençlere bir yol, bir kişilik, bir kimlik veya bir meslek seçmeleri için bir mola süresi sağlar. Ancak, zihinsel büyüme, cinsel olgunlaşma ve toplumsal kimliğe geçiş gibi gelişim görevleri dikkate

alındığında, bu ara dönem kolayca "kargaşa dönemi" olarak nitelendirilebilir (Bacanlı, 2015; Kulaksızoğlu, 2016).

"Ergen" sözcüğü, Batı dillerinde "adolescent" kelimesinin karşılığı olarak kullanılmaktadır. Bu kelime, Latince'de "büyümek" ve "olgunlaşmak" anlamına gelen "adolescere" fiilinden türemiştir. Kökenine bakıldığında, "ergen" kelimesi statik bir durumu değil, bir süreci, bir dönüşümü ifade etmektedir. Bu süreçte bireyler, çocukluktan yetişkinliğe geçişi yaşarlar ve bu geçiş hem fiziksel hem de psikolojik değişimlerle doludur (Dinçel, 2006; Yavuzer, 2022; Dolgin, 2014). Bu bağlamda ergenliğin çocukluktan yetişkinliğe geçişte bir köprü görevi gördüğünü söyleyebiliriz.

Ergenlik dönemi, farklı toplumlarda ve zamanlarda çeşitli yaklaşımlarla ele alınmış, tanımı ve gruplandırılması değişiklik göstermiştir. Sosyo-ekonomik koşullar, sağlık durumu, beslenme alışkanlıkları ve iklimin ergenliğin başlama yaşında önemli bir rol oynadığı gözlenmiştir. Bununla birlikte, cinsiyet de ergenliğin başlamasında önemli bir etkidir, kızlar erkeklerden yaklaşık olarak iki yıl önce olgunlaşmaktadır. UNESCO, ergenlik dönemini 15-25 yaş aralığında tanımlarken, Türkiye’de bu dönem kızlarda ortalama 10-12 yaşlarında, erkeklerde ise 12-14 yaşlarında başlamaktadır (Yavuzer, 2022).

Ergenlik, biyolojik, psikolojik, toplumsal ve ekonomik geçişlerin yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde meydana gelen tüm değişimleri düşündüğümüzde, bireylerin cinsellikle ilgilenmeye başladıklarını ve üreme yetkinliğine sahip olduklarını görürüz. Ayrıca, bilişsel yeteneklerinin gelişmesiyle birlikte daha üst düzeyde düşünme becerisi kazanırlar ve kendi kararlarını daha sağlıklı bir şekilde alabilirler. Bu süreçte, bireyler kendilerinin daha fazla farkına varır, bağımsızlıklarını artırır ve gelecekte kendilerinden neler beklendiği konusunda daha fazla bilinçlenirler. Toplum tarafından çalışma, evlenme, araç kullanma ve oy verme gibi önemli haklar da bu dönemde bireylere tanınır (Steinberg, 2017).

Psikanalist Martha Wolfenstein, ergenliğin sağlıklı bir şekilde tamamlanmasının, bir yetişkinin yas tutma yeteneğinin gelişimi için kritik olduğunu savunur. Wolfenstein’a göre, ergenlik dönemi yas tutma süreci için bir prova niteliindedir ve benzer dinamikleri içerir. Bu dönemin başarıyla tamamlanması, kişinin yetişkin gibi yas tutma modelini öğrenmesini sağlar. Burada önemli olan nokta, ergenliğin sağlıklı şekilde tamamlanmasıdır. (Wolfenstein, 1966; Wolfenstein, 1969).

Ergenlik döneminde, tıpkı yaşlanma gibi ölmenin de uzak bir ihtimal olduğu, ölümün kaçınılabılır, göz ardı edilebilir ve hatta alay konusu yapılabilir bir şey olduğu düşünülmektedir (Santrock, 2016; Tanhan, 2017). Bu sebeple ölümle ilgili konuşmalardan kaçınmaktadırlar. Ancak, derinlerde ölümle ilgili düşünceler gençlerin zihinlerinde yer edinmektedir (Tanhan, 2017). Bu bakış açısı, ergenlerin kendine özgü bilinç durumunun tipik bir örneğidir. Ancak, bazı ergenler ölümün anlamını sorgulayıp kendi ölümlülükleriyle yüzleşerek, ölüm konusuna ilgi göstermeye başlayabilmektedirler (Santrock, 2016).

Kayıp, hayatın doğal bir parçasıdır, ancak ergenler üzerinde genellikle çok derin etkiler bırakır (Huntley ve Brathon, 1994). Lise yıllarındaki ergenler, soyut düşünme yeteneklerinin de gelişmesiyle birlikte ölüm kavramını yetişkinler gibi anlayabilirler. Ancak, ölümle deneyimi, ergenler için yetişkinlerden çok daha travmatik ve sarsıcı olmaktadır (Avcı, 2019). Çocuklar ve ergenler için aile üyelerinden birinin ölümü veya kendileri için önemli olan, sevdikleri birini kaybetmek, üstesinden gelmesi oldukça zor ve beraberinde bazı riskler bulunduran bir durumdur (Mannarino ve Cohen, 2011). İnsanlar bir kayıp deneyimiyle karşı karşıya kaldıklarında, ailelerinin ve kültürlerinin öğretileri doğrultusunda yas tutmaktadırlar. Bazı toplumlar, yaşlarıyla daha sağlıklı yollarla başa çıkarlar. Ancak, birçok kültürde çocukların ve ergenlerin yası yetişkinlerden daha az yoğunlukta yaşadığı yanılması yaygındır. Bu yanılma, birçok yetişkinin kendi kayıplarını anlamakta ve kabul etmekte zorlanmasıyla bir araya geldiğinde, gençlerin bu süreçte ihtiyaç duydukları desteği almalarının önüne geçmektedir. Ergenlerin kayıpla başa çıkmalarına etkili şekilde yardımcı olabilmek için, yas sürecinin daha iyi anlaşılması önemlidir (Huntley ve Brathon, 1994).

Ergenlik döneminde, gençlerin kayıpla başa çıkarken ve yas tutarken özel ihtiyaçları vardır. Bu nedenle, danışmanların yas sürecini ve bu döneme özgü gelişimsel sorunları anlamaları, ergenlere etkili bir şekilde yardımcı olabilmeleri için son derece önemlidir.

2.10.4. Yetişkinlik Dönemi ve Ölüm Algısı

"Yetişkin" kelimesi, Latince'de "büyümek" anlamına gelen "adolescere" fiilinin geçmiş zaman ortacından türetilmiştir, bu nedenle "yetişkin" bir kişi "büyümüş" bir kişi olarak kabul edilir. Bu tanımın karmaşıklığı, yetişkinin sadece fiziksel özellikleriyle değil, aynı zamanda psikolojik özellikleriyle de değerlendirilmesi gerekliliğinden kaynaklanmaktadır. Yetişkin bir bireyin hem fiziksel hem de psikolojik

olarak olgunlaşmış olduğu varsayılmaktadır (Onur, 2017). Yaşamın geneline bakıldığında, adeta tüm gelişim görevleri bireyi yetişkinlik dönemine hazırlıyor gibidir. Kişi önce temel güven duygusunu kazanır, daha sonra özerkliğini elde eder, ergenlik döneminde ise kim olduğunu keşfeder. Bu açıdan değerlendirildiğinde, yaşamın en uzun evresi olan yetişkinlik bir değerlendirme dönemiye önceki gelişim dönemlerinin yetişkinliğe hazırlık olduğu söylenebilir (Işık Terzi, 2016).

Yetişkinlik dönemi, genç yetişkinlik ve orta yetişkinlik dönemi olarak iki farklı dönem olarak ele alınabilmektedir. Kişinin ergenlik döneminin bitiminden orta yaşa kadar geçirdiği dönemin ismi olan genç yetişkinlik Arnett (2000) tarafından beliren yetişkinlik dönemi olarak da adlandırılmaktadır. Bu dönemde bireyler, hayatın çeşitli alanlarında önemli gelişim görevleriyle karşı karşıya kalırlar. Bunlar arasında eş seçimi ve birlikte yaşamayı öğrenme, aile kurma ve çocuk yetiştirme gibi görevler bulunur. Aynı zamanda, ev işlerini yürütme ve bir işe girip kariyerini geliştirme ya da bir uğraş başlatma gibi sorumluluklar da bu dönemde önemli hale gelir. Toplumsal sorumlulukları üstlenme ve uygun bir toplumsal gruba katılma da bireyin sosyal uyumunu ve toplumsal entegrasyonunu destekleyen gelişim görevleri arasında yer alır. Bu görevlerin başarılması, bireyin hem kişisel hem de sosyal hayatında denge ve tatmin sağlamasına katkıda bulunmaktadır (Bacanlı, 2015, Santrock, 2016).

Yas, bireyin önemli bir kayıp sonrasında yaşadığı duygu durumudur ve genellikle acı verici ve sarsıcı bir süreçtir. Yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinden önceki evreler sağlıklı bir şekilde tamamlanmadığında, bu dönemlerde patolojik yas belirtileri görülme olasılığı yüksektir. Bu süreçte gerekli görevler yerine getirilmediğinde, kişi huysuz, inatçı, eleştirel, çevresiyle uyum sağlayamayan ve yaşıyla barışık olmayan biri haline gelebilir (Worden, 2002).

2.10.5. Yaşlılık Dönemi ve Ölüm Algısı

Orta yaş döneminin ardından başlayan süreç yaşlılık dönemi olarak adlandırılmaktadır. Yaşlılık dönemi, yaşamın değerlendirilmesinin başka bir boyutunu temsil eden bir süreçtir (Tanhan, 2017) ve yaşam döngüsünde yaşlılık dönemi kendine özgü özellikler taşımaktadır. Yaşlı bireyler, bu dönemde çeşitli rol değişimlerine uyum sağlamaya çalışırlar. Emeklilik, genellikle bu döneme denk gelir ve yaşlılar için hem "işsiz bir hayata" hem de "ekonomik kısıtlılıklara" uyum sağlamak zorlayıcı olabilir. Yaşlılar, günlük aktivitelerini planlama konusunda zorluk yaşayabilir ve sık sık boşluk duygusu

hissedebilirler (Durak, 2016). Ayrıca, ekonomik olarak aile içinde yeni bir denge kurma konusunda da sıkıntı yaşarlar. Emeklilik döneminde yaşlıların yeni uğraş alanları bulması, emeklilik sorunlarıyla başa çıkmada önemlidir. Emekliliğin getirdiği diğer bir sorun ise etkinlik düzeyinin azalmasıyla bireyin sağlığının olumsuz etkilenmesidir (Howard vd., 1982).

Yaşlanmayla birlikte hafıza ve bilişsel işlevlerde belirgin değişiklikler meydana gelir. Gençlik ve orta yaşlarda entelektüel yetiler genellikle artar veya sabit kalır. Ancak, 60 yaş ve sonrasında bu yetilerde azalmalar görülür. En belirgin değişiklik, düşünce hızının yavaşlamasıdır. Bu nedenle, bilişsel işlevlerle ilgili alanlarda daha fazla zamana ihtiyaç duyarlar. Bilişsel açıdan, bir işi başarmak için gerekli kaynaklara sahiptirler. Bir matematik problemini çözebilirler ancak çözme süresi uzamıştır. Diğer taraftan, pratik zekada yaşla birlikte artış görülür. Yaşlılar, güncel bir problemin çözümünde pratik zeka sayesinde gençlere göre zaman zaman daha avantajlıdır.

Yaşlı bireylerde beynin duyuları kaydetme gücü ve duyarlılığı orta yaşlılara göre nispeten azalır. Bu durumla başa çıkmak için yaşlılar, konuşan kişiden daha yavaş konuşmasını isteyebilir ve konuşan kişiye daha uzun süre ve dikkatle bakma ihtiyacı duyarlar. Duyusal keskinlik de yaşlılarda daha fazla azalır (Durak, 2016).

Gençlerin genellikle ölümü düşünmeyi ertelediği, yaşlıların ise muhtemelen ölüme daha yakın oldukları varsayımından dolayı ölümü daha fazla düşündüklerine inanılmaktadır. Ayrıca, gençler ölüme oldukça uzak bir konumda tasvir edilirken, yaşlıların yaygın olarak ölüme daha yakın oldukları düşünülmektedir (Tanhan, 2016).

Yaşlılık dönemi, bireylerin genellikle daha fazla kayıp yaşadığı ve bunun sonucunda da yas tepkilerinin daha sık görüldüğü bir gelişim dönemidir. Yaşamın son evresi sayılan yaşlılık dönemindeki bireyler, yaşam sürelerinin uzunluğu sebebiyle yas yaşama riski en yüksek olan gruptur. Diğer tüm gelişim dönemlerinde olduğu gibi yaşlılık döneminde de yas tepkileri, döneme göre farklılık göstermektedir. Yaşlılar arasında kayıp sonrasında kaybın ve üzüntünün bilinçli olarak bastırılması ve inkar edilmesi daha yaygındır. Bununla birlikte, yas tutan yaşlılarda mortalite oranının daha yüksek olduğu görülmüştür (Yazgan, 2006).

2.11. Kayıpla ve Yasla İlgili Değişen Düşünceler

Yas, bireysel bir deneyim olup, evrensel bir kalıba veya lineer bir ilerleme modeline oturtulması mümkün olmayan karmaşık bir süreçtir. Yasın süresi ve seyri, bireyin kişiliği, kaybın niteliği, sosyal destek sistemi ve kültürel faktörler gibi pek çok değişkene bağlı olarak büyük farklılıklar gösterir (Devine, 2023).

Ruh sağlığı uzmanları, kayıp ve yasın doğasını ve kaybın ardından gelen sürecini anlamak ve açıklamak için çeşitli teoriler ve klinik yaklaşımlar geliştirmişlerdir. (Humphrey, 2017). Hatta Kübler-Ross, 1969; Bowlby, 1980; Parkes ve Weiss, 1983 gibi yas çalışan bazı kuramcılar, yasın belirli aşamalar halinde ilerlediğini öne sürerek, yas sürecini evreler ve görevler şeklinde kavramsallaştırmışlardır. Aşama teorileri, karmaşık yas sürecine kavramsal bir düzen getirdiği söylene de bu teoriler, yas deneyiminin karmaşıklığını, çeşitliliğini ve kendine özgü niteliğini tam olarak yansıtmakta yetersiz kalmaktadırlar. Bununla birlikte, yas yaşayan bireylerin yaşadığı fiziksel, duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçların çeşitliliğini göz ardı etmektedirler (Hall, 2014). Yas üzerine araştırmalar yapan birçok uzman, günümüzde ölüm sonrası yasla ilgili modellerin önemli kısıtlamalara sahip olduğunu ve bu modellerin yorumlanması ve uygulanmasında büyük kusurlar bulunduğunu kabul etmektedir (Payne vd., 2002; Stroebe ve Stroebe, 1991; Worden, 2002). Tıbbi model, yası belirli bir zaman diliminde atlatılması gereken bir hastalık gibi ele alarak, "karmaşık yas" kavramını ortaya atmıştır. Bu kavram, uzun süreli yas deneyimini patolojik olarak değerlendirmekte ve psikolojik müdahale gerektirdiğini öne sürmektedir. Ancak, yasın öznel bir deneyim olduğu göz önüne alındığında, belirli bir süre içerisinde iyileşme beklentisi gerçekçi olmamaktadır (Devine, 2023).

Yasla ilgili sınıflandırmalar ve tek tip yas olduğunu vurgulayan modeller, yas tutan kişinin kendine özgü deneyimini göz ardı etmektedir. Yas tutmanın anormal ve patolojik olarak değerlendirilmesi, yasın belirli bir sürede (6 ay ile 2 yıl arasında) tamamlanması gerektiği varsayımı, yas tutan bireylerin ve ailelerin yas aşamalarının edilgen kurbanları olarak görülmesi, kayıp sonrası nesnelere olan bağların kesilmesi veya ilişkilerin sonlandırılması gerekliliği üzerinde ısrar edilmesi ve yas deneyimlerinde kişisel, toplumsal, ailevi, tarihsel ve kültürel etkilerin dikkate alınmaması, yasla ilgili modeller ve yaklaşımlardaki sınırlılıklara örnek olarak gösterilmektedir (Humphrey, 2017).

Klass, Silverman ve Nickman (1996), 1996'da ilk kez yayımlanan ‘‘Devam Eden Bağlar’’ isimli kitapta, yas araştırmacıları arasında oluşan yeni bir fikir birliğini ele almaktadırlar. 20. yuzyılın baskın yas modeli, yas ve matem sũrecinin ȳlen kişiyle bağları kopararak, hayatta kalan kişinin yeni ilişkiler kurmasına olanak tanıdığını savunmaktadır. Bu yeni yaklaşım ise yas sũrecini anlama biğiminin genişletilmesi gerektiğini ileri sũrmektedir. Bȳylece, Klass, Silverman ve Nickman, yaşanılan bir kayıptan sonra ȳlen kişiyle bağların koparılmasının gerekmediğini ve bu bağların devam ettirilmesinin sağlıklı olabileceğini savunan alternatif bir yaklaşım sunmuşlardır. Bu yaklaşımla, başarılı yas tutmanın 'bırakmayı' gerektirdiği fikrinden uzaklaşmışlardır. Bu gȳrũř, ȳlũmũn bir ilişkiyi değil, bir hayatı sona erdirdiğini kabul etmeyi ifade etmektedir. ‘‘Veda etmek’’ ya da kapanış aramak yerine, ȳlen kişinin hem var hem de yok olma durumunun mũmkũn olduğunu ȳne sũrmektedirler.

Yasla ilgili anlayışlardaki sınırlılıkları değinen bir başka yazar Megan Devine (2023) ise ‘‘İyi Hissetmek Zorunda Değilsin’’ isimli kitabında bu sınırlılıklara değinerek yasın, en az sevgi kadar kişisel olduğunu, yas sȳz konusu olduğunda belli bir model olmadığını, birȳok uzmanın ve toplumun bũyũk bir kısmının dũřũndũęũnũn aksine, yasın evreleri olmadığını sȳylemiřtir. Var olan modellerin yas tutmanın doğru yollarını anlattığını ancak yas tutma sũreci tamamen bireysel bir deneyime dayandığı iĉin herkesin yolunun kendine ȳzgũ olduğunu ifade etmektedir.

Postmodernizm, 20. yuzyılın sonlarında ortaya çıkan felsefe kȳkenli bir dũřũnce akımıdır. Bu akımın etkileri, felsefenin yanı sıra sosyoloji, eğitim ve psikoloji gibi sosyal bilimlerin tamamında kendini gȳstermiřtir (Lowenthal, 1996). Mantıksal deneycilik, psikolojide uzun yıllar boyunca egemen olmuş ve tũm insanlara uyabilecek genel geĉer psikolojik yasalar bulmaya çalışmıştır. Ancak, postmodern dũřũncenin etkisiyle psikologlar, her bireyin kendine ȳzgũ deneyimleri ve dũnyayı yorumlama biğimleri olduğunu fark etmeye başlamışlardır (Lowenthal, 1996; Kararımak ve Siviş, 2008). Bu durum, psikolojide kişisel deneyimlerin ve kũltũrel farklılıkların ȳnemini vurgulayan yeni bir yaklaşımın ortaya çıkmasına neden olmuştur (Neimeyer, 1993). Bu yaklaşım, psikolojinin daha insancıl ve bireye ȳzgũ bir hale gelmesine katkıda bulunmuştur. Bu paradigma, yas olgusunu da etkilemiştir. Son yıllarda, ȳlũm sonrası yas ve genel olarak kayıp deneyimlerinin anlaşılmasında bũyũk bir değişim yaşanmıştır. Geleneksel ve klişeleşmiş varsayımlar yerini, yas tutan kişinin biricikliğini, yas tutmanın dinamik ve uyumlu doğasını, hayattaki anlamın yeniden

inşa edilmesini ve kayıp deneyimini şekillendirip uyumu etkileyen çoklu bağlamları vurgulayan yeni bakış açılarına bırakmıştır (Humphrey, 2017). Kayıp ve yasla ilgili bu yeni perspektifler arasında bilişsel stres teorisi (Folkman, 2001), yapısalcılık (R. A. Neimeyer, 2001a, 2001b), toplumsal-işlevsel bakış açısı (Bonanno, 2001; Bonanno ve Kaltman, 1999), travma ve travmatik kayıplar (Litz, 2004), yakın kayıpla ilgili iki süreç modeli (Malkinson & Rubin, 2007), ikili süreç modeli (Stroebe ve Schut, 1999, 2001a, 2001b) ve uyumlayıcı yas (Martin ve Doka, 2000) bulunmaktadır. Bu bağlamda yeni yaklaşımların, günümüzde yasla ilgili psikomodern düşüncelerin, kayıp ve yas süreçlerine daha esnek, dinamik ve bireysel yaklaşımlar getirdiği düşünülmektedir. Bununla birlikte bu yeni yaklaşımlar, gelecekte bu alanda yapılacak çalışmaların artacağına dair umut verici bir işaret olarak görülmektedir.

2.12. Kopan Bağlar ve Devam Eden Bağlar

Devam eden bağlar kavramı yas literatüründe önemli bir yer tutmaktadır (Özteke Kozan, 2023). Field ve arkadaşları (2005), devam eden bağlar kavramını bağlanma teorisi açısından ele almış ve bu kavramı, kişinin ölen yakınıyla devam etmekte olan içsel ilişkisi şeklinde tanımlamışlardır. Stroebe ve Schut (2005), yaptıkları bir çalışmada bireyin ölen yakınıyla devam eden bağların mı yoksa bu bağları koparmanın mı yas sürecinde daha uyumlu ve işlevsel olduğunu tartışmıştır. Yas sürecindeki bireysel farklılıklar gibi bu durum bazı bireylerin günlük yaşama uyum sağlamalarını kolaylaştırırken, diğerleri içinse süreci daha zor bir hale getirebilmektedir (Stroebe vd., 2010).

Kopan bağlar veya devam eden bağlar açısından bakıldığında, güvenli bağlanma tarzına sahip bireyler, ölen yakınlarıyla bağlarını sürdürürler ve bu bağların devamı, kaybın kabul edilmesi adına oldukça önemlidir. Yas tutan kişiler, artık hayatta olmayan yakınlarını bir anı olarak hatırlamak için bu bağları kullanırlar ve söz konusu bağlar onlar için hayatta artık bir rehber işlevi görür. Yas sürecinde bu bağlar başka bir forma bürünerek varlığını devam ettirir. Bu sebeple bu bir dönüşüm halidir, kaybetmek veya geri çekilmek anlamına gelmez. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerde ise bu bağın sürdürülmesi beklenmez. Aksine, bu bireyler bu bağları devam ettirmeyi ve ölen yakınıyla ilgili anıları hatırlamayı istemezler. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerde ise bu bağlar güçlü ve bağımlı bir şekilde sürmeye devam eder (Özteke Kozan, 2023).

Bilinçli ve dinamik bir biçimde gelişen bu bağların ifadesi de çeşitli şekillerde ortaya çıkabilir. Ölen kişi, bireyin hayatında rol model olmaya devam edebilir, kişi ölen yakınıyla cennette yeniden bir araya gelmeyi düşünebilir, rüyalarında görebilir. Tüm bunların yanı sıra bu bağların devam edip etmemesinin işlevsel olup olmadığı üzerine çalışmalar devam etmektedir (Özteke Kozan, 2023). Bununla birlikte devam eden bağlar söz konusu olduğunda kültürel faktörleri göz önünde bulundurmak ve kişinin yas sürecine adapte olmasında hangi yolların nasıl etkili olduğunun değerlendirilmesi gerekir (Hall, 2014).

2.13. Ergenlerde Yas Konulu Araştırmalar

Çalışmanın bu kısmında kayıp ve yas konulu araştırmalar gözden geçirilerek araştırmayla ilişkili olduğu düşünülen yurtdışındaki ve Türkiye’deki çalışmalara yer verilmiştir. Seçilen araştırmalarda özellikle ergenlerle çalışılmış olmasına özen gösterilerek ergenler ve yas deneyiminin literatürdeki mevcut durumunun ortaya konulması sağlanmıştır. Hem uluslararası hem de ulusal literatürdeki çalışmaların gözden geçirilmesiyle, araştırmanın kuramsal temelini güçlendirilmesi hedeflenmiştir.

2.13.1. Yurtdışında Ergenlerde Yas Konulu Yapılan Araştırmalar

Çalışmanın bu kısmında ergenlerde kayıp ve yas deneyimini ele alan, yurtdışında yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

Alanyazında yasla ilgili yapılan çalışmalar ebeveyn veya akraba ölümü üzerine yoğunluk gösterse de yapılan bir araştırmada lise döneminde bulunan ergenlerin %40’ının akran ölümünü deneyimlediği vurgulanmıştır (Ringler ve Hayden, 2000). Bu bağlamda kayıp deneyimi yaşayan ergenlerin sadece aile üyelerini değil, aynı zamanda arkadaşlarını da kaybetme olasılığının yüksek olduğu ve alanda bu yönde yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde gençlerde patolojik yas üzerine yapılan çalışmaların yetişkinler üzerinde yapılan çalışmalardan beslendiği ve doğrudan çocuk ve ergenlerde uzamış yas semptomlarını değerlendirebilecek bir ölçme aracı olmadığı görülmüştür (Spuij vd., 2011). Bu sebeple Spuij ve arkadaşları tarafından (2011) çocuk

ve ergenlerde kullanılabilecek bir ölçek olan “Çocuk ve Ergenler için Hollanda Uzamış Yas Envanteri” geliştirilmiştir. Ölçek geliştirme çalışmasında çocuklar için geliştirilen ölçeğin çalışma grubunu 8-12 yaş arası 169 birey oluştururken, ergenler için geliştirilen ölçeğin çalışma grubunu ise 13-18 yaş arası 153 birey oluşturmuştur.

1996 yılında Detroit bölgesinde yaşayan 18-45 yaş aralığındaki bireylerin örneklemini oluşturduğu bir çalışmada, bir yakının ani ve beklenmedik ölümünün, yetişkinlerde ve gençlerde en yaygın stresli yaşam olaylarından biri olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada bu durumun TSSB (Travma Sonrası Stres Bozukluğu) için de bir risk faktörü olduğu söylenmiştir (Breslau vd., 1998).

Breslau ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan başka bir çalışmada Amerika Birleşik Devletleri'nin başka bir bölgesinde yaşayan 20-23 yaş aralığındaki gençlerle travmaya maruz kalma ve travma sonrası stres bozukluğu konularında çalışılmıştır. Söz konusu araştırmanın bulguları 1996 yılında yapılan çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre gençlerin yarısından biraz fazlasının (%51,9) 21 yaşına kadar yakın bir akraba ya da arkadaşlarının beklenmedik ölümünü yaşadığı bulunmuştur. Bu sonuçlar doğrultusunda yakın birinin ani ve beklenmedik ölümünün, gençlerin yaşadığı en yaygın, ciddi ve olumsuz yaşam olayı olduğu söylenebilir.

Melhem ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan bir çalışmada akranları intihar eden ergenlerin yas sürecinin normal yastan farklı olduğu, uzamış yas bozukluğu semptomların yüksek oranda görüldüğü ve buna ek olarak ilerleyen zamanlarda depresyon ve TSSB başlangıcı ve seyri bulunmuştur. Bu durum, akranları intihar eden ergenlerin risk grubunda olduğunu göstermektedir.

Ebeveynini kaybetmiş, 6-17 yaş aralığında toplam 360 bireyle gerçekleştirilen ve Cerel ve arkadaşları tarafından yürütülen bir çalışmada bireylerin yas sürecinin takibi yapılmış ve söz konusu kişilerle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada ebeveyn kaybı nedeniyle çocukluk döneminde yas yaşayan bireylerde, kayıptan sonraki ilk iki yıl içinde psikiyatrik problemlerin artış gösterdiği bulunmuştur. Sonuç olarak ebeveyn ölümü sebebiyle çocukluk döneminde yas yaşamının önemli bir stres faktörü olduğu söylenebilir (Cerel vd., 2006).

Ergenlerde yas üzerine yapılan dünya çapındaki araştırmaların incelenmesinin ardından, Türkiye özelinde yürütülen çalışmalara da yer verilmesinin faydalı olacağı

düşünülmektedir. Bu sebeple, Türkiye’de ergenlerde yas konulu çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

2.13.2. Türkiye’de Ergenlerde Yas Konulu Yapılan Çalışmalar

Bir çalışmanın özgün ve anlamlı olması için, konunun daha önceki çalışmalarla olan ilişkisinin net bir şekilde ortaya konması gerekmektedir. Çalışmanın bu kısmında, ölüm ve yas olgusu Türkiye özelinde incelenerek, alandaki boşlukların belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, konuyla ilgili yapılan ulusal çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Yas olgusu ve ergenlik döneminde yas sürecinin ele alınmasına ilişkin çalışmalara bakıldığında, 1999 Marmara depremini deneyimlemiş 49 ergenin katıldığı bir çalışmada, deprem sırasında evlerini kaybeden ergenlerin, evlerini kaybetmeyenlere göre daha olumsuz davranışsal tepkiler sergiledikleri ortaya konulmuştur (Sabuncuoğlu, Çevikaslan ve Berkem, 2003).

Ayrıca, 1999 Marmara depremi üzerine gerçekleştirilen başka bir çalışmada, ebeveyn kayıpları, evlerin yıkılması, ekonomik zorluklar gibi faktörlerin ergenleri riskli davranışlara yönlendirdiği belirlenmiştir. Yine aynı araştırmada ergenlerin, kayıplarla başa çıkabilmek adına alkol, sigara gibi maddelere yönelme eğiliminde oldukları veya şiddet tepkileri gösterebildikleri bulunmuştur (Dizer, 2008).

Yapılan başka bir araştırmada, on dört ile on sekiz yaş aralığındaki 865 lise öğrencisinin kayıp ve yas bağlamında, duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları öngörme düzeyi incelenmiştir. Bulgular, kayıp deneyimi yaşayan ergenlerin, diğer ergenlere kıyasla daha yüksek oranda riskli davranışları deneyimlediklerini göstermiştir. Ayrıca, erkeklerin davranış ve uyum problemlerinin kızlara oranla daha fazla olduğu, kızlarda ise psikolojik ve fiziksel problemlerin daha belirgin olduğu tespit edilmiştir (Akyüz-Uçar, 2019). Bu bağlamda acı veren olayların hayatın bir gerçeği olduğunu göz önünde bulundurulduğunda, yas yaratan olayların özellikle ergenlik dönemindeki bireyler üzerinde derin etkiler bıraktığı ve onların riskli davranışlara ve bağımlılık yapıcı maddelere yönelmelerine neden olduğu söylenebilir.

Yine Türkiye’de yapılmış olan ergenlerde yas düzeyleri ile öz-anlayış arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir araştırmada ebeveynini kaybetmiş, 143’ü erkek, 107’si

kız olmak üzere toplam 250 lise son sınıf öğrencisi ile çalışılmıştır. Araştırmanın sonuçları incelendiğinde ebeveyn kaybı yaşayan ergenlerin yas düzeyleri ile öz-anlayış arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçları cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde ise kız öğrencilerin yas düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, ebeveyn kaybı türü de yas düzeylerinde farklılık yarattığı; anne kaybı yaşayan ergenlerin yas düzeylerinin, baba kaybı yaşayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Çağlar, 2018).

Ebeveyn kaybı yaşamış, 11-18 yaş arası ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada, bu ergenlerin ebeveyn kayıplarına uyum süreçleri ve mevcut yas tepkileri arasında olumsuz bir ilişki olduğu saptanmıştır. Araştırma, kaybın yaşandığı kişinin kimliğinin yas sürecine uyumu etkilediğini de göstermiştir. Özellikle anne kaybının, baba kaybına kıyasla uyum sürecini daha zor hale getirdiği belirlenmiştir (Coşkun, 2009). Türk Psikiyatri Dergisi'nde 1990 yılında yer alan başka bir araştırmada ise, çocukların yaşamda en çok korktukları şeyler tespit edilmek istenmiş ve ortaya çıkan sonuçlarda en sık belirtilen korkunun ebeveynlerinden ayrılmak olduğu görülmüştür (Yazgan, 2006). Bu bağlamda çeşitli kayıpların çocukların ve ergenlerin psikolojik sağlığı üzerinde etkisi bulunmakla birlikte, ebeveyn kaybının onların ruh sağlığı üzerinde önemli ölçüde bir etkisi bulunduğu söylenebilir.

Balcı-Çelik (2011) tarafından yapılan bir çalışmada birinci dereceden akrabalarını kaybeden ergenlerin yas deneyimine yönelik tutumları depresyon düzeyleri ve cinsiyet değişkenlerine göre araştırılmıştır. Söz konusu çalışmada birinci derece akrabalarını kaybeden ergenlerin yas deneyimine yönelik tutumlarının depresyon ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra erkek öğrencilerin yas düzeyinin kız öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür.

Lise öğrencilerinin yas sürecindeki dissosiyatif deneyimleri ve psikolojik belirtilerinin analiz edilmesi amacıyla, 92 lise öğrencisi üzerinde bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, yas düzeyi ile psikolojik belirtiler arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Avcı, 2019).

Bununla birlikte Yas Temelli Psikoeğitim Programı'nın uygulanmasıyla gerçekleştirilen bir çalışmada kayıp yaşayan ergenlerin yas düzeylerinde olumlu bir etki gözlemlenmiştir. Ayrıca çalışmada grup rehberliği aracılığıyla, ergenlerin benzer duyguları deneyimleyen akranlarıyla bir araya gelmelerinin ve duygu ile düşüncelerini

paylaşmalarının önemi vurgulanmıştır (Korkmaz, 2023). Bu bağlamda yas yaşayan bireylerle yapılan destek müdahalelerinin, genç bireylerin yas deneyimleriyle başa çıkma becerilerini güçlendireceği ve riskli davranışlarına eğilimlerini azaltarak sağlıklı bir yas süreci geçirmelerine destek olabileceği düşünülmektedir.

Bununla beraber 216 lise öğrencisinin katıldığı bir başka araştırmada, sosyal desteğin yas ve iyi oluş arasındaki ilişkideki rolü incelenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, ergenlerde yüksek düzeyde sosyal desteğin, yas süreciyle başa çıkmayı kolaylaştırdığı ve aynı zamanda ergenlerin iyi oluş düzeylerini olumlu yönde etkilediği ve sağlıklı bir yas sürecini geçirerek bu süreci onlar için kolaylaştırabileceği söylenebilir (Çakar, 2020).

Ergenlerde yas konulu literatüre değinilmesinin ardından çalışmanın bundan sonraki bölümünde araştırmanın yöntemine yer verilmektedir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın modeli, araştırma evreni ve örnekleme hakkında bilgiler ile veri toplama araçlarına ilişkin detaylar sunulmaktadır. Bununla birlikte verilerin toplanması ve araştırmanın geçerlik güvenirlik çalışmaları hakkında ayrıntılı bilgiler burada sunulmaktadır.

3.1. Çalışma Yöntemi

Türkiye'de yas ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, ergenlerle yas konusunda çalışırken kullanılacak kültüre özgü bir ölçeğin geliştirildiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut araştırmaların, genellikle yas deneyiminin çeşitli değişkenlerle olan ilişkisini inceleyen ve ölçek uyarlamaları üzerine odaklandığı görülmüştür. Buradan hareketle bu araştırma, ölçek geliştirme amacıyla gerçekleştirilmiştir ve ergen yas ölçeğinin geliştirilmesini kapsamaktadır. Bu araştırma nicel bir araştırmadır.

3.2. İşlem

Araştırmada öncelikle ölçek geliştirme aşamaları izlenerek likert tipi bir ölçek geliştirilmiş, geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmış, ardından çeşitli demografik değişkenlere göre yas olgusunun ergenlerde nasıl deneyimlendiği ortaya konulmuştur. Likert tipi ölçek geliştirme süreci, belirli bir özellik veya davranışı ölçmek için kullanılan bir araç oluşturma sürecini içerir. Tezbaşaran'a (2008) göre bu süreçte izlenen adımlar şu şekilde özetlenebilir:

Ölçek geliştirme süreci, belirli aşamaları içeren sistematik bir süreçtir. İlk olarak, ölçülmek istenen tutum veya özelliğin tanımlanması yapılır. Bu aşamada, tutumun kapsamı belirlenir ve bu kapsamı yansıtabilecek gözlenebilir işaretçiler veya ifadeler tanımlanır. Daha sonra, deneme ölçeği düzenlenir ve uygulama için hazırlanır. Bu aşamada ölçek materyalleri oluşturulur, yanıt yönergeleri hazırlanır ve maddeler ölçek içinde belirli bir düzene göre sıralanır. Deneme ölçeği, küçük bir örneklem üzerinde uygulanmadan önce ön incelemeye tabi tutulur ve varsa gerekli düzeltmeler yapılır.

Deneme uygulamasından elde edilen veriler, ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla analiz edilir. Bu analiz sürecinde, maddelere verilen yanıtlar puanlanır ve bireylerin ölçekten aldığı toplam ham puanlar hesaplanır. Ardından, ham puan ve madde puanlarının dağılım özellikleri incelenir. Madde analizi kapsamında korelasyon tekniği, alt-üst grup farkı analizi ve regresyon teknikleri gibi yöntemler kullanılarak her bir maddenin ölçeğin genel yapısıyla uyumu değerlendirilir. Bu süreçlerin sonunda, geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirilmesi hedeflenir.

Çalışmanın ölçek geliştirildikten sonraki kısmında ise tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, mevcut durumu olduğu gibi tanımlamayı hedefleyen ve belirli bir örneklem üzerinden evrene ait algı, tutum ve eğilimleri nicel olarak açıklamayı amaçlayan bir modeldir (Creswell, 2002).

3.3. Çalışma Grupları

Araştırma sürecinde geliştirilmesi planlanan ölçeğin ergenlere yönelik olması amaçlanmıştır. Bu sebeple araştırmanın lise öğrencileriyle yapılmasının uygun görülmüştür. Çalışma grupları belirlenirken amaçlı örnekleme yönteminden yararlanılmış, İstanbul ili Bağcılar ilçesinde bulunan Anadolu, Meslek ve İmam Hatip Liselerinde öğrenim gören kız ve erkek öğrencilerden oluşturulmuştur. Amaçlı örnekleme, olasılık temellere dayanmayan bir örnekleme yaklaşımıdır. Çalışmanın hedeflerine göre şekillenen bu yöntem, bilgi açısından zengin durumların özenle seçilerek derinlemesine bir araştırma yapılmasına imkan tanımaktadır (Büyüköztürk vd., 2012). Ölçeğin geliştirilme aşamasında bağımsız dört çalışma grubundan veri toplanmıştır. Tüm katılımcılara cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ailelerinin eğitim düzeyi, yas deneyimleri ve bu deneyimin hayatlarına etkisinin olup olmadığı sorulmuştur.

3.3.1. Birinci Aşama Veri Toplama

Çalışma Grubu 1: Birinci çalışma grubunda; sene içerisinde yas yaşamış, Bağcılar'da bulunan bir okulun 12. sınıfında öğrenim gören, 308 kişilik bir öğrenci grubuna yas kavramı, süreci ve ölüm deneyiminin oluşturduğu yas tepkisi detaylı bir şekilde açıklanmış ve onlardan, "varsa yas deneyimlerini yoksa bu duruma benzer en yakın deneyimlerini" anlatan kompozisyonlar yazmaları istenmiştir.

3.3.2. İkinci Aşama Veri Toplama

Çalışma Grubu 2: İkinci çalışma grubunda; birinci çalışma grubunu oluşturan öğrencilerle aynı okulda yer alan, okulun 9., 10., 11. ve 12. sınıf düzeylerinde öğrenim gören 346 öğrenci yer almış olup, 165 öğrencinin (%47,69) 9. sınıfta, 81 öğrencinin 10. sınıfta (%23,41), 49 öğrencinin (%14,16) 11. Sınıfta ve 51 öğrencinin (%14,74) 12. sınıfta okuduğu görülmüştür. Bununla birlikte çalışmaya katılan kız öğrenci sayısı 236 (%68,21) iken erkek öğrenci sayısının 110 (%31,79) olduğu bulunmuştur. Söz konusu öğrencilerin 72'si (%20,81) “Okul ya da arkadaş çevrenizdeki bir kişinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 274 öğrenci (%79,19) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Aynı öğrencilerin 70'i (%20,23) “Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 276 öğrenci (%79,19) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Öğrencilerin 247'si (%71,39) ise “Aile ya da akraba çevrenizden birinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 99 öğrenci (%28,61) ise “Hayır” yanıtını vermiştir. Aynı öğrencilerin 164'ü (%47,40) “Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 182 öğrenci (%52,60) ise “Hayır” cevabını vermiştir.

İkinci aşamada 346 kişiye ölçeğin 37 maddelik ilk hali verilerek, elde edilen verilerle Madde Analizi, AFA, DFA ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Ayrıca yasin cinsiyete, sınıf düzeyine, ebeveynlerin eğitim düzeyine, yas deneyimi olup olmamasına ve yasin birey üzerinde etki bırakıp bırakmamasına göre farklılaşma durumuna da bu çalışma grubu üzerinde bakılmıştır.

3.3.3. Üçüncü Aşama Veri Toplama

Çalışma Grubu 3: Üçüncü çalışma grubunu, aynı zamanda birinci, ikinci ve üçüncü çalışma grubunu oluşturan öğrencilerle aynı okulda öğrenim gören, şubeleri araştırmacının kendisi tarafından belirlenen 11. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunda yer alan 86 öğrencinin 55'i (%63,95) kız, 31'i (%36,05) ise erkek öğrencidir. Söz konusu öğrencilerin 34'ü (%39,53) “Okul ya da arkadaş çevrenizdeki bir kişinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 52 öğrenci (%60,46) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Aynı öğrencilerin 26'sı (%30,23) “Onun

ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 60 öğrenci (%69,77) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Öğrencilerin 61’si (%70,93) ise “Aile ya da akraba çevrenizden birinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 25 öğrenci (%29,07) ise “Hayır” yanıtını vermiştir. Aynı öğrencilerin 42’si (%48,84) “Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 44 öğrenci (%51,16) ise “Hayır” cevabını vermiştir.

Bu grupta yer alan öğrencilere Demografik Bilgi Formu, Ergen Yas Ölçeği, Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri ve EPOCH Ölçeği iki hafta ara ile tekrar uygulanarak test tekrar test güvenilirliğine bakılmıştır.

3.3.4. Dördüncü Aşama Veri Toplama

Çalışma Grubu 4: Dördüncü çalışma grubunda ölçüt geçerliliği için birbirinden bağımsız üç okul türünden veri toplanmıştır. Bu çalışma grubunda yer alan toplam öğrenci sayısı 1522’dir. Çalışma grubunun 875’ini (%57,49) kız öğrenciler, 647’sini (%42,51) ise erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin 777’si (%51,05) Anadolu Lisesinde, 436’sı (%28,65) İmam Hatip Lisesinde, 309’u (%20,30) ise Meslek Lisesinde öğrenim görmektedir. Bununla birlikte, öğrencilerin 506’sı (%33,25) 9. sınıf düzeyinde, 408’i (%33,25) 10. sınıf düzeyinde, 386’sı (%25,36) 11. sınıf düzeyinde, 222’si (%14,59) ise 12. sınıf düzeyindedir. Söz konusu öğrencilerin 479’u (%31,47) “Okul ya da arkadaş çevrenizdeki bir kişinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 1043 öğrenci (%79,19) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Aynı öğrencilerin 391’i (%25,69) “Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 1131 öğrenci (%74,31) ise “Hayır” cevabını vermiştir. Öğrencilerin 1120’si (%73,59) ise “Aile ya da akraba çevrenizden birinin ölüm haberini aldınız mı?” sorusuna “Evet” yanıtını verirken 402 öğrenci (%26,41) ise “Hayır” yanıtını vermiştir. Aynı öğrencilerin 785’i (%51,58) “Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?” sorusuna “Evet” diye cevap verirken 737 öğrenci (%48,42) ise “Hayır” cevabını vermiştir.

Bu grupta yer alan öğrencilere Demografik Bilgi Formu, Ergen Yas Ölçeği, Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri ve EPOCH Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcı grupların demografik özellikleri Tablo 3.1’de sunulmuştur.

Tablo 3.1: Katılımcı Grupların Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	Katılımcı Grubu 1 (N = 346)		Katılımcı Grubu 2 (N = 86)		Katılımcı Grubu 3 (N = 1522)	
		N	%	N	%	N	%
Cinsiyet	Kadın	236	68.21	55	63.95	875	57.49
	Erkek	110	31.79	31	36.05	647	42.51
Okul Türü	AL	346	-	86	100	777	51.05
	İHL	-	-	-	-	436	28.65
	ML	-	-	-	-	309	20.30
Sınıf Düzeyi	9 sınıf	165	47.69	-	-	506	33.25
	10. sınıf	81	23.41	-	-	408	26.81
	11. sınıf	49	14.16	86	100	386	25.36
	12. sınıf	51	14.74	-	-	222	14.59
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	187	54.05	42	48.84	765	50.26
	Ortaokul- lise	154	44.51	38	44.19	655	43.04
	Üniversite	5	1.44	6	6.98	102	6.70
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	141	40.75	35	40.69	508	33.38
	Ortaokul- lise	193	55.78	46	53.49	890	58.48
	Üniversite	12	3.47	5	5.81	124	8.15
Arkadaş ölümü	Evet	72	20.81	34	39.53	479	31.47
	Hayır	274	79.19	52	60.46	1043	68.53
Arkadaş ölümünden etkilenme	Evet	70	20.23	26	30.23	391	25.69
	Hayır	276	79.77	60	69.77	1131	74.31
Aile bireyi ölümü	Evet	247	71.39	61	70.93	1120	73.59
	Hayır	99	28.61	25	29.07	402	26.41
Aile üyesi ölümünden etkilenme	Evet	164	47.40	42	48.84	785	51.58
	Hayır	182	52.60	44	51.16	737	48.42

Not. AL = Anadolu Lisesi, İHL = İmam Hatip Lisesi, ML = Meslek Lisesi

3.4. Ölçeğin Geliştirilmesiyle İlgili Çalışmalar

Araştırmanın amacı ergenlerde kullanılabilecek bir yas ölçeği geliştirilmesi olduğundan ölçek geliştirme çalışmasının ilk aşamasında, öncelikle yas ve ergenlik döneminde yas konusuyla ilgili geniş bir literatür taraması yapılmıştır. Bununla birlikte konuyla ilgili yapılan akademik çalışmalar incelenmiştir. Konunun kapsamlı bir

şekilde analiz edilmesinin ardından, öğrencilerin yas konusundaki deneyimlerini paylaşımlarını sağlayacak bir form hazırlanmıştır. Söz konusu form EK5’de yer almaktadır. Öğrencilerin yazdığı kompozisyonlar tek tek değerlendirilmiş ve literatürdeki bilgilerin de ışığında, yası ve yas sürecini yansıtmaya potansiyeli taşıyan toplam 46 madde (item) oluşturulmuştur. Bu aşamada, her bir madde, her ne kadar evrensel bir deneyim olsa da aynı zamanda kişilerin parmak izleri kadar da benzersiz olan yas deneyimini doğru ve kapsamlı bir şekilde temsil edecek şekilde dikkatle seçilmiştir.

Söz konusu taslak maddeler alanda yetkin olan 11 uzman tarafından değerlendirilmiştir. Bu süreçte uzmanların görüşlerini belirtmeleri için Davis (1992) tekniği kullanılmıştır. Her bir maddenin uzmanlar tarafından "kalmalı", "düzeltilmeli/yapıcı" ve "çıkartılmalı/gereksiz" olarak değerlendirilebilmesi adına uzman değerlendirme formu hazırlanmış ve doldurmaları için bu form ilgili uzmanlara gönderilmiştir. Maddeleri değerlendiren uzmanlara, eğer gerekli görürlerse maddeler üzerinde düzeltme yapabilecekleri de söylenerek açıklama yazabilmeleri için maddelerin karşılarında gerekli boş alanlar bırakılmıştır. Uzman değerlendirme formunun verilerini değerlendirirken, bir maddenin ölçekte kalmasına karar vermede her bir maddenin ortalama puanının, $x = 4,50$ ve üzeri, standart sapma değerinin ise $0,70$ ve altında olması kriter olarak belirlenmiştir. Yine uzmanlardan gelen geri bildirimler doğrultusunda düzeltme gerektiren maddeler yeniden incelenerek söz konusu maddeler düzeltilmiştir. Tüm bu işlemlerin ardından 9 madde ölçekten çıkarılmış ve 9 madde üzerinde de düzeltme yapılarak taslak ölçeğin 37 maddeden oluşmasına karar verilmiştir. Uygulamaya geçilmeden önce, Türkçe anlam ve dil bilgisi açısından Türk dili uzmanı iki kişiden değerlendirme alınmıştır. Maddelerin cevaplanması, ölçeğin yapısı göz önünde bulundurularak 5’li derecelendirme tipinde (1=Hiç katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3= Kararsızım, 4= Katılıyorum, 5= Tamamen katılıyorum) oluşturulmuştur. Uzman görüşlerinin ardından son hali verilerek uygulamaya hazır hale getirilen ölçeğin taslak hali, sene içerisinde okuldaki bir öğrencinin okul dışında öldürülmesi sonucunda yas yaşanmış bir Anadolu lisesindeki 346 öğrenciye uygulanmıştır.

Üçüncü aşama veri toplama sürecinde, test-tekrar test güvenilirliği için aynı Anadolu lisesinden seçilen bir öğrenci grubuna (N=86) iki hafta arayla geliştirilmekte olan ölçek uygulanmıştır. Dördüncü ve son veri toplama aşamasında ise, Açıklayıcı Faktör

Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonuçlarına dayanarak, 20 maddeden oluşan form, ölçüt geçerliliği amacıyla üç farklı gruba (N= 1522) uygulanmıştır. Geliştirilen ölçeğin yanı sıra, Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği ile EPOCH Ölçeği 1522 lise öğrencisine uygulanmıştır. Sonuç olarak, geçerlik ve güvenilirlik analizleri tamamlanan toplam puan alınabilen 20 maddelik ve iki faktörlü ölçeğe Ergen Yas Ölçeği (EYÖ) adı verilmiştir (EK 2).

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış “Demografik Veri Formu”, araştırma sürecinde araştırmacı tarafından geliştirilmiş “Ergen Yas Ölçeği”, ölçüt geçerliliği çalışmalarında kullanılmak üzere Cimete ve Yıldız tarafından Türkçeye uyarlanmış Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri, Demirci ve Ekşi tarafından Türkçeye uyarlanmış EPOCH Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekler kullanılmadan önce geliştiren/uyarlayan kişilerden mail ile kullanım izni (EK 6) alınmıştır.

3.5.1. Demografik Bilgi Formu

Örneklem grubunu oluşturan lise öğrencilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ailenin eğitim durumu, yakın çevrede yaşanan kayıp durumu ve kaybın birey üzerinde bir etkisinin olup olmadığı hakkında bilgi toplamak üzere araştırmacı tarafından hazırlanmış olan Demografik Bilgi Formu (EK 1) kullanılmıştır.

3.5.2. Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri (TDYE)

Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri, Faschingbauer ve arkadaşları tarafından 1987 yılında geliştirilmiştir (Yıldız ve Cimete, 2011). Sevilen bir kişinin ölümünden sonra yaşanan yas tepkilerinin şiddetini ölçmek ve değerlendirmek amacıyla geliştirilen envanterin Türkçeye uyarlaması ise Yıldız ve Cimete tarafından 2011 yılında yapılmıştır. Söz konusu envanter, geri çeviri yöntemi kullanılarak Türkçeye uyarlanmış ve dil ve içerik geçerliliği 14 uzman tarafından değerlendirilmiştir. TDYE, beşli likert tarzında olup 21 maddeden ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Envanterin Cronbach Alfa değeri ise .85 olarak bulunmuştur. Bununla beraber faktör analizi

sonuçlarıyla tutarlı olarak her iki alt boyuta ilişkin güvenilirlik katsayısı değerleri geçmiş davranışlar alt boyutu için .76 ve şimdiki duygular alt boyutu için .84 olarak hesaplanmıştır. Envanterin Türkçeye uyarlanması için S. Zisook'tan yazılı izin alınmıştır. İlk sekiz maddeyi içeren "geçmiş davranışlar" bölümü, ölümden sonraki ilk günlerde yaşanan deneyimleri değerlendirir. Diğer 13 maddeyi içeren "şimdiki duygular" bölümü ise bireyin o andaki duygu ve deneyimlerini değerlendirir. Envanter maddeleri basit ve anlaşılır şekilde ifade edilmiştir. Maddeler, "tamamen doğru" (1 puan), "çoğunlukla doğru" (2 puan), "ne doğru ne de yanlış" (3 puan), "çoğunlukla yanlış" (4 puan) ve "tamamen yanlış" (5 puan) seçenekleriyle değerlendirilir. Geçmiş davranışlar bölümünden alınan puanlar 8-40 arasında, şimdiki duygular bölümünden alınan puanlar ise 13-65 arasında değişir. Her iki bölümden alınan puanların düşük olması, yas yoğunluğunun yüksek olduğunu gösterir. Geçmiş davranışlar bölümü erken yasin yoğunluğunu değerlendirirken, şimdiki duygular bölümü uzun süreli yasin değerlendirilmesinde kullanılır. Orijinal envanterin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı, geçmiş davranışlar alt bölümü için 0.77, şimdiki duygular alt bölümü için 0.88'dir. Envanterin Fransızcaya uyarlanmasında 154 yetişkin üzerinde yapılan çalışmalarda, faktör analizi sonuçları geçmiş davranışlar alt boyutunun %37, şimdiki duygular alt boyutunun ise %31 oranında orijinal envanterle uyumlu olduğunu göstermiştir. İspanyolcaya uyarlama çalışmalarında ise eşini kaybetmiş 118 bireyle yapılan çalışmalarda, Cronbach alfa katsayıları geçmiş davranışlar alt boyutu için 0.75, şimdiki duygular alt boyutu için 0.86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmasında da tamamının ve alt bölümlerinin iç tutarlılığı incelenmiş ve tüm ölçeğin (20 madde) Cronbach alfa katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır. Geçmiş davranışlar alt ölçeği (7 madde) için Cronbach alfa değeri 0.76, şimdiki duygular alt ölçeği (13 madde) için ise 0.84 olarak belirlenmiştir.

3.5.3. EPOCH (Ergenler için Beş Faktörlü İyi Oluş) Ölçeği

Seligman'ın iyi oluş hakkındaki beş boyutlu modelini ölçmeyi amaçlayan EPOCH Ölçeği, Kern ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması ise Demirci ve Ekşi (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin uyarlanmasından önce ölçeği geliştiren kişilerden biri olan Kern ile iletişim kurularak çalışma için gereken izinler alındı. Ardından, alanında yetkin beş akademisyen tarafından ölçek Türkçeye çevrildi. Yine alanında uzman iki kişi tarafından ölçeğin

İngilizce ve Türkçe formları karşılaştırarak dil ve anlam açısından gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Akabinde form yeniden İngilizceye çevrilerek Kern'e incelemesi için gönderildi. Kern'in önerdiği düzeltmeler üzerinde çalışıldıktan sonra, Türkçe form son halini aldı ve uygulamaya hazır bir hale getirilmiştir. Ölçekte her alt boyutu ölçen dört madde bulunur ve toplamda 20 madde içerir. Bu alt boyutlar; bağlılık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik ve mutluluk olarak sıralanır. Ölçek, beşli Likert tipi derecelendirme sistemiyle hazırlanmıştır ve "Hiçbir Zaman (1), Bazen (2), Sıklıkla (3), Çoğu Zaman (4), Her Zaman (5)" şeklinde puanlanır. Puanlama yapılırken hem alt boyutların hem de toplam puanların ortalaması alınır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Bununla beraber, 1., 10., 14. ve 16. maddeler ilişkililik alt boyutunda; 5., 7., 11. ve 12. maddeler hayata bağlılık alt boyutunda; 4., 6., 8. ve 20. maddeler mutluluk alt boyutunda; 3., 13., 15. ve 18. maddeler iyimserlik alt boyutunda; 2., 9., 17. ve 19. Maddeler ise kararlılık alt boyutunda yer almaktadır. Ölçek maddelerinin ölçeğin toplam puanı üzerindeki yordama gücünü ve ayırt ediciliğini tespit etmek için madde analizi yapılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarındaki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları; ilişkililik için .68 ile .77, bağlılık için .60 ile .69, mutluluk için .66 ile .77, iyimserlik için .61 ile .75 ve kararlılık için .41 ile .56 arasında değişmektedir. Ölçeğin yapı geçerliliği, doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiş ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .95 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerleri ise, ilişkililik için .88, bağlılık için .84, mutluluk için .88, iyimserlik için .84 ve kararlılık için .72 olarak bulunmuştur.

3.6. Verilerin Toplanması ve Etik

Araştırma başlamadan önce İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nden araştırma ve yayın etik kurulu onayına başvurulmuştur, 31.10.2024/8-24 onay tarihi ile başvuru onaylanmıştır.

Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları Google forma aktarılmış ve elektronik ortamda öğrencilerin formları doldurmaları sağlanmıştır. Yapılan çalışmalarda, çevrimiçi platformlar yoluyla elde edilen verilerle yüz yüze toplanan veriler arasında güvenilirlik ve verilerin kalitesi açısından fark olmadığı belirtilmektedir (Roulin, 2015; Edgar, Murphy ve Keating, 2016).

Bu yolla öğrencilerden isim gerektirmeyen formları doldurmaları istenmiş, çevrimiçi ortamda bilgilendirilmiş onamları alınmış ve formu doldurma süresi hakkında bilgi verilmiştir. Test tekrar test sürecinde ise öğrencilerden, cep telefonu numaralarının son dört hanesini yazmaları istenerek kimliklerinin gizliliği korunmuştur. Öğrenciler; çalışmanın amacı, elde edilen verilerin sadece araştırma kapsamında kullanılacağı, ölçekleri doldururken dikkat etmeleri gerekenler ve çalışmaya katılımında gönüllülüğün esas olduğu gibi konularda bilgilendirilmiştir. Veriler, İstanbul Bağcılar'da yer alan Anadolu, Meslek ve İmam Hatip Liselerinde öğrenim gören ve il MEM izinleri alınarak ulaşılabilen öğrencilerce doldurulmuştur. Öğrencilerin ölçekleri doldurması tahmini olarak 15 - 20 dakika sürmüştür.

3.7. Verilerin Analizi

Araştırmada ölçek uygulamalarına başlamadan önce ölçme araçlarını geliştiren kişilere ulaşılmış gerekli etik ve uygulama izinleri alınmıştır (EK 5). Verilerin analizi için gerekli izinler alınmıştır (EK 6). Araştırmaya alınan kişiler uygulama öncesinde araştırmanın amacı konusunda bilgilendirme yapılmış ve çalışmaya katılmak için gönüllü olan kişilere ölçme araçları uygulanmıştır.

Verilerin analizinde ilk önce tüm katılımcı gruplarından elde edilen verilerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Normallik varsayımlarını değerlendirmek için verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Çarpıklık değerlerinin ± 3 aralığında ve basıklık değerlerinin ± 10 aralığında olması normal dağılım için kabul edilebilir olarak değerlendirilmektedir (Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015). Bu çalışmada tüm verilerin analizinde hem EYÖ maddelerinin hem de ölçek puanlarının ve alt boyut puanlarının basıklık ve çarpıklık değerlerinin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığı değerlendirilmiştir.

Ergen Yas Ölçeği'nin (EYÖ) yapı geçerliliğini keşfetmek için öncelikle açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Daha sonra ise AFA ile ortaya çıkan ölçeğin faktör yapısını test etmek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. AFA'da verilerinin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett Küresellik Testi (BTS) ile kontrol edilmiştir. KMO değerinin .60'ın üzerinde olması ve BTS'nin anlamlı çıkması gerekmektedir (Pullant, 2001). Bir ölçeğin madde faktör yüklerinin .40'ın üzerinde olması önerilmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Ölçeğin

faktör sayısına karar vermek için faktörlerin özdeğerinin (eigen value) bir ve üstünde olması dikkate alınmıştır. Ayrıca faktör yapısına karar vermede paralel analizler dikkate alınmıştır.

Ölçeğin AFA ile ortaya çıkan faktör yapısının geçerliliğini test etmek için iki farklı katılımcı grubundan elde edilen verilerle DFA yapılmıştır. DFA'da test edilen modelin uyum iyiliğini belirlemek için Ki-Kare/Serbestlik Derecesi oranı (X^2/sd), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Tucker-Lewis İndeksi (TLI), Artımsal Uyum İndeksi (IFI), Standardize Kök Ortalama Kare Hata (SRMR) ve Yaklaşık Hata Kare Kökü (RMSEA) indeksleri Kline'in (2015) önerilerine uygun olarak incelenmiştir. DFA ile test edilen modelin RMSEA ve SRMR değerlerinin .08'in altında, X^2/sd oranının 5'in altında ve CFI, TLI, IFI ve NNFI değerlerinin .90'ın üzerinde olması kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2015). Madde analizi için düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach α ve McDonald ω iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. İç tutarlılık güvenilirlik katsayılarının .70 ve üzerinde olması yeterli olarak kabul edilmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Ayrıca ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği için Pearson korelasyon analizi katsayıları hesaplanmıştır. Ölçüt bağıntı geçerliği için EYÖ'nün Ergenler İçin Beş Faktörlü İyi oluş Ölçeği (EPOCH) ve Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri (TDYE) ile ilişkisi için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

Daha sonra EYÖ toplam puanı ve ölçeğin alt boyut puanlarının çeşitli demografik değişkenlere göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ikili kategorik değişkenlerde bağımsız gruplar t testi ve en az üç kategorili değişkenlerde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. ANOVA sonuçlarının anlamlı çıktığı durumlarda gruplar arasındaki anlamlı farklılığının hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için post-hoc analizlerine başvurulmuş, varyansın homojen olduğu durumlarda Tamhane's T2 ve homojen olmadığı durumlarda ise Scheffe testi kullanılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırmanın bu bölümünde, toplanan verilerin istatistiksel yöntemlerle incelenmesi sonucu elde edilen bulgular sunulmaktadır. Ölçek geliştirme sürecinin aşamaları olan madde analizi, faktör analizi ve güvenirlik çalışmaları sırasıyla ele alınmış ve elde edilen sonuçlar ortaya konmuştur.

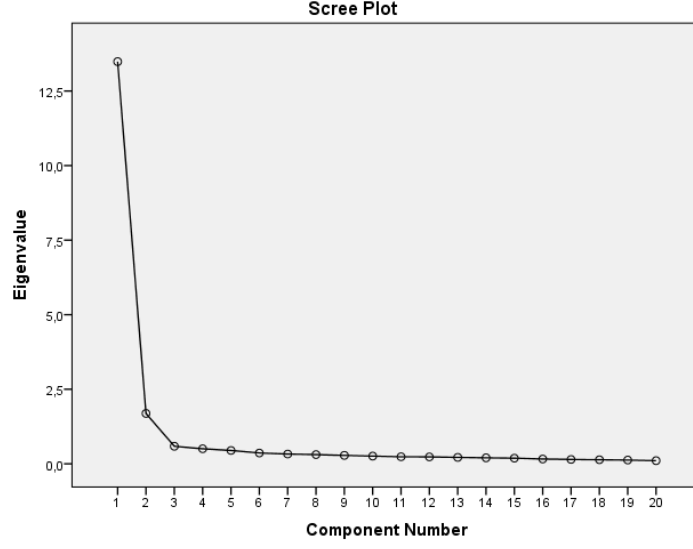
4.1. Ergen Yas Ölçeği'nin Yapı Geçerliği

Ergen Yas Ölçeği'nin yapı geçerliği için açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

4.1.1. Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için ilk önce açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Verilerin faktör analizi için uygunluğu, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett Küresellik Testi ile değerlendirilmiştir. KMO değerinin 0.60'tan büyük olması ve Bartlett testinin anlamlı çıkması, faktör analizi için yeterli kabul edilmektedir (Pullant, 2001). AFA sonucunda 25 maddelik ölçeğin öz değeri (eigen value) 1'in üzerinde olan 3 faktörden oluştuğu ve faktörlerin toplam varyansın %58'ini açıkladığı görülmüştür. Birden fazla faktörden yük alan ve faktör yükü .50'in altında olan 5 madde ölçekten çıkarılmıştır.

Maddeleri çıkartıldıktan sonra AFA tekrarlanmış ve Promax Kappa rotasyonu yapılmıştır. Sonuçlara göre ölçeğin özdeğeri 1'in üstünde olan iki faktörden oluştuğu görülmüştür. Paralel analiz sonuçları da ölçeğin 2 faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. 20 maddelik ölçeğin faktör yapısı için KMO değeri .970 bulunmuş ve Barlett Küresellik Testi'nin anlamlı olduğu görülmüştür ($\chi^2=7630.415$, $sd = 190$, $p<.001$). Bu değer, örneklem büyüklüğünün faktör analizi için mükemmel düzeyde ve veri matrisinin uygun düzeyde olduğunu göstermektedir (Pullant, 2001). Ölçeğin birinci faktörünün özdeğeri 13.48 ve ikinci faktörün özdeğeri ise 1.69 olarak hesaplanmıştır (Şekil 4.1).



Şekil 4.1: Yamaç Birikinti Grafiği

Promax rotasyonu sonrasında ölçeğin 11 maddeden oluşan birinci faktörünün (Değişen yaşam kalitesi) özdeğerinin 7.69 ve açıkladığı varyansın %38 olduğu ve madde faktör yüklerinin .55 ile .98 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin 9 maddeden oluşan ikinci faktörünün (duygu ve düşünceler) özdeğerinin 6.98 ve açıkladığı varyansın %35 olduğu ve madde faktör yüklerinin ise .98 ile .50 arasında değiştiği görülmüştür. AFA sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 4.1’de sunulmuştur.

Tablo 4.1: Ergen Yas Ölçeği'nin Faktör Yapısı ve Faktör Yükleri (N = 346)

Madde	Faktör 1	Faktör 2
1	0.783	
2	0.554	
3		0.507
4	0.632	
5		0.797
6	0.613	
7	0.894	
8		0.765
9		0.906
10		0.987
11	0.884	
12	0.872	
13		0.941
14		0.808
15	0.861	
16	0.814	
17	0.982	
18	0.616	
19		0.954
20		0.521
Özdeğer	7.69	6.98
Açımlanan Toplam Varyans	38	35
Yığılmalı Toplam Varyans	38	73

Not. Rotation Method: Promax with Kaiser Normalization. 0.50'nin altındaki faktör yükleri tabloda gösterilmemiştir.

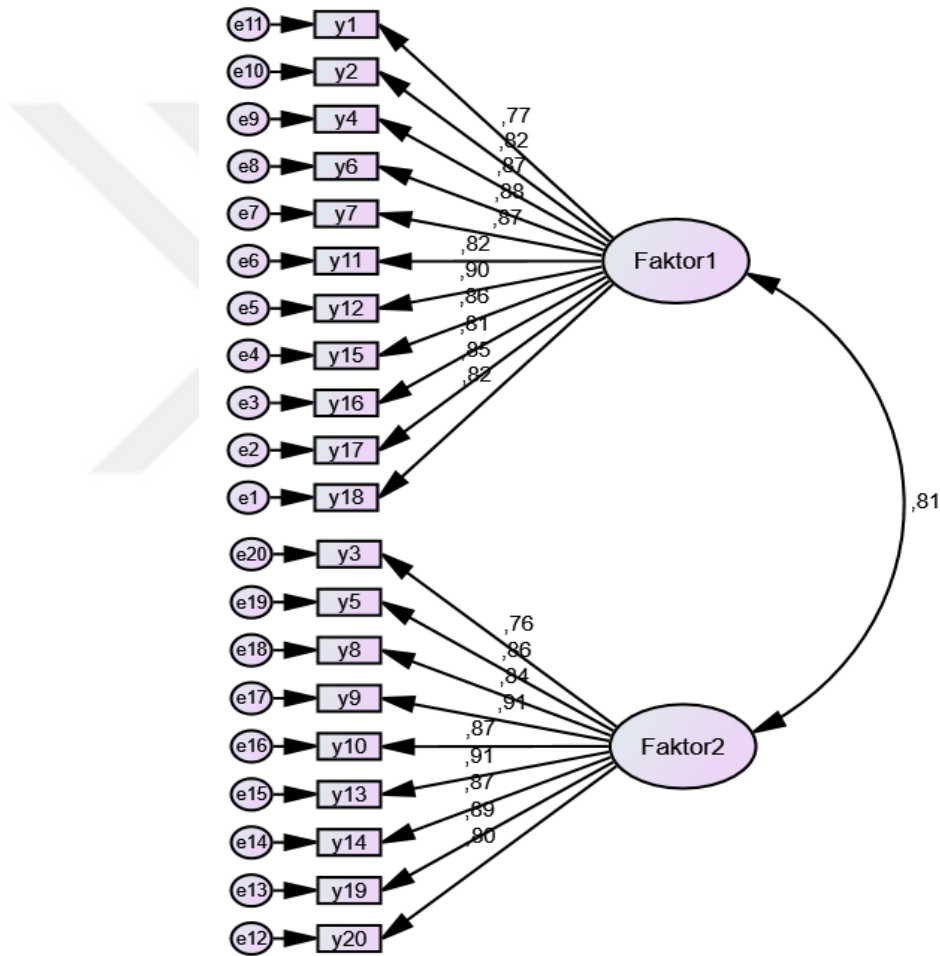
4.1.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

a) Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi

AFA sonucunda ortaya çıkan iki boyutlu yapının test edilmesi için 346 katılımcıdan oluşan çalışma grubundan elde edilen verilerle doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. DFA sonucunda ölçeğin 2 faktörlü bir yapı sergilediği ve uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır (Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015; Hu & Bentler, 1999). Ölçeğin uyum indekslerine ilişkin değerler Tablo 3'te sunulmuştur. Ölçeğin madde faktör yükleri Faktör 1 için .77 ile .90 arasında, Faktör 2 için ise .76 ile .91 arasında değişmektedir (Şekil 4.2, Tablo 4.1).

Tablo 4.2: Ergen Yas Ölçeği'nin Uyum İndeksleri

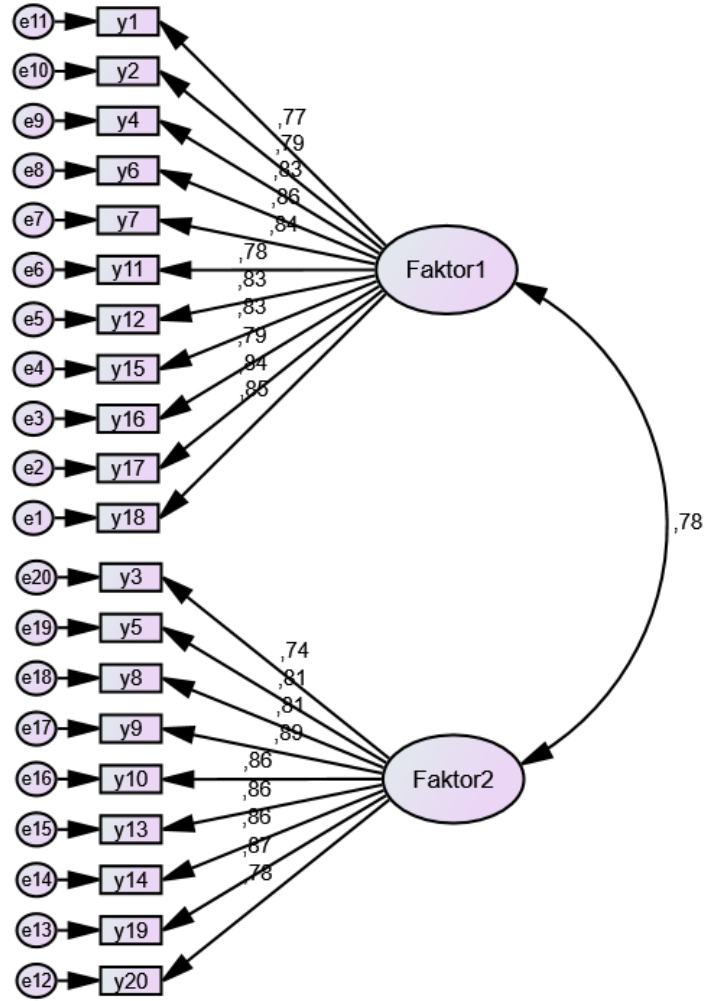
Uyum İndeksi	Kabul Edilebilir Düzey	İyi Düzey	EYÖ indeksleri (N = 346)	EYÖ indeksleri (N = 1522)
χ^2/df	≤ 5	≤ 3	4.11	9.43
CFI	≥ 0.90	≥ 0.95	0.93	0.94
IFI	≥ 0.90	≥ 0.95	0.93	0.93
TLI	≥ 0.90	≥ 0.95	0.92	0.93
NFI	≥ 0.90	≥ 0.95	0.91	0.93
RMSEA	≤ 0.08	≤ 0.05	0.08	0.07
SRMR	≤ 0.08	≤ 0.05	0.05	0.05



Şekil 4.2: Ergen Yas Ölçeği'nin Madde Faktör Yükleri (N= 346)

Daha sonra 1522 katılımcıdan oluşan farklı bir örneklem grubunda ölçeğin yapı geçerliği için yeniden bir DFA yapılmıştır. DFA sonuçlarının χ^2/df haricindeki uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmüştür (Tablo 4.2). χ^2/df değerleri örneklem büyüklüğüne duyarlıdır ve yüksek sayıdaki katılımcı gruplarıyla gerçekleştirilen analizlerde bu değer yüksek olması kabul edilebilir sayılmaktadır

(Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015). İkinci defa yapılan DFA sonucunda ölçeğin madde faktör yükleri Faktör 1 için .77 ile .86 arasında ve Faktör 2 için ise .74 ile .89 arasında değişmektedir (Şekil 4.3, Tablo 4.4).



Şekil 4.3: Ergen Yas Ölçeği'nin Madde Faktör Yükleri (N= 1522)

b) İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi

Son olarak 1522 katılımcıdan elde edilen verilerle ölçeğin ikinci düzey DFA yapılmıştır. İkinci düzey DFA sonucunda ölçeğin uyum indeklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (CFI = 0.94, IFI = 0.94, TLI = 0.93, NFI = 0.93, SRMR = 0.04, RMSEA = 0.08). İkinci düzey DFA sonucunda ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.74 ile 0.89 arasında değiştiği görülmüştür (Tablo 4.4).

4.1.3. Madde Analizi ve Güvenirlik

Ergen Yas Ölçeği'nin madde analizi ve güvenirliliği için iki ayrı bağımsız katılımcı grubundan (N = 346 ve N = 1522) elde edilen veriler analiz edilmiştir.

Ergen Yas Ölçeği'ni oluşturan maddelerin ölçeğin faktör yapısını yordama gücünü ve maddelerin ayırt edici olup olmadığını belirlemek için maddelerin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları incelenmiştir (N = 346). Tablo 4.3'de görüldüğü üzere ölçek maddelerin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .71 ile .86 arasında değişmektedir. Ergen Yas Ölçeği'nin Cronbach alpha (α) iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .97, Faktör 1 için .96 ve Faktör 2 için .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin McDonald's omega (ω) güvenilirlik katsayıları da yüksek düzeyde hesaplanmıştır. Ayrıca ölçek maddelerinin çarpıklık değerleri -0.38 ile 1.15 arasında basıklık değerleri ise -1.49 ile 0.51 arasında değiştiği hesaplanmıştır. Bu sonuçlar ölçek maddelerinin normal dağılım sergilediğini göstermektedir (Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015). Ölçek maddelerinin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları, iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları ve betimsel istatistiklerine ilişkin bulgular Tablo 4.3'de sunulmuştur.

Tablo 4.3: Ergen Yas Ölçeği'nin Betimsel İstatistikleri, Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonları, Faktör Yükleri ve Güvenirlik Değerleri (N =346)

Faktörler	α	ω	Madde	\bar{X}	ss	Çarpıklık	Basıklık	r_{mtf}	r_{mt}	λ
DYK	0.96	0.96	1	2.16	1.19	0.83	-0.13	0.76	0.71	0.77
			2	2.35	1.26	0.64	-0.50	0.79	0.80	0.82
			4	2.38	1.29	0.63	-0.66	0.85	0.85	0.87
			6	2.44	1.35	0.58	-0.82	0.86	0.86	0.88
			7	2.01	1.12	1.09	0.51	0.85	0.78	0.87
			11	2.07	1.27	1.07	0.06	0.80	0.74	0.82
			12	2.17	1.25	0.84	-0.31	0.88	0.83	0.90
			15	2.14	1.26	0.92	-0.19	0.84	0.79	0.86
			16	2.00	1.17	1.14	0.51	0.79	0.75	0.81
			17	1.99	1.17	1.15	0.50	0.85	0.76	0.85
			18	2.25	1.30	0.77	-0.53	0.80	0.79	0.82
			DD	0.96	0.96	3	2.79	1.55	0.21	-1.44
5	3.35	1.58				-0.38	-1.41	0.85	0.82	0.86
8	2.99	1.55				-0.02	-1.46	0.82	0.79	0.84
9	3.22	1.58				-0.23	-1.47	0.89	0.85	0.91
10	3.39	1.61				-0.38	-1.47	0.85	0.78	0.87
13	3.30	1.61				-0.32	-1.48	0.89	0.83	0.91
14	2.93	1.56				0.06	-1.49	0.85	0.82	0.87
19	3.35	1.61				-0.36	-1.47	0.87	0.81	0.89
20	2.72	1.57	0.31	-1.44	0.78	0.81	0.80			

Not. N= 346, r_{mt} = ölçek toplam puanı için madde toplam korelasyonları, r_{mtf} = ölçek alt boyutları için madde toplam korelasyonları, λ = standize madde faktör yükü, α = Cronbach's alpha, ω = McDonald's omega, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma

Daha sonra ikinci bir katılımcı grubundan (N = 1522) elde edilen verilerle ölçeğin madde analizi ve güvenilirliği yeniden test edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre ölçek maddelerin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .69 ile .84 arasında değiştiği bulunmuştur. Ergen Yas Ölçeği'nin Cronbach alpha (α) iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .97, Faktör 1 için .96 ve Faktör 2 için .95 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin McDonald's omega (ω) güvenilirlik katsayıları da yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Ayrıca ölçek maddelerinin çarpıklık değerleri -0.38 ile 1.25 arasında ve basıklık değerleri ise -1.55 ile 0.65 arasında değiştiği hesaplanmıştır. Bu sonuçlar ölçek maddelerinin normal dağılım sergilediğini göstermektedir (Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015). Ölçek maddelerinin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları, iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları ve betimsel istatistiklerine ilişkin bulgular Tablo 4.4'de sunulmuştur.

Tablo 4.4: Ergenlerde Yas Ölçeğinin Betimsel İstatistikleri, Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonları, Faktör Yükleri ve Güvenirlik Değerleri (N =1522)

Faktörler	α	ω	Madde	\bar{X}	ss	Çarpıklık	Basıklık	r_{mtr}	r_{mt}	λ_1	λ_2			
DYK	0.96	0.96	1	2.13	1.17	0.87	-0.02	0.76	0.71	0.77	0.77			
			2	2.33	1.32	0.68	-0.65	0.77	0.78	0.79	0.81			
			4	2.31	1.31	0.65	-0.71	0.81	0.82	0.83	0.84			
			6	2.39	1.35	0.59	-0.84	0.83	0.84	0.86	0.87			
			7	1.94	1.16	1.19	0.54	0.82	0.75	0.84	0.83			
			11	1.94	1.22	1.25	0.56	0.76	0.69	0.78	0.81			
			12	2.03	1.23	1.03	0.05	0.82	0.76	0.83	0.78			
			15	2.01	1.19	1.10	0.32	0.81	0.74	0.83	0.83			
			16	1.93	1.17	1.23	0.65	0.77	0.72	0.79	0.85			
			17	1.94	1.20	1.25	0.62	0.83	0.74	0.84	0.74			
			18	2.15	1.28	0.90	-0.26	0.83	0.80	0.85	0.81			
			DD	0.95	0.95	3	2.65	1.50	0.33	-1.31	0.72	0.73	0.74	0.81
						5	3.25	1.55	-0.28	-1.40	0.79	0.73	0.81	0.89
8	2.88	1.52				0.07	-1.44	0.79	0.76	0.81	0.86			
9	3.17	1.53				-0.20	-1.39	0.87	0.80	0.89	0.86			
10	3.37	1.55				-0.38	-1.36	0.83	0.77	0.86	0.86			
13	3.19	1.62				-0.21	-1.55	0.84	0.78	0.86	0.87			
14	2.90	1.56				0.08	-1.49	0.83	0.80	0.86	0.78			
19	3.28	1.58				-0.31	-1.43	0.85	0.78	0.87	0.77			
20	2.63	1.52	0.38	-1.31	0.75	0.78	0.78	0.81						

Not. N= 1522, r_{mt} = ölçek toplam puanı için madde toplam korelasyonları, r_{mtr} = ölçek alt boyutları için madde toplam korelasyonları, λ_1 = Birinci düzey faktör analizine ilişkin standize madde maktör yükleri, λ_2 = İkinci düzey faktör analizine ilişkin standize madde maktör yükleri α = Cronbach's alpha, ω = McDonald's omega, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma

4.1.4. Test-Tekrar Test Geçerliği

Ergen Yas Ölçeği'nin test-tekrar test güvenilirliği için Pearson korelasyon analizi ile yapılmıştır. İlk olarak ölçeğin öntest ve sontest toplam puanı ve alt boyutlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Verilerin dağılımının normalliğini test etmek için basıklık ve çarpıklık değerleri hesaplanmıştır. Ek olarak ölçeğin öntest ve sontest puanlarının Cronbach's alpha ve McDonald's omega güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4.5: Test Tekrar Test Korelasyon Katsayıları ve Betimsel İstatistikler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. Değişen yaşam kalitesi I	1					
2. Duygu ve düşünceler I	0.83*	1				
3. Ergen Yas Ölçeği-Toplam I	0.95*	0.96*	1			
4. Değişen yaşam kalitesi 2	0.83*	0.67*	0.78*	1		
5. Duygu ve düşünceler 2	0.79*	0.84*	0.85*	0.83*	1	
6. Ergen Yas Ölçeği- Toplam 2	0.85*	0.79*	0.85*	0.96*	0.96*	1
Ortalama	23.79	28.15	51.94	23.279	25.02	48.30
Standart Sapma	10.78	12.20	21.96	12.436	12.45	23.81
Çarpıklık	0.50	-0.23	0.04	0.83	0.12	0.42
Basıklık	-0.65	-1.24	-1.09	-0.14	-1.34	-0.86
Cronbach's alpha	0.94	0.96	0.97	0.97	0.97	0.98
McDonald's omega	0.95	0.96	0.97	0.97	0.97	0.98

Not. N = 86, * p < .001

Tablo 4.5'te görüldüğü üzere Ergen Yas Ölçeği'nin öntest ve sontest toplam puanı ve alt boyutları için çarpıklık değerleri -0.23 ile 0.83 arasında basıklık değerleri ise -1.34 ile -0.14 arasında değişmektedir. Ölçeğin öntest ve sontest toplam puanı ve alt boyutlarının Cronbach's alpha güvenilirlik katsayıları 0.94 ile 0.98 arasında ve McDonald's omega güvenilirlik katsayıları ise 0.95 ile 0.98 arasında hesaplanmıştır.

Ergen Yas Ölçeği'nin test-tekrar test güvenilirliği için yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, ölçeğin toplam puanı için test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .85 (p < .001) olarak, değişen yaşam kalitesi boyutu için .83 (p < .001) ve duygu ve düşünceler boyutu için ise .84 (p < .001) olarak hesaplanmıştır.

4.1.5. Ölçüt Bağlantılı Geçerlik

Ölçüt geçerliği için Ergen Yas Ölçeği puanlarının EPOCH (Ergenler için Beş Faktörlü İyi Oluş) Ölçeği ve Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri (TDYE) puanları ile ilişkisi

incelenmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerliği bağımsız bir katılımcı grubundan (N = 1522) toplanan veriler ile analiz edilmiştir. Öncelikle verilerin betimsel istatistikleri, basıklık ve çarpıklık değerleri ve güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Daha sonra ise Ergen Yas Ölçeği'nin EPOCH ve TDYE ile ilişkisi incelenmiş ve sonuçlar Tablo 4.6'da sunulmuştur.

Tablo 4.6: Ergenlerde Yas Ölçeği Puanlarının EPOCH ve TDYE Puanları ile İlişkisi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. EYÖ	1											
2. DYK	0.93***	1										
3. DD	0.94***	0.76***	1									
4. TDYE	-0.76***	-0.71***	-0.71***	1								
5. GD	-0.67***	-0.71***	-0.56***	0.91***	1							
6. ŞD	-0.75***	-0.67***	-0.74***	0.98***	0.81***	1						
7. EPOCH	-0.07*	-0.12**	-0.02	0.10**	0.15**	0.07*	1					
8. HB	0.02	-0.01	0.04	0.01	0.04	-0.01	0.75***	1				
9. Kararlılık	-0.01	-0.01	-0.01	0.03	0.04	0.03	0.72***	0.51***	1			
10. İyimserlik	-0.05*	-0.09*	-0.01	0.11**	0.14**	0.08*	0.84***	0.51***	0.56***	1		
11. İlişkिलik	-0.08*	-0.16***	0.02	0.10**	0.17***	0.05*	0.74***	0.40***	0.34***	0.51***	1	
12. Mutluluk	-0.14**	-0.18***	-0.09*	0.14**	0.19***	0.10**	0.82***	0.50***	0.43***	0.65***	0.57***	1
\bar{X}	50.42	23.11	27.32	75.11	31.17	43.94	63.73	12.14	12.25	12.29	14.56	12.48
ss	21.83	11.42	11.84	23.06	8.28	15.87	14.99	3.66	3.44	4.04	4.09	4.08
Çarpıklık	0.24	0.89	-0.20	-0.25	-0.63	-0.13	-0.01	0.21	0.06	0.06	-0.45	0.06
Basıklık	-0.83	0.14	-1.25	-0.98	-0.57	-1.15	-0.04	-0.43	-0.37	-0.76	-0.64	0.84
α	0.97	0.96	0.95	0.97	0.93	0.96	0.90	0.75	0.68	0.78	0.80	0.84
ω	0.97	0.96	0.95	0.97	0.93	0.96	0.91	0.75	0.69	0.78	0.81	0.84

Not. N = 1522, EYÖ = Ergen Yas Ölçeği toplam puanı, DYK = değişen yaşam kalitesi, DD = duygu ve düşünceler, TDYE = Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri toplam puanı, GD = geçmiş davranışlar, ŞD = şimdiki duygular, EPOCH = Ergenler için Beş Faktörlü İyi Oluş Ölçeği toplam puanı, HB = hayata bağlılık, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, α = Cronbach's alpha, ω = McDonald's omega, * p < .05, ** p < .01, p < .001

Tablo 4.6'da görüleceği üzere değişkenlerin çarpıklık değerleri -0.63 ile 0.89 arasında ve basıklık değerleri ise -1.25 ile 0.84 arasında değişmektedir. Bu sonuçlar verilerin normal bir dağılım sergilediğine işaret etmektedir (Browne & Cudeck, 1992; Kline, 2015). Verilerin Cronbach's alpha ve McDonald's omega değerleri 0.68 ile 0.97

arasında değişmektedir. Bu sonuçlar değişkenlerin güvenilirlik katsayılarının kabul edilebilir sınırların üstünde olduğunu göstermektedir (Tabachnick & Fidell, 2013).

Ergen Yas Ölçeği'nin (EYÖ) ölçüt geçerliği Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre EYÖ toplam puanlarının ölçeğin alt boyutlarından DYK ($r = 0.93, p < .001$) ve DD ($r = 0.94, p < .001$) ile yüksek korelasyon gösterdiği ve ölçeğin alt boyutları arasındaki korelasyon değerlerinin de yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır ($r = 0.76, p < .001$). EYÖ toplam puanlarının TDYE toplam puanları ($r = -0.76, p < .001$) ve TDYE'nin alt boyutlarından GD ($r = -0.67, p < .001$) ve ŞD ($r = -0.75, p < .001$) ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca EYÖ'nün alt boyutlarından DYK ($r = -0.71, p < .001$) ve DD'nin ($r = -0.71, p < .001$), TDYE toplam puanları ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. TDYE puanlanmasında düşük puanlar yüksek yas yoğunluğuna işaret etmektedir. Bu sonuçlara göre EYÖ'nün benzer olguyu ölçen TDYE ile yüksek ve anlamlı düzeydeki ilişkili olması ölçeğin ölçüt geçerliğini doğrulamaktadır.

Ayrıca EYÖ toplam puanlarının EPOCH toplam puanları ile negatif yönde ancak düşük düzeyde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür ($r = -0.07, p < .05$). EYÖ'nün EPOCH ile ilişki katsayısı çok küçük düzeyde ancak anlamlıdır. EYÖ'nün alt boyutlarından DYK'nın EPOCH ile ilişkisi negatif yönde ve anlamlı düzeyde iken ($r = -0.12, p < .05$) DD'nin EPOCH ile ilişkisi anlamsız bulunmuştur ($r = -0.02, p > .05$). EYÖ toplam puanlarının EPOCH alt boyutlarından iyimserlik ($r = -0.05, p < .05$), ilişkililik ($r = -0.08, p < .05$) ve mutluluk ($r = -0.18, p < .01$) ile ilişkisi negatif yönde ve anlamlı düzeydedir. Ancak bu değişkenler arasındaki ilişki gücü zayıf olduğu görülmüştür. EYÖ'nün alt boyutların DYK'nın iyimserlik ($r = -0.09, p < .05$), ilişkililik ($r = -0.16, p < .001$) ve mutluluk ($r = -0.18, p < .001$) ile ilişkisi negatif yönde ve anlamlı düzeyde olmasına rağmen korelasyon katsayısı düşük düzeydedir. EYÖ'nün alt boyutlarından DD'nin ise EPOCH alt boyutlarından sadece mutluluk ile negatif yönde ve düşük düzeyde ilişkili olduğu ($r = -0.09, p < .05$) bulunmuştur. Ancak EYÖ toplam puan ve alt boyutları (DYK ve DD) ile EPOCH alt boyutlarından HB ve kararlılık arasında anlamlı bir ilişkisi olmadığı saptanmıştır ($p > .05$). Bu sonuçlardan hareketle yüksek EYÖ puanlarının daha düşük EPOCH puanlarıyla ilişkili olduğu ancak bu ilişkinin zayıf olduğu söylenebilir.

4.2. Ergen Yas Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

Çalışmanın bu bölümünde öğrencilerin EYÖ toplam puanları ve ölçeğin alt boyut puanlarının demografik değişkenler açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

4.2.1. Ergenlerde Yas ve Cinsiyet

Ergen Yas Ölçeği toplam puanlarının ve ölçeğin alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız grup t testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.7: Cinsiyet Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Erkek (N=875)		Kız (N=647)		t	sd	Cohen's d
	\bar{X}	s	\bar{X}	ss			
Değişen Yaşam Kalitesi	21.89	11.45	24.01	11.32	3.59*	1520	0.19
Duygu ve Düşünceler	24.48	11.73	29.41	11.50	8.21*	1520	0.43
Ergen Yas Ölçeği	46.37	21.85	53.42	21.35	6.30*	1520	0.33

Not. * $p < .001$, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, sd = serbestlik derecesi.

Tablo 4.7'de görüldüğü üzere cinsiyet değişkeni açısından *Ergen Yas Ölçeği* toplam puanı ($t = 6.30$, $p < .001$), *değişen yaşam kalitesi* ($t = 3.59$, $p < .001$) ve *duygu ve düşünceler* ($t = 8.21$, $p < .001$) alt boyutları puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark kız öğrenciler lehine anlamlı bulunmuştur. Yani kız öğrencilerin ($\bar{X} = 53.42$, $ss = 21.35$) erkek öğrencilere ($\bar{X} = 46.37$, $ss = 21.85$) göre yas puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

4.2.2. Ergenlerde Yas ve Okul Türü

Ergen Yas Ölçeği toplam puanlarının ve ölçeğin alt boyutlarının okul türü değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.8: Okul Türü Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Okul	N	\bar{X}	SS	KT	sd	KO	F	η^2	Fark
DYK	AL	777	24.00	11.26	4698.97	2	2349.48	18.43*	0.03	AL, ML > İHL
	İHL	436	20.37	10.36	193701.78	1519	127.52			
	ML	309	24.72	12.56						
DD	AL	777	29.19	11.26	8770.28	2	4385.14	32.55*	0.04	AL, ML > İHL
	İHL	436	23.62	11.90	204663.08	1519	134.74			
	ML	309	27.82	12.05						
EYÖ Toplam	AL	777	53.19	21.05	25413.11	2	12706.56	27.58*	0.04	AL, ML > İHL
	İHL	436	43.99	20.91	699854.39	1519	460.73			
	ML	309	52.54	23.21						

Not. EYÖ = Ergen Yas Ölçeği toplam puanı, DYK = değişen yaşam kalitesi, DD = duygu ve düşünceler, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, KT = kareler toplamı, sd = serbestlik derecesi, KO = kareler ortalaması, η^2 = eta kare, * $p < .001$

Tablo 4.8’de görüldüğü üzere, EYÖ ve alt boyut puanlarının okul türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda ölçek toplam puanı ($F=27.58$, $p < .001$), DYK ($F=18.43$, $p < .001$) ve DD ($F=32.55$, $p < .001$) alt boyut puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmuştur.

EYÖ toplam puanı açısından bu farklılıkların hangi okul türünden kaynaklandığını incelemek amacıyla Scheffe çoklu karşılaştırma testi ($L= 2.86$, $p > .05$) yapılmıştır. Sonuçlara göre, Anadolu Lisesi ($\bar{X} = 53.19$) ve Meslek Lisesi öğrencilerinin ($\bar{X} = 52.54$) İmam Hatip Lisesi öğrencilerine göre ($\bar{X} = 43.99$) EYÖ puanları daha yüksektir. Sırasıyla DYK ve DD puanları açısından farklılıkların hangi okul türünden kaynaklandığını incelemek amacıyla Tamhane’s T2 çoklu karşılaştırma testi ($L= 815$, $p < .05$; $L = 4.06$, $p < .05$) uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre sırasıyla DYK ve DD puanları açısından Anadolu Lisesi ($\bar{X} = 24.00$, $\bar{X} = 29.19$) ve Meslek Lisesi öğrencilerinin puanları ($\bar{X} = 24.72$, $\bar{X} = 27.82$) İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin puanlarına göre ($\bar{X} = 20.37$, $\bar{X} = 23.62$) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yani İHL öğrencilerinin EYÖ ve alt boyut puanları diğer öğrencilerden daha düşüktür.

4.2.3. Ergenlerde Yas ve Sınıf Düzeyi

Ergen Yas Ölçeği toplam puanlarının ve ölçeğin alt boyutlarının sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.9: Sınıf Düzeyi Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Sınıf	N	\bar{X}	SS	KT	sd	KO	F	η^2	Fark
DYK	9	506	22,81	11,54	577,28	3	192,43	1.48	0.00	-
	10	408	23,93	11,67	197823,47	1518	130,32			
	11	386	23,24	11,06						
	12	222	22,04	11,27						
DD	9	506	27.047	12.054	580.66	3	193.55	1.38	0.00	-
	10	408	27.953	11.859	212852.69	1518	140.22			
	11	386	27.692	11.367						
	12	222	26.108	12.125						
EYÖ Toplam	9	506	49.854	22.010	2275.04	3	758.35	1.59	0.00	-
	10	408	51.880	22.202	722992.47	1518	476.28			
	11	386	50.935	20.963						
	12	222	48.153	22.162						

Not. EYÖ = Ergen Yas Ölçeği toplam puanı, DYK = değişen yaşam kalitesi, DD = duygu ve düşünceler, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, KT = kareler toplamı, sd = serbestlik derecesi, KO = kareler ortalaması, η^2 = eta kare.

Tablo 4.9’da görüldüğü üzere, EYÖ ve alt boyut puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda ölçek toplam puanı ($F=1.59, p > .05$), DYK ($F=1.48, p > .05$) ve DD ($F=1.38; p > .05$) alt boyut puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır.

4.2.4. Ergenlerde Yas ve Anne Eğitim Düzeyi

Ergen Yas Ölçeği toplam puanlarının ve ölçeğin alt boyutlarının anne eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.10: Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Mezuniyet	N	\bar{X}	SS	KT	sd	KO	F	η^2	Fark
DYK	İlkokul (1)	765	23.09	11.52	630.55	2	315.28	2.42	0.00	-
	Ortaokul-Lise (2)	655	23.48	11.37	197770.20	1519	130.20			
	Üniversite (3)	102	20.81	10.83						
DD	İlkokul (1)	765	27.41	11.82	1292.58	2	646.29	4.63*	0.01	1, 2 > 3
	Ortaokul-Lise (2)	655	27.74	11.62	212140.78	1519	139.66			
	Üniversite (3)	102	23.93	12.98						
EYÖ Toplam	İlkokul (1)	765	50.49	21.94	3714.36	2	1857.18	3.91*	0.01	1, 2 > 3
	Ortaokul-Lise (2)	655	51.23	21.51	721553.14	1519	475.02			
	Üniversite (3)	102	44.75	22.55						

Not. EYÖ = Ergen Yas Ölçeği toplam puanı, DYK = değişen yaşam kalitesi, DD = duygu ve düşünceler, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, KT = kareler toplamı, sd = serbestlik derecesi, KO = kareler ortalaması, η^2 = eta kare, * $p < .05$

Tablo 4.10’da görüldüğü üzere, EYÖ ve alt boyut puanlarının anne eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda ölçeğin DYK alt boyut puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır ($F=1.59, p > .05$). Ancak EYÖ toplam puanı ($F=3.91, p < .05$) ve ölçeğin DD alt boyutunda ($F=4.63, p < .05$) grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

EYÖ toplam puanı açısından farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla Scheffe çoklu karşılaştırma testi ($L= 0.95, p > .05$) yapılmıştır. Sonuçlara göre, annesi ilkökul mezunu ($\bar{X} = 50.49$) ve annesi ortaokul ve lise mezunu olan öğrencilerin ($\bar{X} = 51.23$) annesi üniversite mezunu olan öğrencilerine göre ($\bar{X} = 44.75$) EYÖ toplam puanları daha yüksektir. Ayrıca DD alt boyutu puanları açısından farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla Tamhane’s T2 çoklu karşılaştırma testi ($L= 4.39, p < .05$) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre DD puanları açısından annesi ilkökul mezunu ($\bar{X} = 27.41$) ve annesi ortaokul ve lise mezunu olan öğrencilerin ($\bar{X} = 27.74$) annesi üniversite mezunu olan öğrencilerine göre ($\bar{X} = 23.93$) EYÖ toplam puanları daha yüksektir. Annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin yas puanları diğer öğrencilere göre daha düşüktür.

4.2.5. Ergenlerde Yas ve Baba Eğitim Düzeyi

Ergen Yas Ölçeği toplam puanlarının ve ölçeğin alt boyutlarının baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 5.11: Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Mezuniyet	N	\bar{X}	SS	KT	sd	KO	F	η^2	Fark
DYK	İlkokul (1)	508	22.94	11.37	268.59	2	134.29	1.03	0.00	-
	Ortaokul-Lise (2)	890	23.37	11.48	198132.17	1519	130.44			
	Üniversite (3)	124	21.86	11.18						
DD	İlkokul (1)	508	27.21	11.55	229.59	2	114.79	0.82	0.00	-
	Ortaokul-Lise (2)	890	27.54	11.87	213203.77	1519	140.36			
	Üniversite (3)	124	26.12	12.80						
EYÖ Toplam	İlkokul (1)	508	50.15	21.44	993.19	2	496.59	1.04	0.00	-
	Ortaokul-Lise (2)	890	50.92	21.94	724274.31	1519	476.81			
	Üniversite (3)	124	47.98	22.69						

Not. EYÖ = Ergen Yas Ölçeği toplam puanı, DYK = değişen yaşam kalitesi, DD = duygu ve düşünceler, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, KT = kareler toplamı, sd = serbestlik derecesi, KO = kareler ortalaması, η^2 = eta kare.

Tablo 4.11’de görüldüğü üzere, EYÖ ve alt boyut puanlarının baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda EYÖ toplam puanı ($F=1.04$, $p > .05$) ve ölçeğin DYK ($F=1.03$, $p > .05$) ve DD ($F=0.82$, $p > .05$) alt boyut puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır.

4.2.6. Ergenlerde Yas ve Arkadaş Kaybı

EYÖ toplam puanları ve ölçeğin alt boyut puanlarının arkadaşını kayıp edip etmeme değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız grup t testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.12: Arkadaş Kaybı Olup Olmama Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Evet (N=479)		Hayır (N=1043)		t	sd	Cohen’s d
	\bar{X}	s	\bar{X}	ss			
Değişen Yaşam Kalitesi	25.53	11.37	21.99	11.27	5.67*	1520	0.31
Duygu ve Düşünceler	30.79	10.23	25.72	12.19	7.95*	1520	0.44
Ergen Yas Ölçeği	56.32	19.85	47.71	22.18	7.26*	1520	0.40

Not. * $p < .001$, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, sd = serbestlik derecesi.

Tablo 4.12’de görüldüğü üzere arkadaş kaybı olup olmama değişkeni açısından EYÖ toplam puanı ($t= 7.26$, $p<.001$), *değişen yaşam kalitesi* ($t= 5.67$, $p<.001$) ve *duygu ve düşünceler* ($t= 7.95$, $p<.001$) alt boyutları puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark arkadaşını kaybeden öğrenciler lehine anlamlı bulunmuştur. Yani arkadaşını kaybeden öğrencilerin ($\bar{X} = 56.32$, $ss =19.85$) arkadaşını kaybetmeyen öğrencilere ($\bar{X} = 47.71$, $ss =22.18$) göre yas puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Arkadaşı kaybının öğrencilerde duygu ve düşüncelerin değişmesine etki edip etmeme değişkeni açısından EYÖ toplam puanları ve ölçeğin alt boyut puanları için bağımsız grup t testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.13: Arkadaş Kaybının Duygu ve Düşünceler Üzerindeki Etkisine İlişkin Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Evet (N=301)		Hayır (N=178)		t	sd
	\bar{X}	s	\bar{X}	ss		
Değişen Yaşam Kalitesi	27.83	11.33	21.65	10.38	5.94*	477
Duygu ve Düşünceler	32.97	9.37	27.10	10.58	6.32*	477
Ergen Yas Ölçeği	60.80	18.72	48.75	19.44	6.13*	477

Not. * $p < .001$, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, sd = serbestlik derecesi.

Tablo 4.13'te görüldüğü üzere arkadaş kaybının öğrencilerin duygu ve düşüncelerinde bir değişime neden olup olmaması değişkeni açısından ölçek puanları incelendiğinde, EYÖ toplam puanı ($t= 6.13$, $p<.001$) ve ölçeğin *değişen yaşam kalitesi* ($t= 5.94$, $p<.001$) ve *duygu ve düşünceler* ($t= 6.32$, $p<.001$) alt boyutları puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yani arkadaşının ölüm haberini aldıktan sonra duygu ve düşüncelerinin değiştiğini bildiren öğrencilerin yas puanları ($\bar{X} = 60.80$, $ss = 18.72$) diğer öğrenci grubuna ($\bar{X} = 48.75$, $ss = 19.45$) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

4.2.7. Ergenlerde Yas ve Aile Bireyi Kaybı

EYÖ toplam puanları ve ölçeğin alt boyut puanlarının aile bireylerden birini kaybedip etmeme değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız grup t testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.14: Aile Bireyi Kaybı Olup Olmama Değişkeni Açısından Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyut Puanlarının İncelenmesi

Değişkenler	Evet (N=1120)		Hayır (N=402)		t	sd	Cohen's d
	\bar{X}	s	\bar{X}	ss			
Değişen Yaşam Kalitesi	23.77	10.85	21.25	12.70	3.82*	1520	0.22
Duygu ve Düşünceler	29.66	10.64	20.80	12.60	13.62*	1520	0.79
Ergen Yas Ölçeği	53.43	19.99	42.04	24.46	9.21*	1520	0.54

Not. * $p < .001$, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, sd = serbestlik derecesi.

Tablo 4.14'te görüldüğü üzere, aile/akraba bireylerinden birini kaybedip etmeme değişkeni açısından EYÖ toplam puanı ($t= 9.21$, $p<.001$), *değişen yaşam kalitesi* ($t= 3.82$, $p<.001$) ve *duygu ve düşünceler* ($t= 13.62$, $p<.001$) alt boyutları puanlarında

grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark aile/akrabasını kaybeden öğrenciler lehine anlamlı bulunmuştur. Yani aile/akrabasını kaybeden öğrencilerin ($\bar{X} = 53.43$, $ss = 19.99$) kaybetmeyen öğrencilere ($\bar{X} = 42.04$, $ss = 24.46$) göre yas puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Aile veya akrabalarından birinin ölüm haberini almanın öğrencilerde duygu ve düşüncelerin değişmesine etki edip etmemesi değişkeni açısından EYÖ toplam puanları ve ölçeğin alt boyut puanları için bağımsız grup t testi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.15: Aile veya Akraba Üyelerinden Birinin Kaybının Duygu ve Düşünceler Üzerindeki Etkisine İlişkin Ergen Yas Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının İncelenmesi

Değişkenler	Evet (N=737)		Hayır (N=383)		t	sd
	\bar{X}	s	\bar{X}	ss		
Değişen Yaşam Kalitesi	25,96	10,73	19,56	9,80	9.76	1118
Duygu ve Düşünceler	32,23	9,57	24,71	10,84	11.90	1118
Ergen Yas Ölçeği	58,19	18,67	44,27	19,24	11.71	1118

Not. * $p < .001$, \bar{X} = aritmetik ortalama, ss = standard sapma, sd = serbestlik derecesi.

Tablo 4.15'te görüldüğü üzere aile veya akraba üyelerinden birinin kaybının öğrencilerin duygu ve düşüncelerinde bir değişime neden olup olmaması değişkeni açısından ölçek puanları incelendiğinde, EYÖ toplam puanı ($t = 11.71$, $p < .001$) ve ölçeğin *değişen yaşam kalitesi* ($t = 9.76$, $p < .001$) ve *duygu ve düşünceler* ($t = 11.90$, $p < .001$) alt boyutları puanlarında grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak daha anlamlı bulunmuştur. Yani aile veya akrabalarından birinin ölüm haberini aldıktan sonra duygu ve düşüncelerinin değiştiğini bildiren öğrencilerin yas puanları ($\bar{X} = 58.19$, $ss = 18.67$) diğer öğrenci grubuna ($\bar{X} = 44.27$, $ss = 19.24$) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Araştırmanın bu bölümünde, “Ergen Yas Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi” başlıklı çalışmadan elde edilen bulgular, çalışmanın amaçları doğrultusunda tartışılmıştır. Sonuçlar, mevcut literatür ışığında değerlendirilerek ve gelecek araştırmacılar için çeşitli öneriler sunulmuştur.

5.1. Ergen Yas Ölçeği’nden (EYÖ) Elde Edilen Bulguların Tartışma ve Yorumu

Ergenlik dönemi, bireyin kimlik arayışında olduğu, sosyal çevresini genişlettiği ve önemli gelişimsel dönüm noktalarını yaşadığı karmaşık bir süreçtir. Bu dönemde yaşanan kayıplar, ergenlerin duygusal ve psikolojik gelişimini önemli ölçüde etkileyebilir. Ölüm, ayrılık veya önemli bir ilişkinin sonlanması gibi kayıplar, ergenlerde derin üzüntü, öfke, suçluluk ve yalnızlık duygularına neden olabilir. Bu duygular, ergenlerin akademik başarılarını, sosyal ilişkilerini ve genel yaşam memnuniyetlerini olumsuz yönde etkileyebilir. Ergenlerin yas süreçlerini ve bu süreçteki tepkilerini daha doğru değerlendirmenin, bireylerin ruh sağlığını korumak ve yaşam kalitelerini artırmak adına büyük önem taşıdığı düşünülmektedir. Bu önemle, bu araştırmanın temel amacı Ergen Yas Ölçeği’nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Bu amaçla, öncelikle lise düzeyindeki öğrencilerin yas konusundaki duygu ve düşüncelerini anlattıklarını, benzer deneyimlerini paylaştıkları bir kompozisyon yazmaları istenmiştir. Bunun yanı sıra literatürdeki ölçek geliştirme aşamaları ve yas literatürü ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. Söz konusu kompozisyonlardan elde edilen veriler ve literatür bilgilerinden yola çıkılarak ölçek geliştirme aşamaları sırasıyla takip edilmiş ve taslak maddeler oluşturulmuştur. Oluşturulan taslak maddeler, alanında uzman kişiler tarafından Davis (1992) tekniği kullanılarak değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda bazı maddeler ölçekten çıkarılmış bazı maddelerde de düzeltme yapılmıştır. Uzman görüşleriyle uygulamaya hazır hale getirilen ölçeğin taslak formu, sene içerisinde okuldaki bir öğrencinin okul dışında öldürülmesi sonucunda yas yaşamış bir Anadolu lisesindeki öğrencilere uygulanarak ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizleri için veri toplanmıştır. Toplanan verilerle Madde Analizi, AFA, DFA ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Yapılan paralel analiz sonucunda ölçeğin iki alt boyutlu bir yapıya sahip olduğu

bulunmuştur. Ergen Yas Ölçeği'nin (EYÖ) alt boyutları "Değişen Yaşam Kalitesi" ve "Duygu ve Düşünceler" olarak adlandırılmıştır. Alt boyutlara verilen isimler, bu boyutları oluşturan maddelerin ortak kavramsal yapısını yansıtmaktadır (Büyüköztürk vd., 2014). Bununla birlikte, EYÖ'nün EPOCH Ölçeği ve Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri ile olan korelasyonları değerlendirilerek ölçüt geçerliliği incelenmiştir. Güvenirlilik çalışması için ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve test-tekrar test yöntemi uygulanmıştır. Ergen Yas Ölçeği, toplam puan alınabilen, 20 maddeden oluşan, iki boyutlu ve beşli Likert tipi bir ölçektir. Yapılan analizler sonucunda, geliştirilen Ergen Yas Ölçeği'nin Türkiye'deki lise öğrencileri için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Türkiye'de kullanılan yas ölçeklerine bakıldığında, Balcı Çelik (2006) tarafından geliştirilen Yas Ölçeği'nin 18-24 yaş arasındaki üniversite öğrencilerine yönelik 35 maddeli bir ölçek olduğu görülmüştür. Alanyazında yas çalışmalarında kullanılan diğer ölçeklerden olan Teksas Düzeltilmiş Yas Envanteri ve İki Boyutlu Yas Ölçeği ise, sevilen birinin kaybı sonrasında yaşanan yas tepkilerinin şiddetini değerlendirmek için kullanılan geçerli ve güvenilir bir ölçme araçları olmasıyla birlikte bir uyarlama çalışmasıdır (Yıldız ve Cimete, 2010; Ayaz vd., 2014). Kurt ve diğerleri (2022) tarafından geliştirilen Pandemi Yas Ölçeği ve Evren ve diğerleri (2022) tarafından geliştirilen Pandemi Yas Ölçeği ise Covid 19 sonrası oluşan yas deneyimleriyle çalışmaktadır. Bu açıdan bakıldığında bu iki ölçeğin konu alanı ise daha sınırlıdır. Köneş ve diğerleri (2017) tarafından uyarlanan Perinatal Yas Ölçeği ise perinatal kayıp yaşayan kadınların yas düzeylerini değerlendirme amacıyla kullanılabilecek bir ölçme aracıdır. Bu araştırma kapsamında geliştirilen Ergen Yas Ölçeği'nin hem ölçekteki soru sayısının fazla olmaması, hem uyarlama yerine kültüre duyarlı bir ölçme aracı olması araştırmacılar için önemli avantajlar sunabilir. Ayrıca toplam puanın yanısıra değişen yaşam kalitesi ve duygu ve düşünceler olmak üzere iki boyutlu olarak da değerlendirilebilmesi de kullanışlı bir ölçek olduğunu düşündürmektedir.

5.2. Ergen Yas Ölçeği'nden (EYÖ) Elde Edilen Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından Tartışma ve Yorumu

Türkiye'deki alanyazın tarandığında (Avcı, 2019; Akyüz-Uçar, 2019; Coşkun, 2009; Çağlar, 2018; Dalahmetoğlu, 2018; Uzun, 2019; Korkmaz, 2023) tarafından

ergenlerde yas üzerine çalışmalar yapıldığı ancak gerek araştırma sayısının azlığı, gerekse içerik olarak konunun çok yönlü olarak ele alınmadığı görülmüştür.

Araştırmanın temel amacı olan Ergen Yas Ölçeği'nin geliştirilmesinin ardından EYÖ'den elde edilen puanların, cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, bireyin yakın çevrede ya da akran çevresinde yas yaşayıp yaşamaması ve bir yas deneyimi varsa bu deneyimden sonra hayatının değişip değişmemesi gibi faktörlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır.

Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, Ergen Yas Ölçeği'nin toplam puanı ve "değişen yaşam kalitesi" ile "duygu ve düşünceler" alt boyutları açısından kız ve erkek öğrenciler arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Analizler, kız öğrencilerin yas puanlarının, erkek öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu, kız öğrencilerin yas sürecini daha yoğun yaşadıklarına ya da daha yüksek düzeyde ifade ettiklerine işaret edebilir. Literatürde, araştırmanın bu bulgusunu doğrulayan çalışmaların bulunduğu görülmektedir:

Korkmaz (2023) tarafından yapılan bir çalışmada kız ergenlerin yas düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Balcı-elik'in (2011) tarafından ergenlerle yapılan bir başka çalışmada, yas düzeylerinin cinsiyet ve depresyon düzeylerine göre karşılaştırıldığı ve kızların yas toplam puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı çalışmada, kız ergenlerin yas sürecinde daha duygusal bir yaklaşım sergiledikleri ifade edilmiştir.

Akyüz-Uçar'ın (2019) yürüttüğu bir başka araştırmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bu çalışmada, kız ergenlerin yas düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu, ancak yasla baş etme sürecinde duygu düzenleme becerilerini ve öznel iyi oluş stratejilerini daha etkin kullandıkları belirlenmiştir. Buna karşın, erkek ergenlerin yas düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyete bağlı bu farklılaşmanın nedenleri arasında, kızların daha duygusal bir yapıya sahip olmaları ve toplumsal kültürün erkek çocuklarını duygularını ifade etmemeye yönelik yetiştirme eğilimi gibi faktörler yer almaktadır (ağlar, 2008). Yas süreci ve cinsiyet ilişkisini ele alan diğer çalışmalarda da kadınların yas düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu, kayıpları daha karmaşık bir şekilde algıladıkları ve sosyal yaşamlarındaki işlevselliklerinin daha fazla etkilendiği ortaya konulmuştur (Kahraman, 2021).

Yas sürecinde cinsiyet, bireylerin yas tepkilerindeki farklılıkları belirleyen önemli bir faktördür (Dowdney, 2000; Korkmaz, 2023). Araştırmalar, kadınların yas sürecinde erkeklere kıyasla duygularını daha açık bir şekilde ifade edebildiğini, toplumsal alanlarda daha rahat ağladığını ve duygularını daha yüksek sesle dile getirebildiklerini göstermektedir (Sultan, 2003). Kadınların ayrıca, yas sürecinde depresif belirtileri daha yoğun yaşadıkları gözlemlenmiştir (Bonanno ve Kaltman, 1999). Bu durum, kadınların duygusal yüklerinin yas sürecinde daha ağır olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, kadınların yas sürecinde psikolojik desteğe daha fazla ihtiyaç duydukları belirtilmiştir (Stroebe vd., 2001). Tüm bu bulgular, cinsiyetin yas süreci üzerindeki etkisine ilişkin araştırmanın sonuçlarının literatürle uyumlu olduğunu göstermektedir.

Yapılan analizler, Ergenlerde Yas Ölçeği (EYÖ) toplam puanı ve alt boyut puanlarının öğrencilerin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Bu bulgu, yas düzeyi ve alt boyutları açısından öğrencilerin hangi sınıfta okuduklarının belirleyici bir faktör olmadığını göstermektedir. Başka bir deyişle, yas düzeyi ve değişen yaşam kalitesi (DYK) ile duygu ve düşünceler (DD) alt boyutları bakımından öğrencilerin sınıf düzeyleri arasında önemli bir fark bulunmamıştır. Bu sonuç, ergenlik döneminde yas sürecinin sınıf düzeyinden bağımsız olarak benzer bir şekilde deneyimlenebileceğini düşündürmektedir. Araştırmalar, hayattaki farklı gelişim dönemlerinin yas tepkilerini etkilediğini söylemekle birlikte (Dowdney, 2000), doğrudan sınıf düzeyi değişkeni ile ilgili literatürde araştırma bulgusuna rastlanmamıştır.

Okul türü değişkeni açısından incelendiğinde, Ergenlerde Yas Ölçeği (EYÖ) toplam puanı ve alt boyut puanları açısından okul türleri arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Anadolu liseleri ve meslek liselerinde okuyan öğrencilerin, imam hatip liselerindeki öğrencilere göre hem genel yas düzeyleri hem de yasin alt boyutlarına ilişkin puanları daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, imam hatip lisesi öğrencilerinin yas süreçlerini diğer okul türlerindeki öğrencilere kıyasla daha düşük düzeyde yaşadığını ya da ifade ettiğini göstermektedir. Anadolu ve meslek liselerindeki öğrenciler, hem değişen yaşam kalitesi hem de duygu ve düşünceler gibi alt boyutlarda daha yüksek puanlar almıştır. Bu da onların yas deneyimlerinin daha yoğun olabileceğine ya da bu deneyimlerini daha açık bir şekilde ifade ettiklerine işaret etmektedir. İmam hatip liselerinde eğitim gören öğrenciler, dini öğretiler ve manevi

destek mekanizmaları sayesinde kayıpları daha farklı bir perspektiften ele alabilirler. İslam'da ölüm, "kader" ve "Allah'ın takdiri" olarak görülür. Bu anlayış, öğrencilerin yas sürecinde duygularını daha hızlı kabullenmelerine veya daha az ifade etmelerine neden olabilir. Özellikle dini geleneklerin ağır bastığı toplumlarda, sabır, tevekkül ve metanet gibi değerler öne çıkabilir ve yasın dışı vurumu daha sınırlı olabilir. Dua, ibadet ve manevi ritüeller, yas sürecinde rahatlatıcı bir etkiye sahip olabilir. Ölüm, bireylerin ve toplumların dini inançlarıyla doğrudan bağlantılı olduğundan, kişiden kişiye, aileden aileye ve toplumlar arasında farklı şekillerde algılanabilir. Yapılan araştırmalar, güçlü dini inançlara sahip bireylerin hem kendi ölümlerini hem de sevdiklerinin kaybını daha sakin ve kabullenici bir tutumla karşılayabildiğini göstermektedir (Cüceloğlu, 1993). Özçetin'in (2000) Diyarbakır bölgesinde yaptığı betimsel araştırmanın sonuçları, dini inancı güçlü olan bireylerin ölümü kalıcı bir son değil, geçici bir ayrılık olarak gördüğünü ortaya koymuştur. Çalışmada, dinin yas sürecine doğrudan bir etkisinin olmadığı, ancak bireyin kaybı anlamlandırma sürecinde bilişsel olarak destekleyici bir rol oynadığı ve sosyal ilişkiler çerçevesinde yas sürecini daha yönetilebilir hale getirdiği belirlenmiştir (Özçetin, 2000).

Ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkeni açısından bakıldığında, Ergen Yas Ölçeği (EYÖ) toplam puanı ve "Duygu ve Düşünceler" (DD) alt boyutu puanlarının, öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini ortaya koymuştur. Ancak "Değişen Yaşam Kalitesi" (DYK) alt boyutunda annelerin eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sonuçlar, annesi ilkököl, ortaokul veya lise mezunu olan öğrencilerin yas düzeylerinin, annesi üniversite mezunu olan öğrencilere göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, "Duygu ve Düşünceler" alt boyutunda da annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin puanlarının, annesi daha düşük eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerden daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin yas düzeylerinin genel olarak daha düşük olduğunu, dolayısıyla bu öğrencilerin yas sürecini farklı şekilde deneyimlediklerini ya da daha düşük düzeyde etkilenmiş olabileceklerini göstermektedir.

Annesi ilkököl, ortaokul veya lise mezunu olan öğrencilerin EYÖ toplam puanlarının daha yüksek olması, bu öğrencilerin yas tepkilerinin daha yoğun olduğunu gösterir. Bu durum, daha düşük eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarının, kayıplarla başa çıkma konusunda daha az destek almış olabileceğini veya yas sürecinde duygusal

açından daha fazla etkilendiklerini düşündürebilir. Anne eğitim düzeyi düşük olduğunda, çocuklar yas sürecinde daha fazla yalnız kalabilir ya da başa çıkma mekanizmalarına daha az erişebilir. Annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin EYÖ toplam puanlarının daha düşük olması, bu öğrencilerin yas sürecini daha hafif yaşadıklarını veya bu süreci daha iyi yönetebildiklerini gösterir. Üniversite mezunu anneler, çocuklarına duygusal destek sağlama, yas sürecini anlamlandırma ve başa çıkma becerileri kazandırma konusunda daha bilinçli olabilirler. Ayrıca, eğitim düzeyi yüksek ailelerde psikolojik destek alma olasılığı da daha yüksek olabilir, bu da öğrencilerin yas tepkilerini hafifletebilir.

Yapılan analizler, Ergen Yas Ölçeği (EYÖ) toplam puanı ve alt boyut puanlarının öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Başka bir deyişle, babanın eğitim düzeyi, öğrencilerin genel yas düzeylerini ve "Değişen Yaşam Kalitesi" (DYK) ile "Duygu ve Düşünceler" (DD) alt boyutlarındaki puanlarını etkilememiştir. Bu bulgu, ergenlerin yas deneyimlerinin baba eğitim düzeyinden bağımsız olarak benzer şekilde yaşandığını göstermektedir.

Genel olarak, bu sonuçlar, baba eğitim seviyesinin ergenlerin yas tepkilerini ve yas sürecinde duygu yönetimlerini doğrudan etkileyen bir faktör olmadığını göstermektedir. Bu durum, yas sürecinde annenin daha etkili bir rol oynayabileceğini, sosyal destek sistemleri ve bireysel başa çıkma mekanizmalarının daha belirleyici olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, yas sürecinde bireysel farklılıkların ve çevresel faktörlerin de önemli olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

Bir yaşam olayının normatif mi yoksa normatif olmayan bir deneyim mi olduğu, olayın gerçekleşme olasılığı, sıralaması ve yaşamın belirli bir döneminde beklenip beklenmediği ile ilişkilidir. Normatif olaylar, gerçekleşmesi olağan ve toplum tarafından beklenen olaylardır. Buna karşılık, normatif olmayan olaylar, toplumun genel beklentilerine aykırı şekilde meydana gelen, beklenmedik veya sıra dışı olaylardır. Örneğin, ergenlik döneminde bir akranın ölümü normatif olmayan bir olay olarak değerlendirilir, çünkü bu yaşta ölüm beklenen bir durum değildir ve bu tür kayıplar ergenlikte tipik bir deneyim olarak görülmez. Ancak, ergenlikte yaşanan yas, bireyin çok boyutlu gelişimini etkileyebilecek önemli bir süreçtir. Yas, ergenlerin fiziksel, bilişsel, duygusal, kişilerarası, davranışsal ve ruhsal alanlarını kapsayan geniş bir yelpazede etkiler yaratabilir (Balk, 2011). Bu etkiler, sıklıkla akranlar, ebeveynler ve öğretmenler tarafından tahmin edilenden daha derin, kronik ve yoğun olabilir (Balk,

2009). Yas üzerine yapılan çalışmalar büyük ölçüde ergenlerin ebeveynlerinin veya kardeşlerinin ölümlerine odaklanmış olup, bu tür kayıpların ergenler üzerindeki etkileri geniş çapta araştırılmıştır. Ancak, bir akranın ölümü nedeniyle ergenlerin yaşadığı yas süreci, bu dönemin gelişimsel önemi göz önünde bulundurulduğunda, oldukça ihmal edilen bir araştırma alanı olmuştur (Balk, 2011). Ergenler üzerine yapılan bir araştırmada, bir arkadaşın veya yakının intihar sonucu hayatını kaybetmesinin, ergenlerde duygudurum bozukluklarına yol açtığı ve intihar eğilimini artırdığı tespit edilmiştir (Aktepe vd., 2006). Buradan hareketle, ihmal edilen bir çalışma alanı olsa da akran kaybının ergen yası üzerinde oldukça önemli bir yeri olduğu söylenebilir.

Yapılan analizler, arkadaş kaybı yaşayan öğrencilerin yas düzeylerinin, arkadaşını kaybetmeyen öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, arkadaş kaybının öğrenciler üzerinde belirgin bir duygusal etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Arkadaşını kaybeden öğrenciler, "Değişen Yaşam Kalitesi" ve "Duygu ve Düşünceler" gibi yasin farklı boyutlarında da daha yüksek puanlar almıştır. Ayrıca, arkadaş kaybı sonrası duygularında ve düşüncelerinde bir değişim yaşadığını ifade eden öğrencilerin yas düzeylerinin, bu tür bir değişim yaşamadığını belirten öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, arkadaş kaybı gibi travmatik bir olayın, bireylerin yas sürecini daha yoğun bir şekilde yaşamalarına neden olabileceğini ve bu sürecin özellikle duygusal ve bilişsel boyutlarda etkiler yarattığını göstermektedir.

Ebeveyn/akraba kaybı yaşama değişkeni açısından incelendiğinde, aile veya akraba bireylerinden birini kaybeden öğrencilerin yas düzeylerinin, böyle bir kayıp yaşamayan öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Aile veya akraba kaybı yaşayan öğrenciler, yalnızca genel yas düzeyinde değil, aynı zamanda "Değişen Yaşam Kalitesi" ve "Duygu ve Düşünceler" gibi yasin alt boyutlarında da daha yüksek puanlar almıştır. Bu bulgu, aile ya da akraba kaybının, öğrencilerin yas süreçlerini daha yoğun ve derin bir şekilde yaşamalarına neden olduğunu göstermektedir.

Ergenlik çağında anne veya babasının ölümüne tanıklık eden bireyler için bu durum son derece zor ve acı verici bir yaşam deneyimidir. Yapılan bir araştırmada, bu tür bir kayıp yaşayan ergenlerin ebeveynlik kavramını duygusal ve zihinsel düzeyde anlamlandırmada güçlük çektiklerini ortaya konulmuştur (Morin ve Welsh, 1996).

Ayrıca, aile ya da akraba kaybı sonrası duygu ve düşüncelerinde bir değişim yaşadığını ifade eden öğrencilerin yas düzeyleri, bu tür bir değişim yaşamadığını belirten öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu durum, kayıpların bireylerin duygusal ve bilişsel süreçlerinde derin etkiler yarattığını ve yas deneyiminin bu etkilerle daha da belirgin hale geldiğini göstermektedir.

5.3. Öneriler

Bu araştırma doğrultusunda şu öneriler sunulabilir:

1. Araştırma esnasında geliştirilen Ergen Yas Ölçeği'nin bireylerin yas düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir araç olarak alana kazandırılmasının değerli bir çıktı olduğu düşünülmeyle birlikte, yas gibi öznel deneyimlerin sadece nicel ölçme araçlarıyla değerlendirilmesinin yeterli olmayacağı göz önüne alınarak nitel çalışmalarla olgunun derinleştirilerek çalışması önerilir.
2. Okul psikolojik danışmanları, öğrencilerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklar karşısında onlara rehberlik etmekle görevli önemli bir meslek grubudur. Özellikle ergenlik döneminde yaşanan kayıplar, öğrencilerin duygusal dünyalarında derin izler bırakabilir. Bu süreçte, okul psikolojik danışmanlarının öğrencilerin yas deneyimlerini doğru bir şekilde değerlendirerek onlara uygun müdahale hizmetleri belirlemelerinde yol gösterici bir araç olarak kullanılabilir.
3. Ergen Yas Ölçeği'nin alt boyutlarından biri olan değişen yaşam kalitesi, okul psikolojik danışmanlarının öğrencilerinin yas deneyimlerini daha doğru bir şekilde değerlendirmesini sağlayarak öğrencilerin yas sürecinde daha doğru bir destek almalarında yardımcı olmalarını sağlayabilir. Ve öğrencinin yas süreci hakkında çevresindeki bireyleri ve öğretmenleri bilgilendirerek öğrenciye nasıl destek olabilecekleri hakkında bireylere destek olabilir.
4. Ölçek, başlangıçta 14-17 yaş aralığındaki lise öğrencileriyle geliştirilmiş olsa da ortaokul öğrencilerine uygulanarak geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılabilir. Bu durum, ölçeğin yaş aralığının genişletilerek farklı yaş aralığındaki öğrencilere uygulanabilirliğini değerlendirme fırsatı sunabilir. Ortaokul öğrencilerine uygulanacak geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, ölçeğin bu yaş grubundaki öğrencilerin özelliklerini ne derece yansıttığını ve ölçme amacına uygunluğunu belirlemek açısından önemlidir.

KAYNAKÇA

- Abi-Hashem, N. (2017). Grief, Bereavement, and Traumatic Stress as Natural Results of Reproductive Losses. *Issues in Law & Medicine*, 32(2).
- Adams, D. M., Overholser, J. C., & Lehnert, K. L. (1994). Perceived Family Functioning and Adolescent Suicidal Behavior. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 33(4), 498–507. <https://doi.org/10.1097/00004583-199405000-00008>
- Akyüz-Uçar, G. A. (2019). *Kayıp ve Yas Yaşantısı Olan ve Olmayan Ergenlerde Duygu Düzenleme ve Öznel İyi Oluşun Riskli Davranışları Yordayıcılığının İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Alan Gencer, S. S. ve Alan, H. (2023). Komplike Yas Tedavisinde Hipnomeditatif Yeniden İşleme Terapisi. *Anadolu Tıbbi Dergisi*, 2(3), 1-6.
- Aktepe, E., Kandil, Ş., Göker, Z., Sarp, K., Topbaş, M., Özkorumak, E. (2006). İntihar Girişiminde Bulunan Çocuk ve Ergenlerde Sosyodemografik ve Psikiyatrik Özelliklerin Değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik ergeBülteni*, 5(6), 444 - 454.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Avcı, M. (2019). Yas Sürecindeki Ergenlerin Dissosiyatif Yaşantıları ve Psikolojik Belirtilerinin İncelenmesi. *The Journal of Social Science*, 3(6), 565-582. <https://doi.org/10.30520/tjsosci.605792>
- Ayaz, T., Karancı, A. N. ve Aker, A. T. (2014). İki Boyutlu Yas Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(4), 253-263.
- Bacanlı, H. (2015). *Eğitim Psikolojisi* (21. Baskı). İstanbul: Pegem Akademi.
- Bakır, V. ve Dilmaç, B. (2023). Yas Süreci. B. Dilmaç ve V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve Yas*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Balcı-Çelik, S. (2011). Ergenlerin Yasa Karşı Tutumlarının Cinsiyet ve Depresyon Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 10(2), 735-742.
- Balk, D. E. (2009). Adolescent Development: The Backstory to Adolescent Encounters with Death and Bereavement. In D. E. Balk & C. A. Corr (Eds.), *Adolescent Encounters*

- with Death, Bereavement, and Coping* (pp. 3–20). New York, NY: Springer Publishing.
- Balk, D. E., Zaengle, D., & Corr, C. A. (2011). Strengthening Grief Support for Adolescents Coping with A Peer’s Death. *School Psychology International*, 32(2), 144–162. <https://doi.org/10.1177/0143034311400826>
- Bakır, V. ve Dilmaç, B. (2023). Yas Süreci. B. Dilmaç ve V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve Yas*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bayraktar, F. (2007). Olumlu Ergen Gelişiminde Ebeveyn/Akran İlişkilerinin Önemi. *Türkiye Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(3).
- Beck, A. T., Sethi, B. B., & Tuthill, R. W. (1963). Childhood Bereavement and Adult Depression. *Archives of General Psychiatry*, 9, 295-302. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1963.01720150105011>
- Bendikson, R., & Fulton, R. (1975). Death and The Child: An Anterospective Test of the Childhood Bereavement and Later Behavior Disorder Hypothesis. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 6(1), 45-59.
- Berksun, E. (1995). Psikososyal ve Medikal Yönleriyle Kayıp, Yas, Ölüm. *Kriz Dergisi*, 3(1), 68-69. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000126
- Bildik, T. (2013). Ölüm, Kayıp, Yas ve Patolojik Yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229.
- Bonanno, G. A. (2001). Grief and Emotion: A Social-Functional Perspective. In M. Stroebe, R. O. Hans- son, W. Stroebe, & H. Schut (Eds.), *Handbook of Bereavement Research: Consequences, Coping, and Care* (pp. 493-515). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bonanno, G. A., & Kaltman, S. (1999). Toward an Integrative Perspective on Bereavement. *Psychological Bulletin*, 125, 760-776.
- Bonanno, G. A., & Kaltman, S. (2001). The Varieties of Grief Experience. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705–734. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(00\)00062-3](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(00)00062-3)
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Attachment* (1th ed.). New York: Basic Book.
- Bowlby, J. (1970). Disruption of Affectional Bonds and Its Effects on Behavior. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2(2), 75–86. <https://doi.org/10.1007/BF02118173>

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Breslau, N. (2004). Trauma Exposure and Posttraumatic Stress Disorder: A Study of Youths in Urban America. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 81(4), 530–544. <https://doi.org/10.1093/jurban/jth138>
- Breslau, N., Kessler, R. C., Chilcoat, H. D., Schultz, L. R., Davis, G. C., & Andreski, P. (1998). Trauma and Posttraumatic Stress Disorder in the Community. *Archives of General Psychiatry*, 55(7), 626. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.55.7.626>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative Ways of Assessing Model Fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258. <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2012). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyükaşahin Çevik, G. ve Atıcı, M. (2008). Lise 3. Sınıf Öğrencilerinin Arkadaşlık İlişkilerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 35-50.
- Cerel, J., Fristad, M. A., Verducci, J., Weller, R. A., & Weller, E. B. (2006). Childhood Bereavement: Psychopathology İn The 2 Years Postparental Death. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(6), 681–690. <https://doi.org/10.1097/01.chi.0000215327.58799.05>
- Claes, M. (1985). Review Of *Psychologie De L'adolescence* [Review Of The Book *Adolescent Psychology*, By R. Cloutier]. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 26(1), 72–73. <https://doi.org/10.1037/h0084423>
- Cohen-Sandler, R., Berman, A. L., & King, R. A. (1982). Life Stress And Symptomatology: Determinants Of Suicidal Behavior İn Children. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 21(2), 178–186. [https://doi.org/10.1016/S0002-7138\(09\)60917-1](https://doi.org/10.1016/S0002-7138(09)60917-1)
- Corr, C. A. (2013). What Do We Know About Grieving Children and Adolescents? In K. J. Doka (Ed.), *Living with Grief: Children, Adolescents And Loss* (ss. 21-23). New York, NY: Routledge.
- Coşkun, D. (2009). *11-18 Yaş Arasında Anne Baba Kaybı Yaşamış Genç Yetişkinlerin Yasla Uyum Süreci* (Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

- Creswell, J. W. (2002). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Upper Saddle River, NJ: Merrill Prentice-Hall.
- Cuddy-Casey, M., & Orvaschel, H. (1997). Children's Understanding of Death in Relation to Child Suicidality and Homicidality. *Clinical Psychology Review*, 17(1), 33-45. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(96\)00044-X](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(96)00044-X)
- Cüceloğlu, D. (1993). *İnsan ve Davranışı* (4. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağlar, A. (2018). *Ebeveynini Kaybetmiş Ergenlerin Yas Düzeyleri ile Öz Anlayış Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Çakar, F. S. (2020). The Role of Social Support in the Relationship Between Adolescents' Level of Loss and Grief and Well-Being. *International Education Studies*, 13(12), 27-40. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n12p27>
- Çelik, S. B. (2006). The Mourning Scale: Studies on the Validity and Reliability. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(25), 105-114.
- Çok, F. (1994). Gelişim Psikolojisi: Ergenlik ve Yetişkinlik. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 27(2), 905-935.
- Çolak, V. G. ve Hocaoğlu, Ç. (2021). Bereavement and Grief: A Review. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 3(1), 56-62.
- Dalahmetoğlu, B. (2018). *Ebeveyn Kaybı Yaşamış Ergenlerin Yaşamamış Ergenlere Göre Öz Saygı ve Ruh Sağlığı Değişkenlerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Davis, L. L. (1992). Instrument Review: Getting the Most From A Panel of Experts. *Applied Nursing Research*, 5(4), 194-197. [https://doi.org/10.1016/S0897-1897\(05\)80008-4](https://doi.org/10.1016/S0897-1897(05)80008-4)
- Demir, Ö. N., Baran, G. A. ve Ulusoy, D. (2005). Türkiye'de Ergenlerin Arkadaş-Akran Grupları ile İlişkileri ve Sapmış Davranışlar: Ankara Örnekleme. *Bilig*, 32, 83-108.
- Demirci, İ. ve Ekşi, F. (2015). Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli: EPOCH Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerliliği ve Güvenirliği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 9-30.
- Dennehy, C. M. (1966). Childhood Bereavement and Psychiatric İllness. *British Journal of Psychiatry*, 112, 1049-1069. <https://doi.org/10.1192/bjp.112.491.1049>

- Devine, M. (2023). *İyi Hissetmek Zorunda Değilsin* (A. B. Dehni, Çev.). İstanbul: Diyojen Yayıncılık.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dizer, D. (2008). *Sakarya İlindeki Liseli Ergenlerin 1999 Marmara Depremi Sonrası Travmayı Algılama, Sosyal Destek Sistemleri ve Umutsuzluk Belirtilerinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, T., Karaman, N. G., Çoban, A. E. ve Çok, F. (2012). Ergenlerde Arkadaşlık İlişkilerinin Yordayıcısı Olarak Cinsiyet ve Aileye İlişkin Değişkenler. *İlköğretim Online*, 11(3), 845-855.
- Dolgin, K. G. (2014). *Ergenlik Psikolojisi: Gelişim, İlişkiler Ve Kültür* (D. Özen, Çev.). İstanbul: Kaknüs Psikoloji.
- Dornbusch, M. S. (1989). The Sociology of Adolescence. *Annual Review of Sociology*, 15, 233–259. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.15.080189.001313>
- Doughty, E. A. (2009). Investigating Adaptive Grieving Styles: A Delphi Study. *Death Studies*, 33(5), 462-480. <https://doi.org/10.1080/07481180902805715>
- Dowdney L. (2000). Childhood Bereavement Following Parental Death. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 41(7), 819–830.
- Dubose, J. T. (1997). The Phenomenology of Bereavement, Grief, and Mourning. *Journal of Religion and Health*, 36(4), 367-374. <https://doi.org/10.1023/A:1027489327202>
- Durak, M. (2016). Yaşlılık Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim. Bacanlı, H. ve Işık Terzi, Ş. (Eds.), *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap.
- Dyregrov, A. (2008). *Grief in Children: A Handbook for Adults* (2nd ed.). USA: Jessica Kingsley Publishers.
- Edgar, J., Murphy, J., & Keating, M. (2016). Comparing Traditional and Crowdsourcing Methods for Pretesting Survey Questions. *SAGE Open*, 6(4), 1-14. <https://doi.org/10.1177/2158244016671770>
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen Öznel İyi Oluşu ile Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 24(3).

- Eryılmaz, A. (2022). *Psikolojik Sorunlara Müdahale ve Kendi Kendine Yardım Kitabı* (8. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Topcu, M., ve Kutlu, N. (2022). Measuring Dysfunctional Grief Due to A COVID-19 Loss: A Turkish Validation Study of the Pandemic Grief Scale. *Death Studies*, 46(1), 25-33. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1897179>
- Faschingbauer, T. R., Devaul, R. A., & Zisook, S. (1977). Development of the Texas Inventory of Grief. *The American Journal of Psychiatry*, 134(6), 696-698. <https://doi.org/10.1176/ajp.134.6.696>
- Field, N. P., Gao, B., ve Paderna, L. (2005). Continuing Bonds in Bereavement: An Attachment Theory Based Perspective. *Death Studies*, 29(4), 277-299. <https://doi.org/10.1080/07481180590923689>.
- Folkman, S. (2001). Revised Coping Theory and the Process of Bereavement. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, & H. Schut (Eds.), *Handbook of Bereavement Research: Consequences, Coping, and Care* (pp. 563-584). Washington, DC: American Psychological Association.
- Freud, S. (1917). *Mourning and melancholia*. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume XIV (1914-1916): On the history of the psycho-analytic movement, papers on metapsychology and other works (pp. 237-258).
- Gander, M. J. ve Gandiner, H. W. (2010). *Çocuk ve Ergen Gelişimi* (A. Dönmez, H. N. Çelen, B. Onur, Çev.). İstanbul: İmge Kitabevi.
- Genlik, Ö. (2012). *Yas Süreci ve Yas Sürecindeki Kişilerin Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Gizir, C. A. (2014). Bir Kayıp Sonrasında Zorluklar Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Yas Danışmanlığı Modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2). <https://doi.org/10.17860/efd.36859>
- Goldney, R. D. (1981). Parental Loss and Reported Childhood Stress in Young Women Who Attempt Suicide. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 64(1), 34-49. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1981.tb00759.x>
- Gross, R. (2016). *Understanding Grief: An Introduction*. UK: Routledge.

- Gross, R. (2018). *The Psychology of Grief*. UK: Routledge.
- Hall, C. (2014). Bereavement Theory: Recent Developments in Our Understanding of Grief and Bereavement. *Bereavement Care*, 33(1), 7–12. <https://doi.org/10.1080/02682621.2014.902610>
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213–218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Horowitz, M. J. (1986). Stress-Response Syndromes: A Review of Posttraumatic and Adjustment Disorders. *Psychiatric Services*, 37(3), 241–249. <https://doi.org/10.1176/ps.37.3.241>
- Horowitz, M. J., Bonanno, G. A., & Holen, A. (1993). Pathological Grief: Diagnosis and Explanation. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 260–273. <https://doi.org/10.1097/00006842-199305000-00004>
- Howard, J. H., Marshall, J., Rechnitzer, P. A., Cunningham, D. A., & Donner, A. (1982). Adapting to Retirement. *Journal of the American Geriatrics Society*, 30(8), 488–500. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1982.tb01686.x>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Humphrey, K. M. (2017). *Kayıp ve Yas İçin Danışmanlık Becerileri* (1. Baskı). (F. Tanhan, Çev.). Ankara: Pegem Akademi.
- Huntley, M. ve Bratton, S. (1994). Adolescent Loss and the School Community: Don't Let Them Slip Through Your Fingers. *TCA Journal*, 22(1), 10-22. <https://doi.org/10.1080/15564223.1994.12034426>
- Işık Terzi, Ş. (2016). Yaşam boyu gelişim. Bacanlı, H. ve Işık Terzi, Ş. (Eds.), *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi Ve Psikolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap.
- Kahraman, S. (2021). *Yas Süreçleri ve Kişilik*. Adıyaman: İksad Yayınevi.
- Kararımkak, Ö. ve Siviş, R. (2008). Modernizmden Postmodernizme: Pozitif Psikoloji. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 102-115. <https://doi.org/10.17066/pdrd.08971>

- Kaya, M. E. ve Kumova, F. (2024). Yakın Kaybında Yas Sürecinin Başa Çıkma ve Bilişsel Çarpıtmalar Bağlamında İncelenmesi. *Akademik Hassasiyetler*, 11(24), 425-433. <https://doi.org/10.58884/akademik-hassasiyetler.1393558>
- Kaya, Z. (2023). Yası Açıklayan Kuramlar. F. Savi Çakar (Ed.), *Çocuk ve Ergenlerde Travma, Kayıp Ve Yas Danışmanlığı Kuram Ve Uygulamaları* (s. 20-44). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Kerimoğlu Yıldız, G. ve Balcı, S. (2016). Kayıp ve Yas Sürecinde Kardeşler. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 3(3), 208-215. <https://doi.org/10.17681/hsp.11417>
- Kern, M. L., Benson, L., Steinberg, E. A., & Steinberg, L. (2015). The EPOCH Measure of Adolescent Well-Being. *Psychological Assessment*, 28, 586-597. <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000201>
- Keser, E. ve Işıklı, S. (2018). Yas ve Anlamı Yeniden Yapılandırma Envanteri'nin Türkçe Formunun Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31(4), 364-374. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310405>
- Kızıltan, E. ve Ulusoy, Y. (2022). Yas Sürecinde Uygulanan Psikolojik Müdahale Yaklaşımlarının Doküman Analizi ile İncelenmesi. *Humanistic Perspective*, 4(1), 146-163. <https://doi.org/10.47793/hp.998187>
- Klass, D., Silverman, P. R., & Nickman, S. L. (Eds.). (1996). *Continuing Bonds: New Understandings of Grief*. Washington: Taylor and Francis.
- Kline, R.B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: Guilford publications.
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238.
- Korkmaz, E. (2023). *Yas Temelli Psiko eğitim Programının Kayıp Yaşayan Ergenlerin Yas Düzeylerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Korkmaz, E. ve Taştan, N. (2022). Kayıp Yaşamış Ergenlerin Yas Süreci ile Baş Etmelerinde Yas Danışmanlığı Grup Rehberliği Programının Etkisi. *Sosyal ve Beşerî Bilimlerde Araştırma ve Değerlendirmeler-II*, 63.

- Köneş, M. Ö., Kaydırak, M. M., Aslan, E., ve Yıldız, H. (2017). Perinatal Yas Ölçeği (33 Maddeli Kısa Sürüm): Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 231-236. <https://doi.org/10.5455/apd.234509>
- Köroğlu, İ. (2021). *Yas Deneyimi Yaşamış Bireylerde Travma Sonrası Büyüme Yordayan Değişkenler: Geçmiş Yas Deneyimleri, Kontrol Odağı Ve Psikolojik Belirtiler* (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Kulaksızoğlu, A. (2016). *Ergenlik Psikolojisi* (18. baskı). Ankara: Remzi Kitabevi.
- Kurt, M. E., Biçer, İ. ve Çakmak, C. (2022). Pandemi Yas Ölçeği (PGS) Türkçe Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *IGUSABDER*, 935-947. <https://doi.org/10.38079/igusabder.996057>
- Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York: Macmillan.
- Kübler-Ross, E. (2023). *Ölüm ve Ölme Üzerine* (S. Soner, Çev.). İstanbul: Profil Kitap.
- Lindemann, E. (1944). Symptomatology and Management of Acute Grief. *American Journal of Psychiatry*, 101(2), 141-148. <https://doi.org/10.1176/ajp.101.2.141>
- Litz, B. T. (2004). *Early Intervention for Trauma and Traumatic Loss*. New York: Guilford Press.
- Lowenthal, D. (1996). The Postmodern Counselor: Some Implications for Practice, Theory, Research and Professionalism. *Counseling Psychology Quarterly*, 9, 4, 373-381.
- Machajewski, V., & Kronk, R. (2013). Childhood Grief Related to the Death of A Sibling. *The Journal for Nurse Practitioners*, 9(7), 443-448. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2013.03.020>
- Malkinson, R. (2009). *Bilişsel Yas Terapisi* (S. Kunt Akbaş, Çev.). İstanbul: Boylam Psikiyatri Enstitüsü.
- Malkinson, R., & Rubin, S. S. (2007). The Two-Track Model of Bereavement: A Balanced Model. In R. Malkinson (Ed.), *Cognitive Grief Therapy: Constructing A Rational Meaning to Life Following Loss* (pp. 23-43). New York: Norton.
- Mannarino, A. P., & Cohen, J. A. (2011). Traumatic Loss in Children and Adolescents. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 4, 22-33. <https://doi.org/10.1080/19361521.2011.545048>

- Maraş, A. (2014). Komplike Yas: Derleme ve Vaka Çalışması. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(1), 41-59. <https://doi.org/10.31682/ayna.470560>
- Martin, T. L. ve Doka, K. J. (2000). *Men Don't Cry... Women Do: Transcending Gender Stereotypes of Grief*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Mauk, G. W., & Weber, C. (1991). Peer Survivors of Adolescent Suicide: Perspectives on Grieving and Postvention. *Journal of Adolescent Research*, 6, 113-131. <https://doi.org/10.1177/074355489161009>
- McNeil, J. N., Silliman, B., & Swihart, J. J. (1991). Helping Adolescents Cope with the Death of A Peer. *Journal of Adolescent Research*, 6(1), 132-145. <https://doi.org/10.1177/074355489161010>
- Melhem, N. M., Day, N., Shear, M. K., Day, R., Reynolds, C. F., 3rd, & Brent, D. (2004). Traumatic Grief Among Adolescents Exposed to A Peer's Suicide. *The American Journal of Psychiatry*, 161(8), 1411-1416. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.8.1411>
- Morin, S. M., & Welsh, L. A. (1996). Adolescents' Perceptions and Experiences of Death and Grieving. *Adolescence*, 31(123), 585-595.
- Neimeyer, R. A. (1993). An Appraisal of Constructivist Psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 2, 221-234. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.2.221>
- Neimeyer, R. A. (2001a). The Language of Loss: Grief Therapy as A Process of Meaning Reconstruction. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss* (pp. 261-292). Washington, DC: American Psychological Association.
- Neimeyer, R. A. (Ed.). (2001b). *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss*. Washington, DC: American Psychological Association.
- O'Carroll, P. W., Mercy, J. A., & Steward, J. A. (1988). CDC Recommendations for A Community Plan for the Prevention and Containment of Suicide Clusters. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 37(S-8), 1-12.
- Okur, S. (2023). Yas Danışmanlığının Kuramsal Temelleri. B. Dilmaç ve V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve Yas*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Onur, B. (2017). *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. İstanbul: İmge Kitabevi.

- Ott, C. H. (2003). The Impact of Complicated Grief on Mental and Physical Health at Various Points in the Bereavement Process. *Death Studies*, 27, 249-272. <https://doi.org/10.1080/07481180302887>
- Özçetin, A. (2000). Diyarbakır Bölgesinde Yas ve Din İlişkisi. *Düşünen Adam*, 13(1), 12-18.
- Özel, Y. ve Özkan, B. (2020). Kayıp ve Yasa Psikososyal Yaklaşım. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 352-367. <https://doi.org/10.18863/pgy.652126>
- Özteke Kozan, H. İ. (2023). Kayıp ve Yasa İlişkin Kavramlar. B. Dilmaç ve V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve Yas*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Palmonari, A., Kirchler, E., ve Pombeni, M. L. (1991). Differential Effects of Identification with Family and Peers on Coping with Developmental Tasks in Adolescence. *European Journal of Social Psychology*, 21, 381-402. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420210503>
- Parkes, C. M. (1965). Bereavement And Mental Illness. 2. A Classification of Bereavement Reactions. *The British Journal of Medical Psychology*, 38, 13-26. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1965.tb00957.x>
- Parkes, C. M., & Weiss, R. S. (1983). *Recovery After Bereavement*. New York: Basic Books.
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E., ve Öngel, K. (2012). Ergenlik Dönemi: Fiziksel Büyüme, Psikolojik ve Sosyal Gelişim Süreci. *Turkish Family Physician*, 3(2), 10-16.
- Payne, S., Jarrett, N., Wiles, R., & Field, D. (2002). Counselling Strategies for Bereaved People Offered in Primary Care. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(2), 161-177. <https://doi.org/10.1080/09515070110115680>
- Podell, C. (1989). Adolescent Mourning: The Sudden Death of a Peer. *Clinical Social Work Journal*, 17(1), 64-78. <https://doi.org/10.1007/BF00755133>
- Prigerson, H. G., Bierhals, A. J., Kasl, S. V., Reynolds 3rd, C. F., Shear, M. K., Newsom, J. T. ve Jacobs, S. (1996). Complicated Grief as a Disorder Distinct From Bereavement-Related Depression and Anxiety: A Replication Study. *The American Journal of Psychiatry*, 153(11), 1484-1486. <https://doi.org/10.1176/ajp.153.11.1484>
- Pulat, F. (2021). *Adım Adım Ergenlik* (1. Baskı). İstanbul: Kanon Kitap.
- Pullant, J. (2001). *SPSS Survival Manual: A Step-By-Step Guide to Data Analysis Using SPSS for Windows*. Philadelphia, PA: Open University Press.

- Raphael, B. (1983). *The Anatomy of Bereavement*. New York: Basic Books.
- Ringler, L. L., & Hayden, D. C. (2000). Adolescent Bereavement and Social Support. *Journal of Adolescent Research*, 15(2), 209–230. <https://doi.org/10.1177/0743558400152002>
- Roulin, N. (2015). Don't Throw the Baby Out with the Bathwater: Comparing Data Quality of Crowdsourcing, Online Panels, and Student Samples. *Industrial and Organizational Psychology*, 8(2), 190–196. <https://doi.org/10.1017/iop.2015.24>
- Rubin, S. (1981). A Two-Track Model of Bereavement: Theory and Application in Research. *American Journal of Orthopsychiatry*, 51(1), 101–109. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1981.tb01352.x>
- Rubin, S. S. (1999). The Two-Track Model of Bereavement: Overview, Retrospect, and Prospect. *Death Studies*, 23(8), 681–714. <https://doi.org/10.1080/074811899200731>
- Rubin, S. S., & Yasien-Esmael, H. (2004). Loss and Bereavement Among Israel's Muslims: Acceptance of God's Will, Grief, and the Relationship to the Deceased. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 49(2), 149–162. <https://doi.org/10.2190/5UNJ-BNBF-6PVT-L4RE>
- Rubin, S. S., Malkinson, R., & Witztum, E. (2003). Trauma and Bereavement: Conceptual and Clinical Issues Revolving Around Relationships. *Death Studies*, 27(8), 667–690. <https://doi.org/10.1080/713842342>
- Sabuncuoğlu, O., Çevikaslan, A. ve Berkem, M. (2003). Marmara Depreminden Etkilenen İki Ayrı Bölgede Ergenlerde Depresyon, Kaygı ve Davranış. *Klinik Psikiyatri*, 6, 189-197.
- Santrock, J. W. (2016). *Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi* (13. Baskı) (G. Yüksel, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Savi Çakar, F. ve Kılınç, M. (2020). Ergenlerin Psikolojik Yardım İhtiyaçlarının İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, 54.
- Savi Çakar, F., Ekiz, F. E., ve Şensoy, G. (2019). Psikolojik Danışman Adaylarının Kayıp Yaşantıları ve Yas Süreci ile İlgili Değişkenlerin İncelenmesi. *The Journal of International Education Science*, 21(6), 54-70. <https://doi.org/10.29228/INESJOURNAL.39356>
- Schmale, A. H., & Iker, H. (1971). Hopelessness as a Predictor of Cervical Cancer. *Social Science & Medicine*, 5(2), 95–100. [https://doi.org/10.1016/0037-7856\(71\)90090-4](https://doi.org/10.1016/0037-7856(71)90090-4)

- Seligman, R., Gleser, G. , Rauh, J. & Harris, L. (1974). The Effect of Earlier Parental Loss in Adolescence. *Archives of General Psychiatry*, 31(4), 475.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1974.01760160027007>
- Sezgin, U., Yüksel, S., Topçu, Z., ve Dişçigil, A. G. (2004). Ne Zaman Travmatik Yas Tanısı Konur? Ne Zaman Tedavi Başlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 167-175.
- Shear, M. K. (2015). Complicated Grief. *New England Journal of Medicine*, 372(2), 153–160.
<https://doi.org/10.1056/NEJMcp1315618>
- Sklar, F., & Hartley, S. F. (1990). Close Friends as Survivors: Bereavement Patterns in A “Hidden” Population. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 21(2), 103–112.
<https://doi.org/10.2190/3Y94-G16J-D8MY-5P9M>
- Spall, B., & Callis, S. (1997). *Loss, Bereavement and Grief: A Guide to Effective Caring*. Cheltenham, England: Stanley Thornes.
- Spelmann, W. M. (2017). *Ölümün Kısa Bir Tarihi* (Çev. , A. B. Pekiner). İstanbul: Can Yayıncılık.
- Spuij, M., Prinzie, P., Zijderlaan, J., Stikkelbroek, Y., Dillen, L., de Roos, C., ve Boelen, P. A. (2011). Psychometric Properties of the Dutch Inventories of Prolonged Grief for Children and Adolescents. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(6), 540-551.
<https://doi.org/10.1002/cpp.765>
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik* (Çev. F. Çok ve diğerleri). Ankara: İmge Kitabevi.
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description. *Death Studies*, 23, 197-224.
- Stroebe, M., Stroebe, W., Hansson, R., & Schut, H. (2001). *Handbook of bereavement research*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Stroebe, M., & Schut, H. (2001a). Meaning Making in the Dual Process Model of Coping with Bereavement. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss* (pp. 55-69). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stroebe, M., & Schut, H. (2001b). Models of Coping with Bereavement: A Review. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, & H. Schut (Eds.), *Handbook of Bereavement*

- Research: Consequences, Coping, and Care* (pp. 375-429). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stroebe, M, Schut, H. & Boerner, K. (2010). Continuing Bonds in Adaptation to Bereavement: Toward Theoretical İntegration. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 259-268. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.007>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2005). To Continue or Relinquish Bonds: A Review of Consequences for the Bereaved. *Death Studies*, 29(6), 477-494. <https://doi.org/10.1080/07481180590962659>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2010). The Dual Process Model of Coping with Bereavement: A Decade on. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 61(4), 273-289. <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>
- Stroebe, M., & Stroebe, W. (1991). Does "Grief Work" Work? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(3), 479-482. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.59.3.479>
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health Outcomes of Bereavement. *Lancet*, 370(9603), 1960-1973. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
- Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Coping with grief. S. Ayers, A. Baum, C. McManus, S. Newman, K. Wallston, J. Weinman ve R. West (Ed.), *Cambridge Handbook of Psychology, Health and Medicine* (s. 41-46). Cambridge: Cambridge University Press.
- Sultan, H.D. (2003) The Muslim way of death. In Bryant, D.C. (Eds.), *Handbook of Death & Dying* (pp. 649-655). London: Sage Publications, Inc.
- Şahin, Ş. ve Özçelik, Ç. Ç. (2016). Ergenlik Dönemi ve Sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49.
- Şenelmiş, H. (2006). Ankara Üniversitesi Kriz Merkezine Başvuran Yas Olguları Üzerine Bir Çalışma. *Kriz Dergisi*, 14(1), 1-20. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000243
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.
- Tanhan, F. (2016). Ölüm ve Yas Danışmanlığı. Bacanlı, H. ve Işık Terzi, Ş. (Eds.), *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap.

- Tezbaşaran, A. (2008). *Likert Tipi Ölçek Hazırlama Kılavuzu*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Türk Dil Kurumu. (2024). *Büyük Türkçe sözlük*. <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 29 Haziran 2024 tarihinde erişildi.
- Ulus, İ.Ç. (2022). Kayıp ve Yas Danışmanlığı Yaklaşımları. F. Savi Çakar (Ed.), *Travma Psikolojik Danışmanlığı* (3. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Uzun, T. (2019). *Ergenlerin Yas Karşısındaki Tutumlarının Psikopatolojik Belirtiler Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Ürer, E. (2017). Çocuklarda Ölüm ve Yas Üzerine Bir İnceleme. *Dini Araştırmalar*, 20(52), 131-140. <https://doi.org/10.15745/da.363801>
- Valente, S. M., Saunders, J., & Street, R. (1988). Adolescent Bereavement Following Suicide: An Examination of Relevant Literature. *Journal of Counseling & Development*, 67(3), 174–177. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1988.tb02086.x>
- Van Eerdewegh, M. M., Clayton, P. J., & Van Eerdewegh, P. (1985). The Bereaved Child: Variables Influencing Early Psychopathology. *The British Journal of Psychiatry*, 147, 188–194. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.2.188>
- Volkan, V. D. ve Zıntl, E. (2023). *Kayıptan Sonra Yaşam* (12. Baskı). Ankara: Pusula Yayınevi.
- Watt, N. F., & Nicholi, A. (1979). Early Death of A Parent as An Etiological Factor İn Schizophrenia. *American Journal of Orthopsychiatry*, 49(3), 465–473. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1979.tb02629.x>
- Webb, N. B. (2003). Play and Expressive Therapies to Help Bereaved Children: Individual, Family, and Group Treatment. *Smith College Studies in Social Work*, 73(3), 405-422. <https://doi.org/10.1080/00377310309517694>
- Weiss, R. S. (2001). Grief, Bonds, and Relationships. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, & H. Schut (Eds.), *Handbook of Bereavement Research: Consequences, Coping, and Care* (pp. 47–62). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10436-002>

- Willis, C. A. (2002). The Grieving Process in Children: Strategies for Understanding, Educating, and Reconciling Children's Perceptions of Death. *Early Childhood Education Journal*, 29(4), 221–226. <https://doi.org/10.1023/A:1015125422643>
- Wolfenstein, M. (1966). How is Mourning Possible? *The Psychoanalytic Study of the Child*, 21(1), 93–123. <https://doi.org/10.1080/00797308.1966.11823254>
- Wolfenstein, M. (1969). Loss, Rage, and Repetition. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 24(1), 432–460. <https://doi.org/10.1080/00797308.1969.11822702>
- Worden, J. W. (2009). *Grief Counseling and Grief Therapy* (3th ed.). New York: Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826101211>
- Worden, J. W. (2018). *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner* (5th ed.). Springer. <https://doi.org/10.1891/9780826134752>
- Worden, W. (2001). *Grief Counselling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner*. New York: Brunner-Routledge.
- Worden, J. W. (2002). *Grief Counseling and Grief Therapy* (Third edition ed.): Springer Publishing Company, Inc.
- Yalom, İ. D. ve Yalom, M. (2022). *Ölüm Kalım Meselesi* (S.S. Tezcan, Çev.). İstanbul: Pegasus Yayınları.
- Yavuzer, H. (2022). *Çocuk Psikolojisi* (47. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazgan, Ç. (2006). Yaşlılıkta Yas. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 179-184.
- Yelboğa, N. (2023). *Yakınını Kaybeden Bireylerin Yas Deneyimlerinin Güçlendirme Yaklaşımı Temelinde Analizi: Yas Danışmanlığı Modeli Önerisi* (Doktora Tezi). Yalova Üniversitesi, Yalova.
- Yıldız, A. (2004). Çocuk, Ölüm ve Kayıp. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(12), 125-144.
- Yıldız, H. ve Cimete, G. (2011). Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeğinin Uyarlama Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 30-36.
- Yıldız-Önal, Y. ve Köseoğlu, S. A. (2021). Psikolojik Danışmanların Yas Danışmanlığına İlişkin Değerlendirmeleri. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 592-604. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2021.21.62826-786793>
- Zara, A. (2011). Kayıplar, Yas Tepkileri ve Yas Süreci. *Yaşadıkça*, 73, 90.

EKLER

EK1. Demografik Bilgi Formu

Bu çalışmanın amacını okudum, anladım ve gönüllü olarak çalışmaya katılıyorum.

Onaylıyorum ()

1. Cinsiyetiniz : () Kız () Erkek

2. Sınıf Düzeyiniz : () 9.Sınıf () 10.Sınıf () 11.Sınıf ()

12. Sınıf

3. Okul Türü: () Anadolu Lisesi () Meslek Lisesi () İmam Hatip Lisesi

4. Anne ve Babanızın eğitim durumuna uygun kutucuğa “X” işareti koyunuz.

Eğitim Durumu	Anne	Baba
İlkokul mezunu ya da daha altı		
Ortaokul ya da lise mezunu		
Üniversite mezunu ve üstü		

5. Okul ya da arkadaş çevrenizdeki bir kişinin ölüm haberini aldınız mı?

() Hayır () Evet (Ne kadar zaman oldu? :)

6. Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?

() Hayır

() Evet (Nasıl? :)

7. Aile ya da akraba çevrenizden birinin ölüm haberini aldınız mı?

() Hayır () Evet (Ne kadar zaman oldu?)

8. Onun ölümü ölümle ilgili duygu ya da düşüncelerinizi değiştirdi mi?

() Hayır

() Evet (Nasıl? :)

EK2. ERGEN YAS ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Aşağıdaki maddeler sevdiğiniz bir kişinin ölümüne ilişkin yaşadıklarınız ve hissettikleriniz hakkındadır. Kaybettiğiniz kişi, “O” ile ifade edilmiştir. Söz konusu maddeleri O’nun kaybıyla ilgili süreci dikkate alarak okuyunuz ve seçeneklerden sizi en iyi tanımlayanı işaretleyiniz.

		Bana hiç uygun değil.	Bana uygun değil.	Bana biraz uygun.	Bana oldukça uygun.	Bana tamamen uygun.
1.	Onun ölümünden beri uyku problemleri yaşıyorum.					
2.	Onun ölümünden beri artık hiçbir şey eskisi gibi değil.					
4.	Onun ölümünden sonra boşluğa düştüm.					
6.	Onun ölümünden sonra hayat bana eskisi gibi gelmiyor.					
8.	Öldüğünü öğrendiğimde anılarımız film şeridi gibi gözümün önünden geçti.					
9.	Onu hatırlatan bir şeyle karşılaştığımda üzülüyorum.					
11.	Ölümünden beri öfkeli davranışlarım oluyor.					
14.	Artık birlikte yeni bir şey yapamayacağımız için üzülüyorum.					
17.	Onun ölümünden beri odaklanmakta zorluk yaşıyorum.					
19.	Onun ölümüne çok üzülüyorum.					

EK3. TEKSAS DÜZELTİLMİŞ YAS ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Aşağıdaki maddeleri, bireyin öldüğü zamanı düşünüp, o zamanki duygu ve eylemlerinizi dikkate alarak 1: tamamen doğru, 2: çoğunlukla doğru, 3: ne doğru, ne de yanlış, 4: çoğunlukla yanlış, 5: tamamen yanlış seçeneklerinden sizi en iyi tanımlayanını seçerek işaretleyiniz.

Bölüm I: Geçmiş davranışlar

- | | |
|---|-----------|
| 2. Bu insanın ölümünden sonra yeterince çalışmakta zorlandım. | 1 2 3 4 5 |
| 4. Ölen bireyin yapmak istediklerini gerçekleştirme gereksinimi duydum. | 1 2 3 4 5 |
| 8. Bireyin ölümünün ardından uyumakta zorlandım. | 1 2 3 4 5 |

Bölüm II: Şimdiki duygular

Bu bölümdeki maddeleri şu andaki duygularınızı dikkate alarak işaretleyiniz.

- | | |
|---|-----------|
| 1. Ölen birey aklıma geldiğinde halen ağlıyorum. | 1 2 3 4 5 |
| 3. Bu insanın ölümünü kabullenemiyorum. | 1 2 3 4 5 |
| 4. Bazen ölen bireyi çok fazla özlüyorum. | 1 2 3 4 5 |
| 6. Sürekli aklıma ölen bireyle ilgili düşünceler geliyor. | 1 2 3 4 5 |
| 8. Hayatımda hiç kimse O'nun yerini alamayacak. | 1 2 3 4 5 |
| 10. Onun ölümünü haksızlık olarak görüyorum. | 1 2 3 4 5 |
| 13. Halen, ara sıra ölen birey için ağlama gereksinimi duyuyorum. | 1 2 3 4 5 |

EK4. EPOCH ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarımız için teşekkürler.

1= **Hiçbir zaman** 2= **Bazen** 3=**Sıklıkla** 4=**Çoğu zaman** 5=**Her zaman** anlamına gelmektedir.

2. Başladığım işi bitiririm.	1	2	3	4	5
4. Mutlu hissederim.	1	2	3	4	5
6. Çok eğlenirim.	1	2	3	4	5
8. Hayatı severim.	1	2	3	4	5
10. Bir sorun yaşadığımda benimle ilgilenecek birileri vardır.	1	2	3	4	5
11. Uğraştığım işe kendimi o kadar kaptırırım ki, geri kalan her şeyi unuturum.	1	2	3	4	5
13. Belirsizlik durumlarında en iyisini umarım.	1	2	3	4	5
15. İyi şeyler yaşayacağımı düşünürüm.	1	2	3	4	5
17. Bir şey için plan yaptığımda o plana uyarım.	1	2	3	4	5
19. Çalışkan bir insanım.	1	2	3	4	5

EK5. Yasla İlgili Öğrencilerin Duygu Ve Düşüncelerinin Alındığı Kompozisyon

Hayat, başlangıcı ve bitişi olan bir yolculuktur. Doğumla başlayan bu yolculuk ölümle birlikte sona erer. Ölüm de diğer kayıplarda olduğu gibi yas duygusu doğuran olaylardan biridir. Yas, çözülmesi gereken bir problem ya da yanlış bir şey değildir; bir bireyin kayıp ya da kayıplar karşısında verdiği mantıklı ve sağlıklı bir tepkidir. Birçok insan, sevdiği birinin ölümünün acı dolu bir deneyim olduğu konusunda genel bir düşünceye sahiptir. Evrensel bir duygu olmasıyla beraber her yas biriciktir ve bireyin parmak izi gibi kişiye özgüdür. Siz gençlerin duygu ve düşüncelerinin yapılacak bilimsel çalışmalarda çok önemli bir yere sahip olduğunu düşünüyorum. Tüm bu bilgiler ışığında yaşadığınız bir kaybı göz önünde bulundurarak kaybınızla ilgili bilgi, deneyim, görüş, gözlem, duygu ve düşüncelerinizi paylaşmanızı rica ediyorum. Şimdiden bu çalışmaya verdiğiniz destek ve katkılar için teşekkür ederim ☺ Sevgiyle kalın...

EK6. ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

Ölçek Kullanım İzni Gelen kutusu ☆

ben 22 Tem

Sayın hocam merhaba,

İsmim Merve PUL. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında yüksek lisans yapmaktayım. Şu an, Dr. Öğr. üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN danışmanlığında tez sürecimi yürütmekteyim. EPOCH Ölçeğinizi izniniz dahilinde tezimde kullanmak istiyorum. Şimdiden teşekkür ederim. İyi çalışmalar...

İbrahim DEMİRCİ 22 Tem
alıcı: ben

Merhaba, Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğe toaddan ulaşabilirsiniz. Linkteki 1 word dosyasında açıklamalar bulunuyor.
<https://toad.halileksi.net/olcek/epoch-olcegi>

Saygılarımla.

Ölçek Kullanım İzni Gelen kutusu ☆

ben 22 Tem

İsmim Merve PUL. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında yüksek lisans yapmaktayım. Şu an, Dr. Öğr. üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN danışmanlığında tez sürecimi yürütmekteyim. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeğinizi izniniz dahilinde tezimde kullanmak istiyorum. Aslında TOAD' da iletişim için farklı bir adres mevcuttu. Ancak mail attığımda adresin artık kullanılmadığını öğrendim. Şimdiden teşekkür ederim. İyi çalışmalar...

Güler Cimete 22 Tem
alıcı: ben

Sevgili Merve

Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği'ni tezinde kullanabilirsin. Ölçeğin yer aldığı tezi ve makalesini ekte gönderiyorum.

Başarılar dilerim

Güler Cimete

EK7. ETİK ONAY BELGESİ

KELOS TARİHİ: 15.11.2024 KELOS SAYISI: 04004156

 Istanbul Zaim Universitesi	ETİK ONAY BELGESİ	Beklenen No	ET-FR-675
		Beklenen Tarihi	27.11.2023
		Beklenen Tarihi	22.12.2023
		Beklenen No	61
		Sayfa	1/1

Tarih	31.10.2024
Sayı	2024/08
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Sirgen Yas Öçeğirinin Geliştirilmesi ve Patentesiz Ürünlerinin İncelenmesi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Merve PUL
Danışman Adı Soyadı	Dr. Öğr. Üyesi Fazilet YAVUZ BİRBEN
Karar	UYGUNDUR

(Istanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizde ilgili etik ilkelerinde belirtilmesi ve değerlendirilmesi amacıyla raporlanmıştır.)

(Katıldı)

Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR
Başkan

(Katıldı)

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇBİK
Başkan V.

(Katıldı)

Prof. Dr. Tarkan ÖZKUL
Üye/Raportör

(Katıldı)

Prof. Dr. Beytullah KAYA
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖRTAŞ
Üye

(Katıldı)

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Etik Kurulu Yürümlü Sekreter Selda ŞENOL



Zaim Univesitesi Zaim Üniversitesi Etik Kurulu Başkanı Prof. Dr. Mustafa GÜNEK Tercüme Hizmetleri Temin
Bölge Değişikliği Kodu: BA11077 Bölge Tıbbi Adresi: <https://www.zaimya.gov.tr/iletisim>

ÖZGEÇMİŞ

Merve PUL

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul

Lisans: Giresun Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2018, Giresun

B. MESLEKİ DENEYİM

2019 -... : Bağcılar Gazi Anadolu Lisesi – Psikolojik Danışman